



Universidad Nacional Autónoma de México
Colegio de Ciencias y Humanidades
Área de Ciencias Experimentales

Programas de Estudio
de Ciencias de la
Salud I y II



ÍNDICE

PROGRAMAS DE ESTUDIO DE CIENCIAS DE LA SALUD I Y II

Presentación.....	2
Enfoque de la materia.....	3
Propósitos generales.....	5
Contenidos temáticos.....	5
Evaluación.....	6

CIENCIAS DE LA SALUD I

Primera Unidad. Las ciencias de la salud.....	8
Segunda Unidad. Salud integral del adolescente.....	9
Tercera Unidad. Investigación en salud.....	10
Bibliografía.....	11

CIENCIAS DE LA SALUD II

Primera Unidad. Educación para la salud en alimentación y nutrición.....	13
Segunda Unidad. Educación para la salud en reproducción y sexualidad.....	14
Tercera Unidad. Salud, recreación y sociedad.....	15
Bibliografía.....	16

PROGRAMAS DE ESTUDIO DE CIENCIAS DE LA SALUD I Y II

PRESENTACIÓN

Los Programas de Ciencias de la Salud I y II constituyen el instrumento mediante el cual los profesores se proponen contribuir y lograr el perfil de egreso de los estudiantes, de acuerdo con los propósitos establecidos en el Modelo Educativo del Colegio.

El Colegio de Ciencias y Humanidades como toda institución educativa, dispone de un modelo educativo con el cual se desarrolla el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de una serie de políticas, programas y proyectos. El modelo del Colegio esta caracterizado por cuatro ejes o elementos estructurales que son: la noción de cultura básica, la organización académica por Áreas, el alumno como actor de su formación y el profesor como orientador del aprendizaje.

La noción de cultura básica significa, que al egresar los alumnos deben contar con habilidades intelectuales, destrezas o capacidades y bases metodológicas, como la investigación documental, experimental y de campo, que les permitan seguir aprendiendo; estos aprendizajes les permitirán adquirir y desarrollar otras actitudes y valores que favorezcan una relación de servicio con la sociedad y solidaridad con el entorno.

La organización académica por Áreas, significa que el contenido de la cultura básica se organiza y distribuye en las diferentes materias que articulan las cuatro Áreas (Experimentales, Talleres, Histórico-sociales y de Matemáticas) que definen la estructura curricular del CCH. En conjunto, las áreas son los grandes campos de conocimiento que fomentan una visión humanista de las ciencias y la naturaleza, y una visión científica de los problemas del ser humano y la sociedad.

El alumno como actor de su formación, en el Colegio significa colocar en el centro de todas las actividades a los estudiantes.

El profesor como orientador del aprendizaje, significa contar con un modelo de docencia que desarrolle y fortalezca las habilidades de saber planear, instrumentar y evaluar las clases, sea capaz de orientar la adquisición de conocimientos de calidad, adapte

materiales didácticos y realmente el aprendizaje de los estudiantes de manera cotidiana; además de que reflexione sobre la docencia practicada y comparta e intercambie sus experiencias educativas de manera colegiada.

En el Plan de Estudios del Colegio de Ciencias y Humanidades se contemplan dos tipos de asignaturas: las materias básicas en los cuatro primeros semestres y las optativas en los dos últimos semestres. En esta última categoría se encuentran Ciencias de la Salud y Psicología, que son las materias del bachillerato del Colegio que tienen que ver con el área de salud. Ambas contribuyen a la formación terminal del alumno, y están concebidas para ampliar y profundizar los conceptos básicos adquiridos por los estudiantes en su paso por las asignaturas previas del Área de Ciencias Experimentales, que contempla entre sus propósitos generales la adquisición de conocimientos físicos, químicos, biológicos, psicológicos y de la salud.

Como disciplina del conocimiento, las ciencias de la salud se caracterizan por tener como objeto de estudio al ser humano, en quien fijan su atención, aplicando métodos y estrategias para aprender a reconocer los cambios dinámicos de nuestra población, abatir resistencias y obstáculos, y desde luego, crear una cultura de prevención que trascienda el aula para convertirse en una habilidad para vivir. Todo ello, sin menoscabo de que la salud implica la percepción de bienestar físico, mental y social, así como la capacidad para desarrollar el propio potencial para responder de forma positiva a las oportunidades y los retos del futuro.

Desde esta perspectiva, con las asignaturas de Ciencias de la salud I y II se pretende que los alumnos integren conceptos, habilidades, actitudes y valores que habrán de incorporarse en su manera de ser, de hacer y de pensar, para que modifiquen su concepción del mundo y valoren la salud como un elemento básico para el avance social y económico del país, lo que se propiciará mediante actividades de enseñanza y aprendizaje que respondan a sus intereses y necesidades.

ENFOQUE DE LA MATERIA

El enfoque es una manera de tratar un tema para organizarlo y darle coherencia como cuerpo de conocimientos, es decir, es la perspectiva desde la cual se estructuran los contenidos y se propone la metodología para que los alumnos en su autonomía de aprendizaje se apropien del conocimiento racionalmente fundado en conceptos, habilidades, actitudes y valores.

El estado de salud de las personas tiene que ver con sus propios comportamientos y actitudes, en este sentido juegan un papel determinante los hábitos y costumbres susceptibles de modificación que conforman sus estilos de vida. Desde esta perspectiva, el enfoque disciplinario que se plantea para de ciencias de la salud es preventivo, entendido como la promoción de la salud, para elevar la calidad de vida, a través de los estilos de vida saludables.

Con base en lo anterior, las temáticas en los programas de las asignaturas de Ciencias de la salud I y II se orientan a la conformación del valor de salud y el autocuidado, mediante la adquisición de conocimientos, el desarrollo de comportamientos y valores para que los alumnos se responsabilicen de su salud, tomen decisiones y adopten actitudes relacionadas con el cuidado y promoción de su salud, y también, para que hagan extensivo el beneficio del aprendizaje hacia su vida familiar y su comunidad.

En cuanto al enfoque didáctico, se parte de considerar que si un alumno entiende, entonces es capaz de realizar toda una serie de desempeños que trascienden la inmediatez de una clase, para lograr un entendimiento perdurable.

Los aprendizajes perdurables tienen como características el rebasar el salón de calases, poner de manifiesto la esencia del conocimiento científico, proponer ideas o tópicos de interés natural para los estudiantes y revelar realidades y procesos.

Para concretar los aprendizajes se requiere de un diseño para el entendimiento, es decir comenzar teniendo en mente el final, lo que significa comenzar con una clara comprensión del destino.

Es por ello que se recomienda que las estrategias didácticas en el aula se organicen tomando en cuenta los propósitos del curso, los de cada unidad y los aprendizajes que deben lograr los alumnos. Además, las estrategias didácticas de cada unidad deben incluir actividades diversas, que estarán encaminadas a que el alumno aprenda a aprender, aprenda a hacer y aprenda a ser.

Se sugiere que las estrategias y actividades se caractericen por:

- Identificar los contenidos de enseñanza -conceptos, habilidades y actitudes- de las Unidades.
- Detectar los conocimientos previos de los alumnos para relacionarlos con los que se van a aprender.

- Abordar los contenidos de enseñanza -conceptos, habilidades y actitudes de las asignaturas- de acuerdo a los conocimientos previos de los alumnos.
- Planificar actividades referidas a problemas que despierten el interés de los alumnos por lo que van a aprender y acordes con su etapa de desarrollo.
- Promover la participación colectiva, para que el alumno reformule y asimile la nueva información, comparta sus percepciones e intercambie información en la resolución de problemas.

PROPÓSITOS GENERALES

Para contribuir a la formación de los estudiantes, los cursos de Ciencias de la Salud I y II se plantean como propósitos educativos que el alumno:

- Explique los factores de riesgo más frecuentes en la adolescencia, mediante la aplicación de la metodología científica, con la finalidad de promover factores de protección.
- Interprete el concepto calidad de vida, a través del estudio de los indicadores de salud, con el fin de elevar su calidad de vida.
- Aplique el concepto de educación para la salud, mediante la elaboración de un programa de promoción para la salud, con una visión que busca favorecer estilos de vida saludables.

CONTENIDOS TEMÁTICOS

Las Unidades que integran los programas son:

CIENCIAS DE LA SALUD I

Primera Unidad: Las Ciencias de la Salud

Segunda Unidad: Salud Integral del Adolescente

Tercera Unidad: Investigación en Salud

CIENCIAS DE LA SALUD II

Primera Unidad: Educación para la Salud en Alimentación y Nutrición

Segunda Unidad: Educación para la Salud en Reproducción y Sexualidad

Tercera Unidad: Salud, Recreación y Sociedad

EVALUACIÓN

La evaluación tiene que mostrar las evidencias del aprendizaje. Se sugiere determinar habilidades que serán evaluadas como resultado de lo que harán los estudiantes para entender los conceptos y problemas de salud. Por ejemplo, que el alumno compara distintos datos para llegar a una opinión, que utiliza un lenguaje adecuado para expresar con claridad un problema, o que elabora un punto de vista fundamentado sobre un problema y otros.

Se recomiendan las siguientes formas de evaluación:

1. Técnica de la observación. A través de observar y escuchar los comentarios, preguntas y expresiones de los alumnos, así como su interacción en el grupo. Observar a cada alumno mientras se realizan las actividades para detectar su habilidad de integración, organización, disposición para trabajar en equipo y la iniciativa para participar y observar directamente los productos obtenidos.
2. Participación. Cada alumno participará en clase y elaborará un cuestionario del tema tratado. Para concluir la actividad se puede pedir por escrito una opinión personal sobre el tema abordado.
3. Rúbrica. Diseño del formato de rúbrica para evaluar con criterios y estándares. Ejemplos:
 - Da razones complejas, profundas y creíbles.
 - Evita malas interpretaciones.
 - Argumenta.
 - Sabe leer entre líneas.
 - Sabe llegar al trasfondo histórico.
 - Tiene la capacidad de “saber como” aplicar o hacer algo.
 - Sabe utilizar el conocimiento en distintos contextos.

- Sabe ajustar su propio conocimiento.
 - Ve pros y contras de cualquier punto de vista.
 - Sabe contextualizar.
 - Sabe inferir repercusiones e implicaciones de una idea, postura o teoría.
 - No toma posturas absolutas.
 - Cuestiona sus propias creencias.
 - Sabe autoevaluarse y por tanto autorregularse.
4. Evaluación alternativa. Se recomienda utilizar formas de evaluación alternativa, la aplicación de exámenes, cuestionarios y otras formas para verificar el manejo de conceptos.
 5. Portafolios. Se sugiere el uso de una bitácora o portafolios para que los alumnos vayan registrando sus actividades y el profesor tenga elementos que le indiquen que nivel de avance llevan sus alumnos.
 6. Investigación de campo. Reporte de la investigación con propuestas de solución al problema investigado.
 7. Tareas. El cumplimiento de las tareas encomendadas, tomando en consideración en uso del lenguaje utilizado por el alumno, el interés mostrado, los comentarios, las habilidades desarrolladas en cuanto a búsqueda y manejo de información, la disposición para el trabajo, entre otras otras.

PROGRAMA DE CIENCIAS DE LA SALUD I

PRIMERA UNIDAD. LAS CIENCIAS DE LA SALUD

PROPÓSITO:

- Al finalizar la Unidad, el alumno entenderá el concepto de Ciencias de la salud, mediante el estudio de su origen y usos, con la finalidad de promover la salud individual y colectiva.

TIEMPO: 14 horas

APRENDIZAJES	ESTRATEGIAS	TEMÁTICA
<p>El alumno:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Interpreta la multiplicidad de la salud incluyendo aspectos biológicos, psicológicos, socioeconómicos y culturales.▪ Explica los conceptos de factor de riesgo, protector y resiliente.▪ Aplica el esquema de la Historia natural de la enfermedad a una enfermedad de tipo infeccioso.	<ul style="list-style-type: none">▪ Trabajar en taller una lectura sobre los contenidos temáticos y detectar las palabras claves, buscar entre líneas los significados y construir el concepto de Ciencias de la Salud.▪ Identificar factores de riesgo, factores protectores y resilientes del ser humano.▪ Indicar en qué situaciones de riesgo se han visto involucrados los alumnos y cuáles fueron los mecanismos de protección que se aplicaron para evitar el daño a la salud tanto individual como colectiva.▪ Elaborar el esquema de la Historia natural de la enfermedad.	<ul style="list-style-type: none">▪ Concepto de Ciencias de Salud.▪ Factor de riesgo, protector y resiliente.▪ Esquema de la Historia natural de la enfermedad

SEGUNDA UNIDAD. SALUD INTEGRAL DEL ADOLESCENTE

PROPÓSITO:

- Al finalizar la Unidad, el alumno interpretará el significado de la salud integral, a través del análisis de la información de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), con la finalidad de mejorar su calidad de vida.

TIEMPO: 30 horas

APRENDIZAJES	ESTRATEGIAS	TEMÁTICA
<p>El alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Explica la adolescencia como una serie de cambios biopsicosociales. ▪ Interpreta el significado de salud integral. ▪ Interpreta la adolescencia como una etapa del desarrollo humano. ▪ Aplica el concepto de factores de riesgo en los problemas sociales más frecuentes de la adolescencia. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Investigar los cambios que ocurren en el adolescente desde la pubertad; identificarlos y clasificarlos como: biológicos, psicológicos y sociales. ▪ Elaborar en equipos mixtos una tabla comparativa de los principales cambios que ocurren en hombres y mujeres, en una cartulina que será presentada al resto del grupo para su análisis y discusión. ▪ Discutir los conceptos: salud integral, desarrollo humano, actitud, comportamiento, relaciones interpersonales, estilo de vida y calidad de vida, entre otros. ▪ Elaborar un ensayo sobre las condiciones, requisitos y medios que permiten su desarrollo humano saludable, mediante la creación de ambientes favorables, la acción comunitaria, el desarrollo de aptitudes personales y los servicios sanitarios. ▪ Realizar una dinámica grupal para identificar situaciones de riesgo en las que han participado los alumnos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los cambios biológicos, psicológicos y sociales del adolescente. ▪ Significado de salud integral. ▪ Concepto de desarrollo humano: proyecto de vida, estilos de vida y calidad de vida. ▪ Resultantes de factores de riesgo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Desintegración familiar. ○ Violencia intrafamiliar. ○ Entorno peligroso. ○ Adicciones. ○ Desempleo. ○ Pobreza. ○ Pandillerismo.

TERCERA UNIDAD. INVESTIGACIÓN EN SALUD

PROPÓSITO:

- Al finalizar la Unidad, el alumno entenderá la importancia de la investigación en salud, a través del estudio del método epidemiológico, con la finalidad de proponer medidas de prevención.

TIEMPO: 20 horas

APRENDIZAJES	ESTRATEGIAS	TEMÁTICA
<p>El alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplica el Método epidemiológico, en una investigación en salud, tomando como referencia los factores de riesgo más frecuentes en la adolescencia. ▪ Aplica medidas de prevención para preservar su salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Investigar y discutir los elementos del método epidemiológico. ▪ Realizar un listado de problemas sociales de los adolescentes, donde se pueda aplicar el método epidemiológico. ▪ Elaborar en equipo un diseño de investigación de campo, utilizando la técnica de encuestas. ▪ Aplicar las encuestas en una investigación de campo. ▪ Interpretar los resultados de la investigación de campo y proponen un programa con medidas de prevención. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Método epidemiológico. ▪ Programa de prevención.

BIBLIOGRAFÍA

PRIMERA UNIDAD. LAS CIENCIAS DE LA SALUD

Arichiga, H. *Ciencias de la Salud*, CCH-UNAM, México, 1997.

Revista de la Facultad de Medicina. Vol. XVII, Año 1, UNAM, México, 1974.

San Martín, H. *Salud y Enfermedad*. La Prensa Médica Mexicana, México, 1977.

SEGUNDA UNIDAD. SALUD INTEGRAL DEL ADOLESCENTE

Silber, J. T., *et al.* *Manual de Medicina de la Adolescencia*, O.P.S., Washington, DC, EUA, 1992.

Madaleno, M., *et al.* *La Salud del Adolescente y del Joven*, O.P.S., Washington, DC, EUA, 1995.

Mantilla Castellanos, L. *Habilidades para la Vida*, OMS – OPS, Bogotá, 1997.

TERCERA UNIDAD. INVESTIGACIÓN EN SALUD

Vega Franco L. y García M. H. *Bases Esenciales de la Salud Pública*, La Prensa Médica Mexicana, S. A. DE C. V., México, 1976.

Moreno Altamirano L. *et al.* *Factores de Riesgo en la Comunidad II. Elementos para el Estudio de la salud Colectiva*, Departamento de Epidemiología y Comunidad, Facultad de Medicina, UNAM, México, 1990.

Vega Franco L. *Pensamiento y Acción en la Investigación Biomédica*, La Prensa Médica Mexicana, S. A. DE C. V., México, 1991.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Burt, M.R. *¿Por qué debemos invertir en el adolescente?*, Documento preparado para la conferencia Salud Integral de los Adolescentes y Jóvenes de América Latina y el Caribe, O.P.S.-O.M.S., Washington, DC, 1998.

Mangrulkar, L., *et al. Enfoque de Habilidades para la Vida para un Desarrollo Saludable de Niños y Adolescentes*. Organización Panamericana de la Salud. División de Promoción y Protección de la Salud. Programa de Salud Familiar y Población. Unidad Técnica de Adolescencia. Agencia Sueca de Cooperación Internacional para el Desarrollo (ASDI) Fundación W.K. Kellogg, septiembre de 2001.

OPS. *Proyecto de desarrollo y salud integral de los adolescentes y jóvenes en América Latina y el caribe 1997-2000*, Organización Panamericana de la Salud (OPS). Oficina Sanitaria Panamericana, Oficina Regional de la O.M.S, 1998.

Organización Mundial de la Salud, *Documento Básico para las Discusiones Técnicas Sobre la Salud de los Jóvenes*, Organización Panamericana de la Salud, Ginebra, 1989.

Palaud, A. *¿Cómo es tu estilo de vida? Vive más y mejor*. OMS-OPS, 1995.

Se recomiendan las siguientes referencias electrónicas:

- a. www.Who Organización mundial de la salud.
- b. www.paho Oficina panamericana de la salud
- c. www.imjuve Instituto mexicano de la juventud
- d. www.ONU-UNICEF-CEPAL
- e. [www.BM\(WB\)-OCDE](http://www.BM(WB)-OCDE)
- f. www.imjuventd.gob.mx
- g. www.fao.org
- h. www.salud.gob.mx
- i. www.cepis.ops-oms.org
- j. www.zonadiet.com
- k. www.mundovegetariano.com
- l. www.dsalud.com/alimentacion.htm
- m. www.med-informatica.net/gastroen.htm
- n. www.cch.unam.mx/puste.

PROGRAMA DE CIENCIAS DE LA SALUD II

PRIMERA UNIDAD. EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

PROPÓSITO:

- Al finalizar la Unidad, el alumno aplicará medidas de protección sobre los alimentos que come, mediante el estudio de los factores de riesgo, con la finalidad de promover estilos de vida saludables.

TIEMPO: 24 horas

APRENDIZAJES	ESTRATEGIAS	TEMÁTICA
<p>El alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Interpreta los conceptos básicos de la alimentación y la nutrición. ▪ Explica los elementos de una buena nutrición. ▪ Explica los factores de riesgo de los patrones alimenticios. ▪ Aplica medidas de prevención en alimentación, a partir del estudio de los factores de riesgo detectados con mayor frecuencia en los adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar un glosario de términos de palabras claves de los temas. • Elaborar un listado de su alimentación (dieta real) que consumen en su casa, escuela, calle y otros lugares, para valorar la importancia de su alimentación y nutrición. ▪ Elaborar un listado de alimentos (dieta ideal) considerando sus necesidades energéticas, la edad, el género y su actividad física. • Escribir un ensayo sobre la malnutrición. • Elaborar y presentar un listado de factores de riesgo. • Elaborar carteles alusivos que informen a sus compañeros sobre las conductas de riesgo y las medidas de prevención. 	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de: alimentación, nutrición, dieta, disponibilidad y accesibilidad. • Dieta real e ideal del adolescente. • Factores de riesgo y medidas de prevención de la mala nutrición: <ul style="list-style-type: none"> ○ Anorexia. ○ Bulimia. ○ Desnutrición. ○ Obesidad. ○ Infecciones e infestaciones gastrointestinal.

SEGUNDA UNIDAD. EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN REPRODUCCIÓN Y SEXUALIDAD

PROPÓSITO:

- Al finalizar la Unida, el alumno comprenderá los principios de una educación sexual sana, a fin de propiciar actitudes responsables orientadas a la prevención de conductas de riesgo.

TIEMPO: 20 horas

APRENDIZAJES	ESTRATEGIAS	TEMÁTICA
<p>El alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Interpreta los conceptos de reproducción y sexualidad. ▪ Explica el concepto de género y equidad. ▪ Aplica medidas de prevención en reproducción y sexualidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar un glosario de términos de palabras claves de los temas. • Escribir un ensayo del tema género y equidad. • Elaborar una investigación de campo sobre los factores de riesgo de la reproducción y sexualidad en la adolescencia. • Elaborar carteles que informen a sus compañeros sobre las conductas de riesgo y las medidas de prevención. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anatomía y fisiología básica de los sistemas genitales masculino y femenino. • Conceptos de reproducción y sexualidad. • Conductas de riesgo en la adolescencia: Infecciones de transmisión sexual, embarazo inesperado, aborto y otras. • Medidas de prevención: métodos anticonceptivos, autoexamen genital y mamario, detección de cáncer y otras.

TERCERA UNIDAD. SALUD, RECREACIÓN Y SOCIEDAD

PROPÓSITO:

- Al finalizar la Unidad, el alumno entenderá los efectos positivos de la recreación y las relaciones sociales en la salud individual y colectiva, a través del estudio y la investigación de eventos de recreación y de participación social, con el fin de preservar la salud biológica, psicológica y social.

TIEMPO: 20 horas

APRENDIZAJES	ESTRATEGIAS	TEMÁTICA
<p>El alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Interpreta los conceptos de: salud, recreación y sociedad. ▪ Explica los efectos: físicos, psicológicos y sociales de la recreación en el ser humano. ▪ Aplica los conceptos de relaciones sociales y de participación social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Discutir los conceptos de: salud, recreación y sociedad como un derecho en el desarrollo del individuo. • Detectar diversas formas de recreación: uso del tiempo libre, actividades físicas, recreativas y culturales. • En grupos de trabajo señalar actividades deportivas, artísticas o culturales que han realizado; y si éstas han sido fomentadas por la escuela, la familia o la comunidad. • Elaborar por equipo un esquema donde se encuentre en el centro el ser humano, para integrar todos los sistemas y estructuras que se relacionan con la recreación y la participación social. • Elaborar una recopilación de recortes de la Gaceta UNAM referentes a las actividades deportivas y recreativas, analizando las razones por las cuales la Universidad proporciona este servicio a la comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de: salud, recreación y sociedad. • Actividades físicas, recreativas y culturales. • La comunicación e interacción social como elementos para el logro de estilos de vida saludables: • Conductas de riesgo sociales: <ul style="list-style-type: none"> ○ Desigualdad cultural. ○ Sedentarismo. ○ Aislamiento. ○ Depresión. ○ Vulnerabilidad social y familiar (violencia intrafamiliar). ○ Estrés.

BIBLIOGRAFÍA

PRIMERA UNIDAD. EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Beal, V. *Nutrición en el Ciclo de Vida*. Uteha, México, 1997.

Fox, B. *Ciencias de los Alimentos, Nutrición y Salud*, Limusa, México, 1997.

Higashida H. B. Y. *Ciencias de la Salud*, México, Mc Graw-hill, 1990.

Salas, C. y Marat, A. *Educación Para la Salud*, Prentice Hall, México, 2000.

SEGUNDA UNIDAD. EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN REPRODUCCIÓN Y SEXUALIDAD

Higashida, H. B. Y. *Ciencias de la Salud*, McGraw-Hill, México, 1990.

Katchadourian, H., A. y Lunde, Donald T. *Las Bases de la Sexualidad Humana*, Compañía Editorial Continental, México, 1992.

Salas, C. y Marat, A. *Educación Para la Salud*, Prentice Hall, México, 2000.

TERCERA UNIDAD. SALUD, RECREACIÓN Y SOCIEDAD

Bowers, R. W. y Fox, E. L. *Fisiología del Deporte*. Médica Panamericana, México, 1997.

Costa, M. y López, E. *Educación para la salud. Una estrategia para cambiar los estilos de vida*, Pirámide, España, 1996.

Duval, J. *El Adolescente y el Mundo Social. Desarrollo Humano*. Siglo XXI, Madrid-México, 1998.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Guyton, C. A. *Tratado de Fisiología Médica*, McGraw-Hill, México, 1994.

Holum, John. *Fundamentos de Química General, Orgánica y Bioquímica para Ciencias de la Salud*, Limusa, México, 1999.

O'Rahilly, Ornan. *Anatomía*, Interamericana Mc Graw-Hill, México, 1994.

OPS. *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*.

Bannister, L., et al. *Anatomía de Gray*, Madrid España, 1998.

Castells, Paulino y Silber Tomás J. *Guía práctica de la salud y psicología del adolescente*, Planeta, Barcelona 1998.

Crooks Robert y Baur Karla. *Nueva sexualidad*, Thomson Editores, México, 2000.

Gotwald, William H Y Goleen Gale Holtz. *Sexualidad: La Experiencia Humana*, El Manual Moderno, México, 1993.

GRANADA, P. M. V. y Vázquez T. M. L. *La Mujer y el Proceso Reproductivo*, OPS, Colombia, 1990.

Salvat Editores. *Ocio y turismo*, España, 1974.

Subirats, S. E. *Importancia del Tiempo Libre*, UNAM. México, 1995.

Se recomiendan las siguientes referencias electrónicas:

- a. www.cd hdf.org.mx
- b. www.efdeportes.com/revista

