

**Lunes
08
de noviembre**

Quinto de Primaria Ciencias Naturales

¿Cómo prevenir el embarazo?

Aprendizaje esperado: *Explica la periodicidad, la duración, los cambios en el cuerpo y el periodo fértil del ciclo menstrual, así como su relación con la concepción y la prevención de embarazos.*

Énfasis: *Explicar la relación del periodo fértil del ciclo menstrual con la prevención del embarazo mediante la abstinencia y los anticonceptivos, en general.*

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás sobre los métodos anticonceptivos, su clasificación y que son muy importantes para evitar el embarazo.

¿Qué hacemos?

Hoy vamos a contestar un cuestionario con los conocimientos adquiridos en las últimas clases de los temas sobre el ciclo menstrual y el embarazo.

PREGUNTAS
1. Líquido blancuzco que contiene a los espermatozoides y es expulsado por el pene durante la eyaculación. R=semen.
2. Órganos femeninos que contienen a los óvulos, que son las células o gametos sexuales.

- R= ovarios.
3. Hecho que ocurre cada 28 días y que consiste en el sangrado que sale por la vagina.
R: menstruación.
 4. Cuando el óvulo se une con un espermatozoide se produce el milagro de la vida llamado:
R= fecundación o concepción.
 5. Lugar donde se implanta el embrión para alimentarse y crecer hasta el parto.
R= útero o matriz.
 6. Es el conducto que se encuentra en la parte interna del pene y es por donde salen la orina y el semen.
R= uretra.
 7. Es un órgano masculino externo que cumple con dos funciones: una transportar la orina fuera del cuerpo y otra eyacular.
R= el pene.
 8. ¿Cómo se le llama a la culminación o terminación del embarazo?
R= parto, alumbramiento o nacimiento.
 9. Menciona tres cambios en los caracteres sexuales secundarios que ocurren en el hombre.
R= pueden ser cambio de voz, barba, bigote, comienzo de sueños húmedos y primeras eyaculaciones.
 10. ¿Cómo se llama a la hormona producida en los testículos que se encarga del desarrollo de los caracteres sexuales en los varones?
R= testosterona.
 11. Menciona tres cambios en los caracteres sexuales secundarios que ocurren en la mujer.
R= La acumulación de grasa en la zona del pecho, el ensanchamiento de las caderas, el crecimiento del pecho y la menstruación.
 12. ¿Por qué se recomienda a las mujeres limpiarse después de ir al baño, pasar el papel higiénico de adelante hacia atrás?
R= principalmente para evitar infecciones urinarias.
 13. Objeto absorbente de algodón que las mujeres utilizan durante el periodo menstrual.
R= toallas femeninas o toallas sanitarias.
 14. Actividad de higiene que utiliza jabón, estropajo y agua, para eliminar impurezas y sudor.
R= baño diario.

Espero que este ejercicio te haya servido para recordar los temas.

Ahora vamos ver el tema de cómo se puede evitar el embarazo. Para prevenir el embarazo, bastaría que las y los adolescentes aplicaran en su vida una sola palabra: "abstinencia".

La abstinencia es la forma más segura y eficaz de evitar la concepción o embarazo. Si un hombre y una mujer no mantienen relaciones sexuales, el espermatozoide no puede fecundar al óvulo y es imposible que la mujer quede embarazada. Pero si el hombre y la mujer deciden tener relaciones, pueden recurrir a algunos métodos anticonceptivos para prevenir o evitar el embarazo.

Hoy vamos a conocer qué son y algunos ejemplos de métodos anticonceptivos. Pero antes de comenzar con el tema, ten a la mano con que escribir y un cuaderno. A lo largo de la clase, conforme vayamos estudiando los métodos anticonceptivos, anota las dudas que te surjan y consérvénlas por un momento.

Para comenzar con el tema, observa el siguiente video.

1. Métodos anticonceptivos.

<https://youtu.be/QMeJ4F-H2kl>

Como se mencionó en el video, los métodos anticonceptivos son procedimientos que ayudan a prevenir embarazos, cuando se decide tener relaciones sexuales.

Hay muchas opciones para evitar embarazos con los distintos métodos anticonceptivos, éstos pueden ser:

- a) **Naturales:** Se basan en la suspensión de las relaciones sexuales durante los días fértiles de la mujer y no requieren emplear sustancias u objetos físicos.
- b) **De barrera:** Impiden el embarazo por medio de un objeto.
- c) **Químicos:** Están hechos a partir de sustancias químicas.
- d) **Quirúrgicos:** Implican la intervención médica en los órganos sexuales.

Para conocer los distintos métodos anticonceptivos te los describo a continuación:

MÉTODO ANTICONCEPTIVO	DESCRIPCIÓN/INTERVENCIÓN
Método del ritmo o del calendario	Consiste en realizar un seguimiento del periodo de menstruación para predecir cuándo se ovulará. Por ejemplo, se trata de ubicar los días fértiles de cada mujer que empiezan cinco días después de su período menstrual y así evitar tener relaciones durante esos días, y de esta forma no hay embarazo.
Condón masculino	El condón masculino es una funda de látex que se coloca en el pene erecto antes de la relación sexual, que lo cubre por completo.
Condón femenino	Es un tubo de plástico blando que tiene un extremo cerrado. Cada extremo tiene un anillo o aro. El anillo en el extremo cerrado se introduce profundamente en la vagina de la

	<p>mujer, sobre el cuello uterino para que el tubo quede colocado. El anillo del extremo abierto queda afuera de la abertura de la vagina.</p>
Dispositivo intrauterino de cobre (DIU)	<p>Está elaborado de plástico flexible, tiene una rama vertical y una horizontal a manera de T. La rama vertical está rodeada de un alambre de cobre, que impide el paso de espermatozoides. Se coloca dentro de la matriz, mediante un tubo especial diseñado para ello.</p>
Parches	<p>Es un parche de plástico delgado, cuadrado, el cual se pega a la piel y libera hormonas similares a las que produce la mujer, inhibiendo la ovulación y haciendo más espeso el moco del cuello del útero.</p>
Píldoras hormonales	<p>Son pastillas que contienen pequeñas cantidades de hormonas femeninas parecidas a las que produce el organismo de la mujer. La primera pastilla se toma el primer día de la menstruación, al terminar de tomar las pastillas del paquete, se deja un período de 7 días sin tomar pastillas, durante los cuales se presenta la menstruación.</p>
Inyecciones	<p>Mediante vía intravenosa, se inyectan hormonas similares a las producidas por la mujer. Impiden la ovulación y hacen que el moco que se produce en el cuello de la matriz se vuelva muy espeso impidiendo el paso de los espermatozoides.</p>
Vasectomía	<p>Consiste en una pequeña operación en la piel de la bolsa escrotal (arriba de donde están los testículos) para cortar los conductos deferentes, sitio por donde pasan los espermatozoides.</p>
Ligadura de trompas	<p>Esta cirugía cierra o bloquea de forma permanente las trompas de Falopio, para que el esperma no pueda llegar al óvulo y provocar el embarazo.</p>

Estos métodos ayudan a prevenir un embarazo no deseado y a decidir cuándo y cuántos hijos deseas tener. Además, los métodos anticonceptivos permiten decidir sobre la vida reproductiva y la planificación familiar.

Actualmente hay una gran cantidad de métodos anticonceptivos. La elección de un método anticonceptivo siempre debe realizarse de manera libre e informada. Para elegir el método anticonceptivo se recomienda consultar al médico para que valore nuestro estado de salud general y sugiera el más adecuado a nuestro estilo y ritmo de

vida. En una relación de pareja, la decisión sobre cuál método anticonceptivo elegir debe ser en común acuerdo.

El Reto de Hoy:

Te invito a formar *El Buzón de tus dudas*, puedes hacerlo con una caja de cartón y haz un sobre de papel y dentro del mismo coloca la o las preguntas que anotaste durante la clase y entrégaselas a tus padres o a un familiar para que te ayuden a resolver tus dudas con una plástica clara y sencilla. Decora tu buzón con diferentes dibujos.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo

Para saber más:

Consulta los libros de texto en la siguiente liga.
<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/primaria.html>