Formato para la producción del Proyecto de Transformación de la Práctica (PTP 1)

<p>Dilema socio científico:</p> <p>Alimentación: efectos en la salud y en cuidado del medio ambiente</p>	
<p>Problemática relacionada:</p> <p>En los últimos años se han incrementado más los malos hábitos alimenticios en las personas que conllevan a padecer enfermedades como el sobrepeso y la obesidad.</p> <p>A nivel mundial nuestro país, México, ocupa el primer lugar en obesidad infantil, un enorme problema de salud pública.</p> <p>A nivel local nuestro estado, Yucatán, ocupó el lugar 12 a nivel nacional con mayor tasa de incremento de la obesidad. La obesidad es otra pandemia que azota al mundo entero y México y Yucatán no son la excepción.</p> <p>En la Escuela Secundaria donde laboro se ha detectado un creciente número de alumnos que tienen malos hábitos alimenticios y poca actividad física que los conlleva a padecer sobrepeso y obesidad.</p> <p>Los adolescentes de secundaria consumen principalmente alimentos poco saludables para su salud dando prioridad a la comida chatarra que provoca en ellos obesidad y sobrepeso</p>	
<p>Aprendizaje general:</p> <p>Prevenir desde la escuela secundaria la obesidad y el sobrepeso mediante la adquisición de hábitos saludables que eviten tales enfermedades.</p>	
<p>Contenidos y PDA por campo formativo relacionado</p>	
Campo	Elementos por integrar
<p>Saberes y pensamiento científico</p> <p>BIOLOGÍA</p>	<p>Contenidos</p> <p>Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación y el consumo de alimentos ultraprocesados</p>
	<p>PDA</p> <p>Identifica causas de la obesidad y el sobrepeso relacionadas con la dieta y el sedentarismo, a fin de formular su proyecto de vida</p>

	saludable; incluye factores protectores y propone acciones para reducir factores de riesgo, incluyendo su entorno familiar comunitario.
Lenguajes ARTES	Contenidos Vida saludable expresada a través de mensajes contruidos con elementos de las artes, para difundirlos por distintos medios de comunicación.
	PDA Emplea intencionalmente formas, colores, movimientos, sonidos, entre otros elementos de las artes, para representar una vida saludable y la difunde por un medio de comunicación escolar
Ética, naturaleza y sociedades HISTORIA	Contenidos Discriminación , racismo, sexismo y prejuicios como construcciones históricas
	PDA Comprende las causas y consecuencias históricas del racismo y propone acciones en su vida cotidiana y en la de su comunidad escolar para combatirlo
De lo humano y lo comunitario EDUCACIÓN FÍSICA	Contenidos Estilos de vida activos y saludables
	PDA Implementa acciones que le permiten mantenerse físicamente activo en diferentes momentos del día, para favorecer la práctica de estilos de vida saludables.
Indagación para la comprensión del dilema: La forma más efectiva para conocer el grado de obesidad y sobrepeso en las personas es de acuerdo a su Índice de Masa Corporal (IMC).	

De acuerdo con criterios establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), se considera que una persona tiene sobrepeso cuando su IMC está entre 25.0 y 29.9; se considera obesidad grado I cuando el IMC está entre 30.0 y 34.9; obesidad grado II cuando el IMC está entre 35.0 y 39.9, y obesidad grado III cuando el IMC es igual o mayor a 40.

El índice de masa corporal (IMC) es un método utilizado para estimar la cantidad de grasa corporal que tiene una persona, y determinar por tanto si el peso está dentro del rango normal, o por el contrario, se tiene **sobrepeso** o delgadez. Para ello, se pone en relación la estatura y el peso actual del individuo. Esta fórmula matemática fue ideada por el estadístico belga Adolphe Quetelet, por lo que también se conoce como *índice de Quetelet* o *Body Mass Index*(BMI).

De acuerdo a las Ensanut, la prevalencia de sobrepeso en adolescentes de 12 a 19 años fue de 21.3% para el año 2006, de 21.6% para el año 2012 y de 23.8% en 2018-19. La obesidad en 2006 fue de 11.9%, para 2012 de 13.3% y para 2018 de 14.6%

Para prevenir el sobrepeso y la obesidad es importante adquirir hábitos saludables que permitan un adecuado funcionamiento del organismo y por ende gozar de una buena salud.

Los hábitos saludables son todas aquellas conductas que se asumen como propias en la vida cotidiana y que inciden positivamente en el bienestar físico, mental y social de los individuos, de tal suerte que de ellos depende la presencia de factores de riesgo o protectores para el bienestar.

Resulta muy importante evitar comida considerada como chatarra o con escaso valor nutricional.

En la actualidad, es común escuchar **la palabra “chatarra”** para distinguir un tipo de alimentos, pero ¿qué se quiere dar a entender con ese término? De acuerdo con el Diccionario de la Real Academia de Lengua Española (RAE), este vocablo no sólo se utiliza **para referirse particularmente a los metales viejos** (trozos, aparatos que ya no funcionan, monedas, etc.), sino **también para indicar que algo es de muy baja calidad alimenticia.**

Tercer esbozo de una intervención didáctica breve para discutir el dilema

seleccionado:

Los alumnos presentaron un instrumento llamado cuestionario para determinar sus hábitos alimenticios y el conocimiento teórico de la obesidad.

Participarán en un debate acerca del consumo de alimentos ultraprocesados y su impacto en la obesidad y el sobrepeso.

Elaborarán un organizador gráfico acerca de las causas del sobrepeso y obesidad en el que utilicen su libro de texto propuesto por la NEM

Elaborarán un platillo nutritivo en el aula, adaptado al programa de master chef ,en el cual identificarán los nutrimentos de cada alimento y reflexionarán sobre cómo llevar una alimentación adecuada y equilibrada basándose en el plato del buen comer así como las consecuencias de no hacerlo como parte de la vida diaria.

Los alumnos elaborarán una infografía en la que incluyan las causas de la obesidad y el sobrepeso relacionadas con la dieta y el sedentarismo, así como un proyecto de vida saludable con acciones para reducir factores de riesgo, incluyendo su entorno familiar y comunitario.

Evidencias gráficas (si las hubiere; no es indispensable agregarlas)

Instrumento de autoevaluación del PTP 1

Instrumento para evaluar el PTP 1				
EVIDENCIA: Propuesta de tratamiento didáctico del dilema socio científico seleccionado				
INDICADORES	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado
	10	15	20	25
Presenta congruencia entre dilema seleccionado, problemática y aprendizaje general.				
Incorpora contenidos y PDA de al menos dos campos formativos.				
Realiza la indagación de las causas y consecuencias del dilema y lo describe con claridad.				
Recupera al menos una de las estrategias didácticas revisadas en el módulo para el desarrollo de la intervención didáctica.				