

|   |  |                           |       |    |       |          |
|---|--|---------------------------|-------|----|-------|----------|
|  | <b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN</b> |                           |       |    |       |          |
|   | NOMBRE ALUMNA:                               |                           |       |    |       |          |
|   | ÁREA / ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES        |                           |       |    |       |          |
|   | DOCENTE: MARA CELINA MAZO TAPIAS.            |                           |       |    |       |          |
|   | PERÍODO                                      | TIPO GUÍA                 | GRADO | Nº | FECHA | DURACIÓN |
|   | 2  | CONCEPTUAL Y DE EJECUCIÓN | 5     | 3  | 05-23 | 4        |

### INDICADORES DE DESEMPEÑO

Comprende la reproducción como el mecanismo indispensable para mantener y perpetuar la especie.

### DESARROLLO DEL TEMA

¿Qué voy a aprender?

Reproducción, menstruación, embarazo y parto

¿Qué estoy aprendiendo?

Lee comprensivamente la información presente en tu guía de aprendizaje, luego responde las preguntas, hazlo con tu mejor letra. Ante cualquier duda o consulta que tengas estaré disponible.

### LA MENSTRUACIÓN

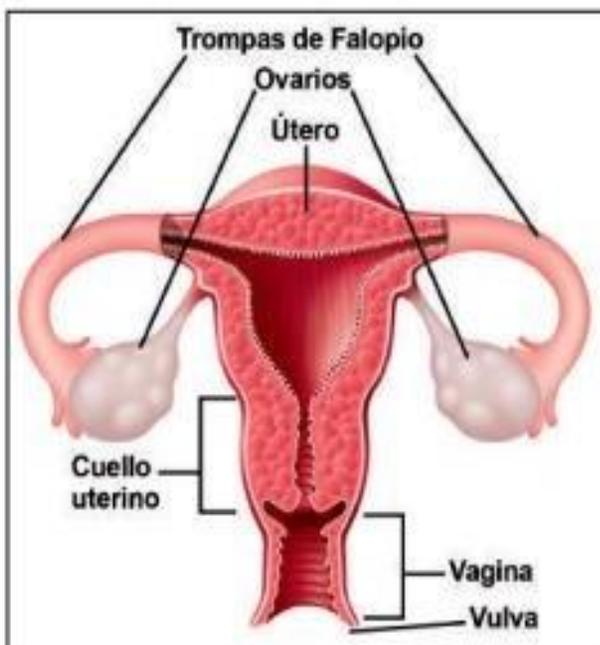
La menstruación (conocida coloquialmente como "la regla, el periodo") es cuando sale sangre del cuerpo de una niña a través de la vagina. Es una señal de que la niña se está acercando al final de la pubertad. El **ciclo menstrual** es el ciclo hormonal por el que pasa el cuerpo de una mujer cada mes para prepararse para el embarazo.

En la mayoría de las niñas, la primera menstruación, o menarquia, empieza aproximadamente 2 años después de que se les empiecen a desarrollar los senos. En la mayoría de las niñas esto ocurre en torno a los 11, 12 años de edad. Pero puede ocurrir tan pronto como a los 8 años o tan tarde como a los 15 años.

### PARTES DEL SISTEMA REPRODUCTOR FEMENINO

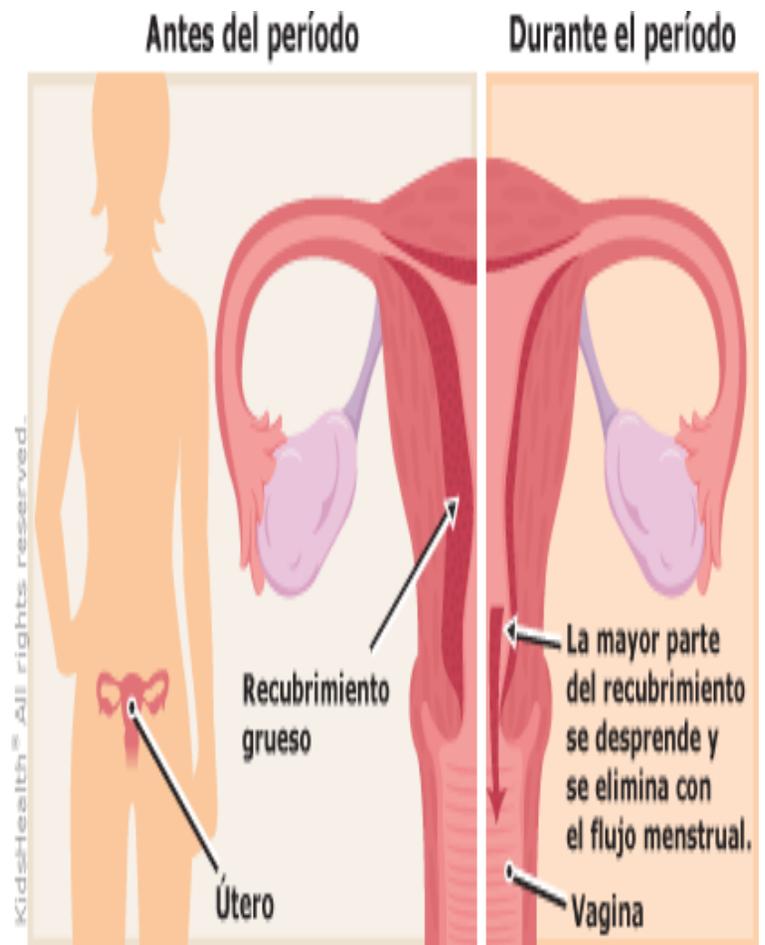
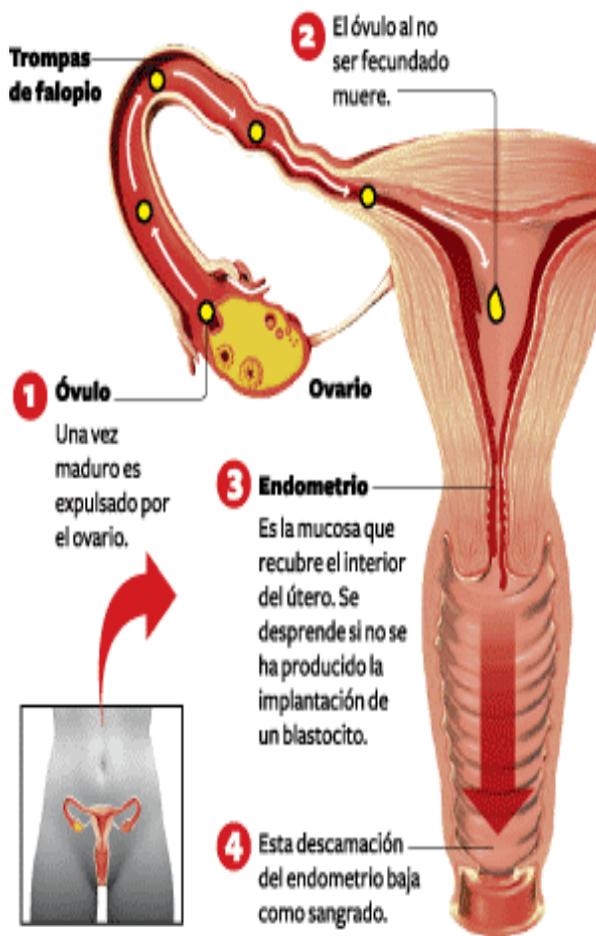
Genitales internos

Genitales Externos

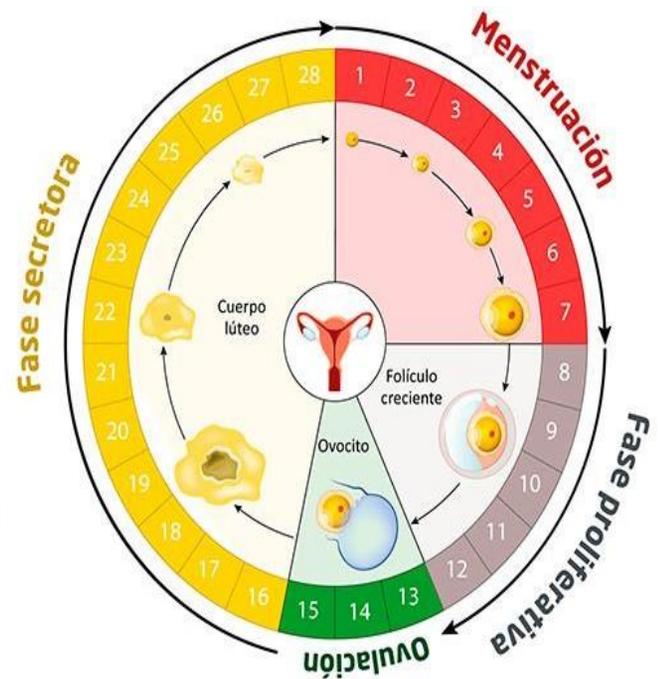




## Proceso menstrual



# Fases del Ciclo Menstrual



## Síndrome Premenstrual

- Es un conjunto de síntomas físicos y psíquicos que aparecen en algunas mujeres durante los días previos a la regla.

### Síntomas durante la menstruación

- Dolor de vientre.
- Hinchazón de la barriga.
- Irritabilidad/enfados.
- Fatiga.
- Diarrea.

### Síntomas físicos

- Tensión mamaria.
- Hinchazón de la barriga.
- Dolor de cabeza.
- Cambio del apetito.
- estreñimiento o diarrea.
- Cambios en el sueño.
- Palpitaciones, entre otros.

### Síntomas psicológicos

- Sentimiento de tristeza.
- Cansancio y fatiga.
- Dificultad de concentración.
- Ansiedad e irritabilidad son los más destacados.

¿Cuál es la gama de productos?  
 Toallas sanitarias. El producto  
 Toallas de tela o ecológicas.  
 Tampones. ...  
 Copas menstruales. ...



5" ...

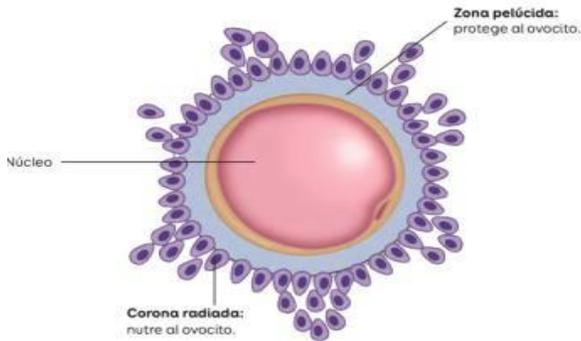
Ropa interior reutilizable.

Reglas de higiene

## REPRODUCCIÓN HUMANA

El ser humano se reproduce de manera sexual, lo que implica dos progenitores, hombre y una mujer, se da la unión de los gametos ovocitos (de la mujer) y espermatozoides (del hombre), constituye el primer evento involucrado en el inicio y desarrollo de un individuo, de la misma especie idéntico proceso denominado fecundación.

### OVULO FEMENINO MASCULINA

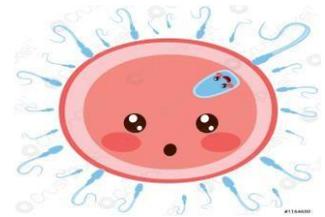


### ESPERMATOZOIDES CÉLULA



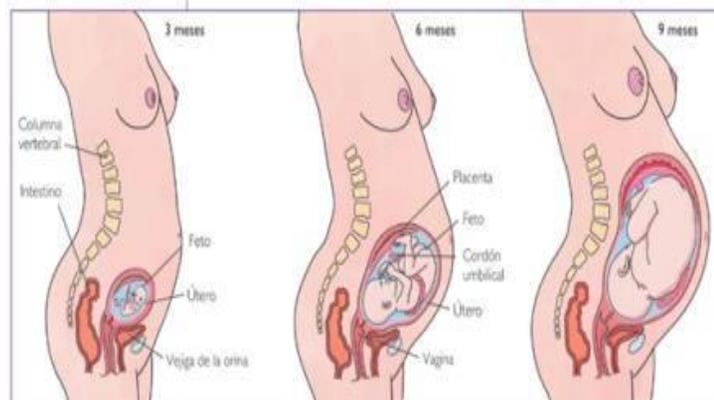
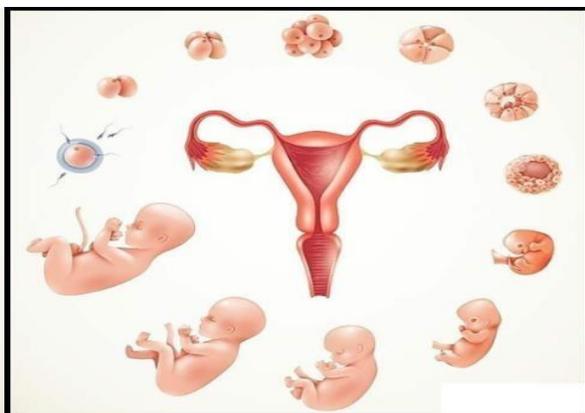
## LA FECUNDACIÓN

En la fecundación, la unión de un gameto masculino con uno femenino da origen al huevo o cigoto. Este es una célula cuyo núcleo contiene una mezcla de la información genética de ambos padres y, a partir de ella, comienza el desarrollo embrionario.

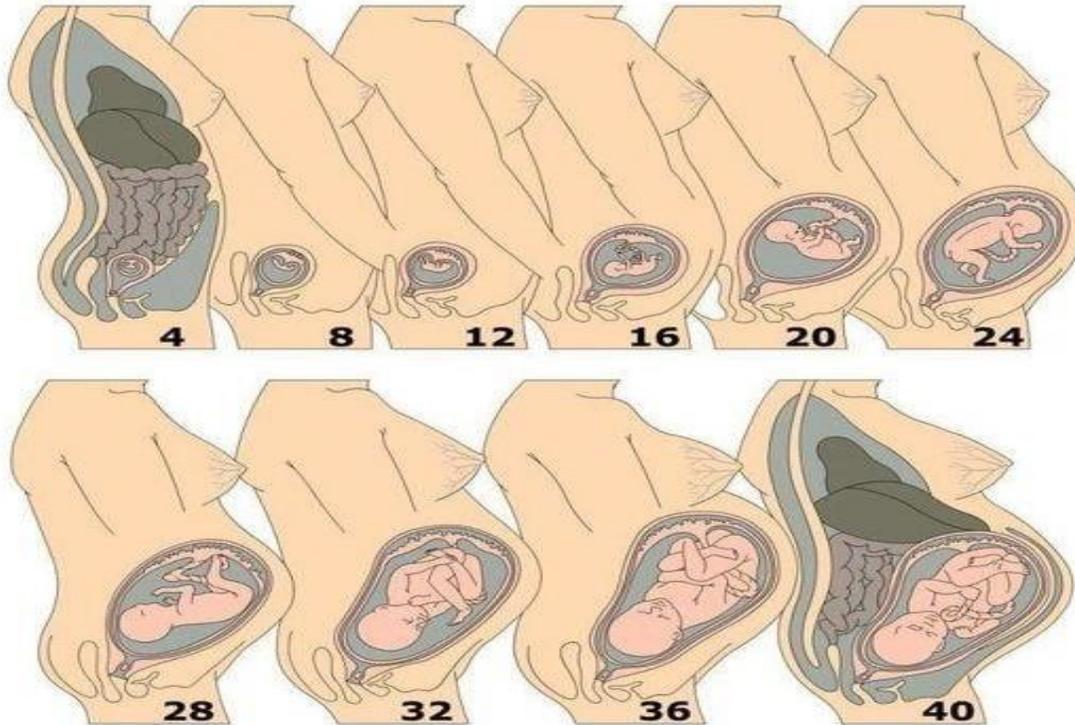


## Embarazo

- De inmediato la regla desaparece
- En el útero se forman la placenta y la bolsa amniótica. La **placenta** proporciona nutrientes y oxígeno a través del **cordón umbilical**. La **bolsa amniótica** (llena de líquido) protege y envuelve al feto de cambios de temperatura o golpes.
- El **abdomen aumenta** de volumen para contener la placenta, la bolsa amniótica y el feto, que crece con el paso del tiempo.
- Al final del embarazo las **mamas** se preparan para producir leche con la que se alimentará el bebé los primeros meses de vida.



Crecimiento del bebe en el vientre de la madre, en las últimas semanas él bebe a aumenta de peso.



## ❖ EL PARTO

El parto consiste en la salida del feto y la placenta al exterior a través de la vagina:

- La **rotura de la bolsa amniótica** cuando el feto alcanza su desarrollo completo. El líquido amniótico sale por la vagina y ésta comienza su **dilatación** para permitir que el feto salga.
- La **expulsión** del feto se produce gracias a las contracciones del útero y los músculos del abdomen. Una vez fuera se corta el cordón umbilical (su cicatriz es el ombligo).

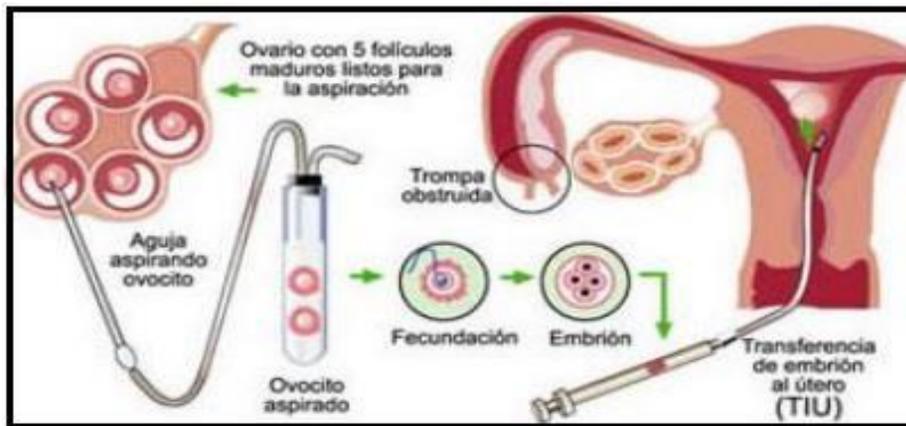


- El **alumbramiento** es la expulsión del cordón umbilical, la placenta y la bolsa amniótica.

## LA ESTERILIDAD

Cuando las parejas no pueden concebir hijos de forma natural se dice que tienen problemas de **esterilidad** o **infertilidad**. Las causas pueden ser muy diversas: exposición a sustancias contaminantes, consumo abusivo de tabaco y alcohol, padecer otra enfermedad como la tuberculosis o paperas...

Hoy día existen técnicas que permiten la fecundación en el laboratorio y luego se implanta el cigoto en el útero de la futura madre y el resto del embarazo se desarrolla con normalidad.

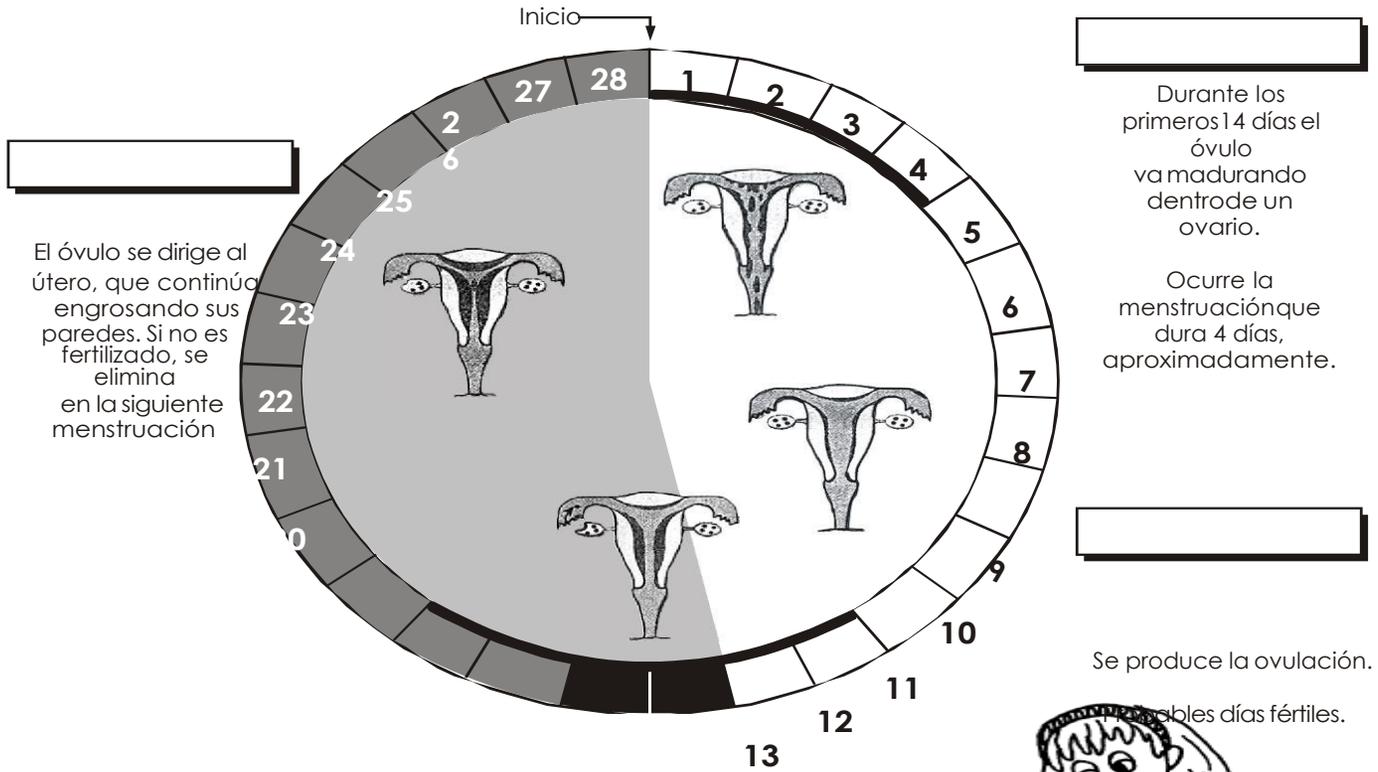


¡APLICO LO QUE APRENDÍ!

ACTIVIDAD:

1. Qué nombre recibe la primera menstruación \_\_\_\_\_
2. Cómo se llama la última menstruación \_\_\_\_\_
3. A qué edad puede llegar la menstruación \_\_\_\_\_
4. Realiza en tu cuaderno un resumen de video visto relacionado con la menstruación.
5. En un calendario marca el proceso de la menstruación y ovulación
6. En el siguiente esquema coloca los pasos del ciclo menstrual.
7. Lee cuidadosamente el siguiente texto de Elena, esto te puede suceder a ti.

## CICLO MENSTRUAL



### 8-LEE CUIDADOSAMENTE LO QUE LE PASA A ELENA

“Me llamo Elena. Estoy en el grado sexto en el colegio que está en mi barrio. Me gusta ir a la escuela, pues allí tengo muchísimas amigas y amigos. Siempre he sido muy alegre y abierta, me gusta hablar, jugar, relacionarme con los demás. Pero, en estos últimos meses, no sé qué me pasa. Me siento distinta, no me reconozco, mi cuerpo cambia muy deprisa. Los pechos me están creciendo mucho, la cadera también. Mis amigos y amigas me miran constantemente, a ella todavía no les pasa lo que a mí. Me siento muy incómoda. Me da vergüenza. Hubiera preferido estar como antes.



RESPONDE, SI QUIERES LO ESCRIBES, SI NO COMENTA CON UN MIEBRO DE TU FAMILIA.

- ¿Qué crees que le sucede a Elena? \_\_\_\_\_
- ¿Conoces a alguien que le pase o haya pasado lo mismo? \_\_\_\_\_
- ¿Por qué crees que se dan estas situaciones? \_\_\_\_\_

- ¿Qué le dirías a Elena para que se sintiera contenta consigo misma? \_\_\_\_\_

¿A ti te ha pasado lo mismo que a Elena, o aún no? \_\_\_\_\_

9. Qué nombre recibe el nuevo ser en los 3 primeros meses \_\_\_\_\_

10. Explica que le pasa al feto al tercer mes \_\_\_\_\_

11. Qué se forma en el útero \_\_\_\_\_

12. En que consiste el parto \_\_\_\_\_

13. Como es el proceso de fecundación artificial cuando una mujer es infértil o estéril.

14. Consulta y dibuja el aparato reproductor del hombre.

## **NADIE ELIGE DONDE NACER, PERO SI DONDE MORIR”**

Tomado de <https://webdeldocente.com/ciencia-y-ambiente-sexto-grado/el-ciclo-menstrual/>  
[https://www.youtube.com/playlist?list=PLDQ-bJeFhGnisEq\\_6nDy6rGApvtL-9srF](https://www.youtube.com/playlist?list=PLDQ-bJeFhGnisEq_6nDy6rGApvtL-9srF)  
<https://www.youtube.com/user/master2000sas>

"