

TUTORIA  
LOS RIESGOS DE LA AUTOMEDICACION

Apellidos y nombres:.....Cuarto B

Objetivo: Los estudiantes reconocen el riesgo de la automedicación

Indicador de evaluación: Explica los riesgos de la automedicación

Observa y lee la historieta



Responde

1. Responde que le recomiendas al personaje de la historieta? Por qué?

.....

.....

2. ¿Por qué razones crees que las personas usan medicina sin ir al médico?

.....

.....

3. ¿Cuáles son las medicinas que más usan las personas que conoces? ¿Por qué y para qué?

.....

.....

Responde

4. ¿Cuáles pueden ser las consecuencias de usar medicinas sin receta médica?

.....

.....

5. ¿Qué riesgos tiene la automedicación?

.....

.....

6. ¿Qué recomendarías para dejar de practicarla?

.....

.....

7. **Producto:** “Crea una frase para evitar la automedicación y escríbela en una hoja bond

**AUTOEVALUACIÓN**

Criterios de evaluación	Lo logre	Estoy en proceso	8. ¿Qué puedo hacer para mejorar mi aprendizaje
Explica los riesgos de la automedicación			

# “LOS RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN”

Me siento mal... ¿Qué puedo tomar?



“Toma esa medicina, a tu amigo le hizo bien”



Me siento peor y ahora con náuseas.



**¿Qué es la automedicación?**

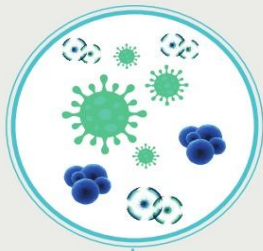
*Es una práctica inadecuada de consumo de medicamentos sin ser recetados por un profesional de salud.*

Mmm... Mmm...

**¿Cuáles son los efectos?**

- \* El medicamento no hace efecto
- \* Puede causar dependencia
- \* Puede producir intoxicación
- \* Podría ocultar la dolencia grave y complicar la enfermedad

## PREVENCIÓN



**Mantener hábitos saludables**

- Haz ejercicios
- Mantén una buena alimentación
- Duerme mínimo 8 hrs
- Mantén una buena comunicación con tu familia

**Ante el COVID-19**

- Lávate las manos 20 segundos
- Usa mascarilla
- Respetar el distanciamiento social
- Evita las reuniones sociales



**Busca información profesional**

— Médicos especialistas



**Información confiable**

- Escuelas
- Centro de salud
- Medios de comunicación oficiales
- Línea de ayuda
  - 113 - MINSALUD
  - 117 - ESSALUD

¡Gracias, doctora!

¡Recuerda!

**“La mejor medicina es un estilo de vida saludable”**

Nuestra actividad para esta sesión es: **“Crea una frase para evitar la automedicación”, y escríbela en una hoja bond.** Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora.

**FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PSICOSOCIALES EN ESCOLARES**

## **“Los riesgos de la automedicación”**

La automedicación, consiste en tomar medicamentos, sin un diagnóstico previo, y sin conocer realmente el tipo de medicina que se necesita.

### **Factores que contribuyen a automedicarse:**

- \*Servicios de salud, poco accesibles (en dinero y tiempo)
- \*Dolencias o enfermedades leves, consideradas “auto medicables” por las propias personas.
- \*Publicidad intensa con información de “medicamentos eficaces” para curar enfermedades o dolencias.
- \*Disponibilidad de medicamentos que se venden sin recetas en las farmacias.

### **Riesgos de automedicarse:**

- \*Ineficacia del medicamento por no ser el indicado para el tipo de dolencia del paciente.
- \*Puede destruir las bacterias propias del organismo.
- \*Puede generar intoxicación, por sobre dosis o reacción del organismo.
- \*Puede generar dependencia, sobre todo los tranquilizantes.
- \*Puede enmascarar los síntomas de alguna dolencia, agravar la enfermedad; por no ser la medicina correcta.
- \*Puede producir náuseas, vómitos, mareos, dolores de cabeza, picazón del cuerpo y otros malestares por los efectos secundarios de las propias medicinas.
- \*La automedicación es una práctica peligrosa y negativa ante cualquier enfermedad o malestar presentado.



VII CICLO - 3ro, 4to y 5to Grado Educación Secundaria

## “LOS RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN”

Me siento mal... ¿Qué puedo tomar?



“Toma esa medicina, a tu amigo le hizo bien”



Me siento peor y ahora con náuseas.



**¿Qué es la automedicación?**

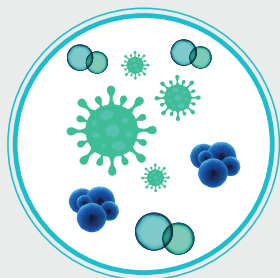
*Es una práctica inadecuada de consumo de medicamentos sin ser recetados por un profesional de salud.*

Mmm... Mmm...

**¿Cuáles son los efectos?**

- \* El medicamento no hace efecto
- \* Puede causar dependencia
- \* Puede producir intoxicación
- \* Podría ocultar la dolencia grave y complicar la enfermedad

## PREVENCIÓN



### Mantener hábitos saludables

- Haz ejercicios
- Mantén una buena alimentación
- Duerme mínimo 8 hrs
- Mantén una buena comunicación con tu familia

### Ante el COVID-19

- Lávate las manos 20 segundos
- Usa mascarilla
- Respeta el distanciamiento social
- Evita las reuniones sociales



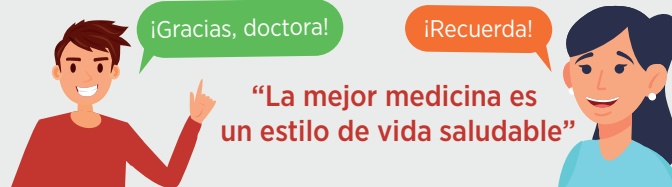
### Busca información profesional

Médicos especialistas



### Información confiable

- Escuelas
- Centro de salud
- Medios de comunicación oficiales
- Línea de ayuda
  - 113 - MINSU
  - 117 - ESSALUD



“La mejor medicina es un estilo de vida saludable”

Nuestra actividad para esta sesión es: **“Crea una frase para evitar la automedicación”, y escríbela en una hoja bond.** Al finalizar, toma una foto y la envías por correo electrónico u otro medio indicado por tu tutor o tutora.