

## Orientación 2° medio / Unidad 2 / OA 4 / Actividad 3

### 3. OBSESIÓN

#### Observaciones a la o el docente

Se sugiere solicitar la sala de Enlaces o CRA para desarrollar la siguiente actividad; deberá evaluar si destinará una o dos clases para implementarla. Se recomienda revisar con anticipación el documental Obsesión, de NatGeo, que se encuentra disponible en la web (revisado el 2 de septiembre de 2015). Cabe señalar que en el documental aparece la opinión de algunos expertos, pero no representan necesariamente la de la mayoría. En él se muestran los problemas asociados a los trastornos alimenticios; y se espera que con su exhibición la o el docente sensibilice al curso con la idea de comunidad, y con que se debe estar pendiente de las señales que ayuden a pesquisar la posibilidad de que algún compañero o compañera requiera de ayuda.

Asimismo, se recomienda revisar la sugerencia de evaluación diseñada para esta actividad (página 84), con la finalidad de determinar el o los momentos en que resulte pertinente aplicarla, ya sea durante el desarrollo de la actividad o al finalizar esta, de acuerdo a las necesidades de sus estudiantes.

Se aconseja al profesor o la profesora presentar el material audiovisual en clases para el adecuado desarrollo de la actividad.

Después de ver el documental, la o el docente solicitará a sus estudiantes que se reúnan en parejas para reflexionar sobre las siguientes preguntas:

- ¿Es el trastorno alimenticio un tema de preocupación o interés entre las y los estudiantes?
- ¿De qué forma podemos ayudar a quienes se encuentran en esta difícil situación?
- ¿Qué dificultades podrías encontrar para ayudar efectivamente a una persona que se encuentra en esta situación?
- Busca en internet: ¿qué entidades o redes de salud se encuentran disponibles para ayudar a quienes tienen esta enfermedad?

Se sugiere cerrar la actividad escuchando las respuestas elaboradas por sus estudiantes y enfatizando en la posibilidad de conversar con alguien que esté preocupado o preocupada por algún compañero, compañera u otra persona que pudiera estar afectada por esta enfermedad sin darse cuenta.

Es importante enfatizar a las y los estudiantes que los trastornos alimenticios son diversos y no solo se relacionan con el deseo de perder peso, puesto que también podemos abordar otros temas asociados a trastornos alimenticios o a la falta de hábitos de alimentación saludable como sobrepeso, obesidad, mala nutrición, bulimia, entre otros; que, en algunas situaciones, se relacionan con el sedentarismo, la ansiedad, el descontrol de impulsos, entre otros.

\*Si las condiciones o el interés del curso lo ameritan, puede motivar el inicio de una campaña dentro del curso o del colegio que promueva hábitos de vida saludable y el cuidado con la alimentación, sensibilizando a la comunidad educativa por medio de afiches o dípticos en torno al tema.

#### ®Educación Física y Salud (ver Anexo 1)