

## SALUD INTEGRAL

Facultad de Ciencias de la Salud (4 créditos)

<b>Facultad oferente:</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
Coordinador curso:	Mgtr. Verónica Leonor Monterroso Xuruc
Correo:	<a href="mailto:vlmonterroso@url.edu.gt">vlmonterroso@url.edu.gt</a>
Extensión	2367

<b>Nombre de la asignatura: Salud Integral</b>	
Número de créditos	4
Eje de formación	Formación Integral
Modalidad	Presencial

### A. Información del profesor

Nombre del profesor	Mercedes Bautista
Correo electrónico	<a href="mailto:mmbautistaa@correo.url.edu.gt">mmbautistaa@correo.url.edu.gt</a>

### B. Descripción de la asignatura

Esta asignatura se ofrece a los estudiantes con el fin de ofrecer experiencias de aprendizaje que les permitan analizar cuáles son los factores y conductas de riesgo que determinan un buen estado de salud desde una perspectiva biológica, psicológica y social y a su vez que ellos mismos elaboren una propuesta de implementación de hábitos saludables como parte fundamental del autocuidado.

## C. Competencias de la asignatura

### Competencias genéricas

Nombre de la competencia genérica: Autorrealización y plenitud				
Elemento	Nivel de dominio [Seleccione el nivel]			Descripción del nivel de dominio
Autoconocimiento y autogestión	Iniciación	Transición	Autonomía	Gestiona el conocimiento de su ser, su cuerpo, conducta, fortalezas, limitaciones y potencialidades
			X	
Nombre de la competencia genérica: Liderazgo solidario transformador				
Elemento	Nivel de dominio [Seleccione el nivel]			Descripción del nivel de dominio
Inteligencia emocional	Iniciación	Transición	Autonomía	Gestiona sus pensamientos y emociones de forma positiva, para el logro de metas individuales y colectivas
			X	

## D. Metodología

Esta asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos de aprendizaje-enseñanza:

### Aprendizaje Invertido

La exposición de saberes se realiza por medio de documentos, videos y otros materiales por parte del estudiante. El tiempo de sesión síncrona se dedica a la discusión, resolución de problemas y actividades prácticas bajo la supervisión del profesor.

### Aprendizaje basado en casos

Los estudiantes construyen su aprendizaje a través de análisis y reflexión de situaciones de la vida real. Se les somete a problemáticas reales para que proporcionen soluciones fundamentadas.

### Aprendizaje basado en problemas

Los estudiantes en grupos pequeños se reúnen con un tutor para analizar y proponer una solución al planteamiento de una situación problemática real o potencialmente real relacionada con su entorno físico y social. El objetivo no se centra en resolver el problema sino en utilizar a

éste como detonador para que los alumnos cubran los objetivos de aprendizaje y además desarrollen competencias de carácter personal y social.

## Aprendizaje basado en retos

Los estudiantes basados en un contexto general de manera colaborativa deben determinar el reto a resolver, trabajan con sus profesores y expertos para resolver este reto y así desarrollar un conocimiento más profundo de los temas que estén estudiando.

### E. Plan de trabajo del estudiante

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
01	Presentación del programa del curso Conceptualización de la salud y sus factores determinantes.	Encuesta situación de salud general.  Historial de enfermedad	Encuesta de hábitos	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual	X	
02	Análisis de la situación de salud en Guatemala	Cine foro Análisis en equipos	Elaboración de papelógrafo Foro en moodle	Cuaderno de trabajo, Moodle Equipo audiovisual vídeo-cortometraje nota periodística Papel periódico pliegos.	X	
03	Taller conociendo mi estado de salud	Actividad vivencial	Evidencia de la autoevaluación y respuestas de reflexión	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Diapasones Cartilla de Snellen Hojas de papel	X	

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
04	Historia natural de la enfermedad Importancia del autocuidado	Análisis enfermedades prevenibles y heredadas.	Hoja de trabajo	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual	X	
05	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado salud en general.	Guía del plan de autocuidado.	Moodle Canva Archivos word	X	
06	Alimentación y Nutrición Nutrientes esenciales Mi plato Selección de hábitos saludables de alimentación	Test de hábitos de alimentación. Análisis de caso. Elaboración de menú saludable	Elaboración de menú saludable	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Pizarrón marcadores Esquema mi plato Hojas de papel periódico	X	
07	Taller de antropometría	Actividad vivencial	Entrega de evidencia de la autoevaluación y respuestas de reflexión	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Tallímetro Balanzas digitales Cintas métricas	X	
08	Trastornos alimenticios	Lectura Análisis Elaboración de un esquema gráfico que permita el estudio de las causas, consecuencias y soluciones de los TCA	Esquema gráfico	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Artículo en medio digital o físico. Hojas de papel periódico.		X
09	Etiquetado nutricional	Hoja de trabajo que refleje la lectura de	Hoja de trabajo de etiquetado nutricional	Cuaderno de trabajo Moodle	X	

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
		etiquetas de alimentos.		Equipo audiovisual Hojas de papel impresas con el taller de etiquetado nutricional. Recurso humano: Facilitadora experta en el tema de Lectura de etiquetas.		
10	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado unidad de Alimentación y Nutrición Proyecto Hábitos de alimentación saludable	Guía del plan de autocuidado. Elaboración de proyecto en equipos de trabajo.	Moodle Canva Archivos word	X	
11	Actividad física, ejercicio y deporte. Conceptos básicos, importancia del ejercicio físico. Tipos de ejercicio. Zonas de actividad física saludable	Cálculo de zonas de actividad física saludable.	Hoja de trabajo prescripción del ejercicio físico	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hojas de papel	X	
12	Taller capacidades físicas básicas	Autoevaluación de capacidades físicas básicas	Evidencia de la autoevaluación y respuestas de reflexión	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hojas de papel	X	
13	Práctica de acondicionamiento físico	Práctica deportiva	Participación y asistencia en la actividad.	Cancha deportiva Pelotas Conos plásticos Hula-hula Recurso Humano: Entrenador	X	

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
				deportivo.		
14	Planificando mi actividad física	Análisis de las disciplinas deportivas	Elaboración de infografía con las características principales de disciplinas deportivas.	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Papelógrafos.	X	
15	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado unidad de Actividad física, ejercicio y deporte. Proyecto Cómo mejorar mi actividad física.	Guía del plan de autocuidado. Elaboración de proyecto en equipos de trabajo.	Moodle Equipo audiovisual Dispositivo electrónico. Hojas de papel	X	
16	Elementos básicos de la salud mental. Salud mental en Guatemala Higiene del sueño	Lectura Salud mental en Guatemala Nube de palabras Elaboración de FODA personal	Comentario personal sobre la Salud Mental en Guatemala.	Video Guatemala: dentro del peor hospital psiquiátrico de América-Nota periodística Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual	X	
17	Inteligencias múltiples e Inteligencia emocional	Test de autoevaluación en línea- Psicoactiva	Resultados de autoevaluaciones de inteligencias múltiples e inteligencia emocional	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Psicoactiva en línea	X	
18	Taller de autoestima	Desarrollo de actividades de autoconocimiento personal.	Responder preguntas de reflexión y de autoconocimiento personal. Test del árbol.	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hojas de papel impresas con el taller de	X	

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
				etiquetado nutricional. Recurso humano: Facilitadora experta en el tema de Lectura de etiquetas		
19	Comunicación efectiva- asertividad	Hoja de trabajo Análisis de casos y técnicas para desarrollar la asertividad.	Entrega de la hoja de trabajo.	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hoja de trabajo		X
20	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado unidad Salud mental Proyecto Cómo mejorar mi salud mental	Guía del plan de autocuidado.  Elaboración de proyecto en equipos de trabajo.	Moodle Equipo audiovisual Dispositivo electrónico. Hojas de papel	X	
21	Adicción, proceso adictivo	Contextualización del consumo de drogas en Guatemala. Datos epidemiológicos.	Padlet Mural colaborativo	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Canva	X	
22	Neurociencias de la adicción Tipo de adicciones	Cine foro	Realizar un comentario personal sobre la película vista en clase	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hoja de trabajo	X	
23	Conviviendo con jóvenes en proceso de recuperación del consumo de drogas y sustancias.	Charla de testimonios AA	Hoja de trabajo- actividad de reflexión	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hoja de trabajo Recurso humano: Invitados especiales	X	

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
24	Rehumanización en el proceso de recuperación de las adicciones	Test SURP	Retroalimentación	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hoja de trabajo	X	
25	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado unidad Prevención de adicciones. Proyecto Cómo prevenir las adicciones y las conductas compulsivas.	Guía del plan de autocuidado. Elaboración de proyecto en equipos de trabajo.	Moodle Equipo audiovisual Dispositivo electrónico. Hojas de papel	X	
26	Taller de Reanimación cardiopulmonar	Taller vivencial	Aplicación de la técnica entre parejas de trabajo	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Modelos anatómicos Recurso humano: Instructor certificado en reanimación cardiopulmonar	X	
27	Prevención de accidentes de tránsito	Charla educacional	Actividad reflexiva	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Recurso humano: Experto temático	X	
28	Violencia Conceptos básicos causas Tipos de violencia	Árbol de problemas	Análisis de actividad en parejas	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual	X	



Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico	Asincrónico
				Hoja de trabajo		
29	Violencia de genero	Obras de teatro	Participación en conversatorio	Laboratorio teatral Violentómetros	X	
30	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado unidad Prevención de accidentes y violencia Proyecto Prevención de la violencia	Guía del plan de autocuidado.  Elaboración de proyecto en equipos de trabajo.	Moodle Equipo audiovisual Dispositivo electrónico. Hojas de papel	X	
31	Sexualidad conceptos básicos Derechos sexuales y reproductivos	Mito o dato Sinónimos y antónimos	Presentación del trabajo realizado en equipos	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hoja de trabajo	X	
32	Anatomía y fisiología femenina y masculina	Hoja de trabajo anatomía y fisiología masculina y femenina	El papel del minuto ¿Qué aprendiste hoy? ¿Qué fue lo más difícil?	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hojas de papel	X	
33	Infecciones de transmisión sexual	Cacería de firmas	Actividad reflexiva	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual	X	
34	Cánceres más comunes asociados a los órganos genitales y reproductores	Lectura sobre datos epidemiológicos de los canceres más comunes en Latinoamérica	Lluvia de ideas	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Hojas de papel		X
35	Paternidad y maternidad responsable	Taller vivencial	Retroalimentación	Cuaderno de trabajo Moodle Equipo audiovisual Recurso humano:	X	

Núm. de sesiones	Saberes (temas y subtemas)	Actividades del estudiante	Evidencias de aprendizaje (Evaluación)	Recursos didácticos	Tiempo de trabajo	
					Sincrónico ○	Asincrónico ○
				Facilitadora experta en el tema de educación sexual y métodos de control de la natalidad.		
36	Evaluación Reflexiva	Plan de autocuidado unidad Salud sexual y reproductiva Proyecto Prevención de la violencia	Guía del plan de autocuidado.  Elaboración de proyecto en equipos de trabajo.	Moodle Equipo audiovisual Dispositivo electrónico. Hojas de papel	X	
37	Evaluación Final	Proyecto final cuestionario		Moodle Cuestionarios	X	

## F. Evaluación

### Actividades de evaluación sumativa

Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Puntaje
<b>Actividades de reflexión y autoconocimiento personal</b>	<p>Obtiene información y recursos científicos que le permiten interactuar con los temas de salud y autocuidado.</p> <p>Infiere e interpreta información de autoevaluación y autoconocimiento personal.</p>	35
<b>Guías del plan de autocuidado</b>	<p>Identifica los factores de riesgo relacionados a su salud.</p> <p>Reflexiona y evalúa la importancia del autocuidado como parte fundamental de su salud y propone soluciones a los factores de riesgo de su salud.</p>	35
<b>Examen final</b>	Expresa sus ideas y fundamenta la importancia del cuidado de la salud desde un enfoque integral.	30
<b>TOTAL</b>		100

### G. Actividades de evaluación formativa

1. Guías reflexivas
2. Trabajo colaborativo
3. FODA
4. Lluvia de ideas
5. Talleres de autoconocimiento y autoevaluación personal
6. Hojas de trabajo individuales
7. Foro en el portal
8. Productos elaborados en equipo colaborativo
9. El minuto del papel
10. Conversatorio

## H. Referencias

- A contrarregla. (Enero, 2022). *Síndrome premenstrual con la Dra. Raquel Tulleuda*. (Episodio 3 temporada 1). [Podcast]  
<https://open.spotify.com/episode/3gVLNsu4mbF6HA1GNhcgv8?si=0e6f61fce4eb499b>.
- Agencia de EE. UU. para el Desarrollo Internacional y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (s.f.). *Violentómetro*. [https://violentometro.ec/?view=que\\_es](https://violentometro.ec/?view=que_es)
- American Heart Association. (23 de febrero de 2023). *Bad Bunny's "Titi Me Pregunto"*.  
[https://twitter.com/American\\_Heart/status/16289128490650112/photo/1](https://twitter.com/American_Heart/status/16289128490650112/photo/1).
- Asociación Red de Jóvenes para la Incidencia Política. (2020). *Museo educativo de sexualidad*.  
<http://museo.incidejoven.org/index.html>.
- Bauta. (2013). *Sugar*. [Video]. <https://www.youtube.com/watch?v=4uIXeDFISLs&t=52>
- BBC News Mundo. (2018). *12 síntomas para detectar el cáncer de mama, el más común entre las mujeres*.
- Brainials. (30 de octubre 2022). *¿Qué es el sistema de recompensa y cómo funciona?* [Video].  
<https://www.youtube.com/watch?v=vTIZs5WBIOQ&t=2s>
- Café y Hierros. Fitness, nutrición y salud. (4 de enero de 2023). *Ejercicio físico ¿Cuánto es necesario a la semana?* [Podcast].  
[https://open.spotify.com/episode/7cBvomrcmB46Dngw2WsKgG?go=1&sp\\_cid=f832e122-5a5c-4b6c-84af-d617d7ca7c6a&utm\\_source=embed\\_player\\_p&utm\\_medium=desktop&nd=1](https://open.spotify.com/episode/7cBvomrcmB46Dngw2WsKgG?go=1&sp_cid=f832e122-5a5c-4b6c-84af-d617d7ca7c6a&utm_source=embed_player_p&utm_medium=desktop&nd=1)
- Cancela, L. (25 de enero de 2018). *Drogas y estrés: un cóctel explosivo para el cerebro adicto*. [Video]. [https://www.youtube.com/watch?v=eDWZ\\_XJqJTk&t=1s](https://www.youtube.com/watch?v=eDWZ_XJqJTk&t=1s).
- CECA (s.f.) *Test inteligencias múltiples*. <http://ceca.uaeh.edu.mx/multimedia/inteligencias/#>
- Centro de atención psicológica. Chile psicólogos. (s.f.) *Test Adicciones en línea*. [Página web].  
<https://chilepsicologos.cl/test/adicciones>
- Centro de Urología Avanzada. (s.f.). *¿Cuáles son los síntomas del cáncer de próstata?*. [Página web]. <https://www.urologia-avanzada.com.mx/blog/cancer-testicular>

- Centro de Urología Avanzada. (s.f.). *Síntomas y causas del cáncer de testículo*. [Página web].  
<https://www.urologia-avanzada.com.mx/blog/cancer-testicular>
- Colussi, M. (22 de octubre de 2012). *Prevención en salud mental: una reflexión desde el Psicoanálisis*. En: Plaza Pública. <https://www.plazapublica.com.gt/content/prevencion-en-salud-mental-una-reflexion-desde-el-psicoanalisis>
- Congosto, S. (16 de septiembre de 2022). *Dependencia emocional en la pareja*. [Vídeo]  
[https://www.youtube.com/watch?v=aqo4\\_BIMlbw](https://www.youtube.com/watch?v=aqo4_BIMlbw)
- Congreso de la República de Guatemala. (1996) *Ley de Tránsito. Decreto No. 132-96*.
- Cush, B. y Paz, A. (2018). *Me informo y decido. Guía para facilitadores de pares en SSR*.  
<https://pazjoven.org/wp-content/uploads/2018/02/Gu%C3%ADa-para-la-facilitaci%C3%B3n-de-Pares-en-SSR.pdf>
- El País. (30 de noviembre de 2018). *Día Mundial de la Lucha contra el Sida. ¿Cómo funciona el virus del VIH?*. [Vídeo]. <https://www.youtube.com/watch?v=KKPb89XUJpY>
- En prosa. (Mayo, 2020) *Técnicas de Comunicación Asertiva*. (Episodio 1). [Podcast].  
<https://open.spotify.com/episode/2DzgULGYaTESaUU0Szloc7?si=d5e0f50aaeb24bc1>
- #Explicamos. (2016). *El consentimiento*. [Vídeo] <https://www.youtube.com/watch?v=BuuyajcFC4>
- Flores, P. (2020). *Cómo come mamá. Un país, cinco embarazos, cinco mesas diferentes*. Nómada.  
<https://nomada.gt/especiales/como-come-mama/>
- FUNCAM. (s.f.) *Señales de alarma*. [Sitio Web]. <https://www.fucam.org.mx/index.php/pacientes-fucam/autoexamennn>
- FUNCAM. (s.f.). *¿Cómo se realiza el autoexamen?* [Sitio Web].  
<https://www.fucam.org.mx/index.php/pacientes-fucam/autoexamennn>
- Fundación Arturo López Pérez (2023). *Campaña cáncer de mama*.  
<https://www.institutoncologicoalp.cl/landing/cancer-de-mama-2023/>
- Guerri, M. [PsicoActiva] (18 de mayo de 2023). *Test de Inteligencia Emocional*.  
<https://www.psicoactiva.com/test/test-de-inteligencia-emocional.htm>
- Guerri, M. [PsicoActiva]. (18 de mayo 2023). *Test de Asertividad de Rathus*.  
<https://www.psicoactiva.com/test/test-de-asertividad-de-rathus.htm>

- Hipólito, L. [TEDx Talks.] (15 de abril de 2019). *Neurociencia de las adicciones: una nueva perspectiva*. <https://www.youtube.com/watch?v=7wJvklautCk&t=1s>
- Hyde, S., Delamater, J. (2006). *Sexualidad humana*. McGraw Hill.
- Instituto de Investigación Agua y Salud (2018). *Guía de Hidratación*. 1ª ed. Mojobrand.
- La Ciudad de los 15 minutos. (2021). *Sostenibilidad en práctica*. [Video] <https://www.youtube.com/watch?v=48ZdVxwDmLE>
- Larios, S. (29 de marzo de 2021). *5 minutos Calentamiento Cuerpo Completo | Hazlo antes de las pesas*. <https://www.youtube.com/watch?v=iqBkUGKd4Eo>
- Longo, M. (28 de mayo de 2023). *El cáncer que puede prevenirse sigue matando mujeres*. Agencia Ocote. [Sitio web]. <https://www.agenciaocote.com/blog/2023/05/28/el-cancer-que-puede-prevenirse-sigue-matando-mujeres/>
- Luballon.(s.f.) *CPR songs 100-120bpm*. [Audio-playlist] <https://open.spotify.com/playlist/5ADIKRNIRXr4LroBNhV2PI?si=16a86d55833a435e>
- MedicusMundi.(2008). *Tejiendo el huipil de la salud*. <https://www.medicusmundi.es/temas/mujer-y-salud/guatemala>
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2020). *Guía de atención integral para la prevención, detección y tratamiento del cáncer cervicouterino*. Segunda edición. <https://osarguatemala.org/wp-content/uploads/2021/02/Guia-de-Cancer-2020.pdf>
- Ministerio Público Fiscal. (2022), El círculo de la violencia. <https://www.mpf.gob.ar/direccion-general-de-politicas-de-genero/files/2022/09/Circulo-de-la-violencia-A4-doble-faz.pdf>
- OMS (2009). *Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud de la 62ª Asamblea Mundial de la Salud de la Organización Mundial de la Salud*.
- ONUSIDA (2021). *Estrategia mundial contra el sida 2021-2026: un marco de desigualdades que sitúa a las personas en el centro*. <https://www.unaids.org/es/resources/infographics/global-AIDS-strategy-2021-2026-inequalities-framework-people-at-centre>
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2019). *Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030: personas más activas para un mundo más sano*. <https://iris.who.int/handle/10665/327897>

- Organización Mundial de la Salud [OMS](1998). *Promoción de la Salud. Glosario*.  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO\\_HPR\\_HEP\\_981\\_spa.pdf;jsessionid=AF391DA72717D7D973D2CF62882EFD68?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_981_spa.pdf;jsessionid=AF391DA72717D7D973D2CF62882EFD68?sequence=1)
- Organización Mundial de la Salud. [OMS] (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios*.
- Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2011). *Módulos de principios de epidemiología para el control de enfermedades (Mopece). Unidad 2: Salud y enfermedad en la población*.  
[www.paho.org/col/index.php?option=com\\_docman&view=download&category\\_slug=publicaciones-ops-omscolombia&alias=854-mopece2&Itemid=68](http://www.paho.org/col/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=publicaciones-ops-omscolombia&alias=854-mopece2&Itemid=68)
- Paz Joven Guatemala. (01 de diciembre de 2021.). *¿Sabías qué son los Derechos Sexuales y Reproductivos?*. [Publicación FB].
- Plaza Pública. ( 29 de marzo de 2016). *Hospitales de guerra en tiempos de paz*:  
<https://www.youtube.com/watch?v=zc6MZB3aC4Y>
- Psychological Assessment Resources. (2000) *Eating Attitudes Test-26 (EAT-26)*.
- Salinas Valley Health. (30 de noviembre de 2020). *Síntomas de Cáncer de Ovario*.  
<https://www.salinasvalleyhealth.com/in-the-news/2020/november/sintomas-del-cancer-de-ovario/>
- Sánchez, S. y Ugarte, J. (2015). *La gran historia: crisis de salud en Guatemala*:  
<https://www.dailymotion.com/video/x2ep56x>
- Sigue en movimiento. (5 de noviembre de 2017). *Capacidades físicas básicas del ser humano*. [Vídeo]. <https://www.youtube.com/watch?v=eoPjFJqjyHw>
- Suverza, A. y Haux, K. (2010) *Antropometría y composición corporal*. En: ABCD de la evaluación del estado nutricional. McGraw-Hill Interamericana.
- TEDx Talk. (20 de noviembre de 2012). *A History of Violence: Steven Pinker at TEDxNewEngland*.  
<https://www.youtube.com/watch?v=sjT4HINJNgI>
- Testicular Cancer Awareness Foundation. *Autoexamen testicular*. [Sitio web].  
<https://www.testicularcancerawarenessfoundation.org/spanish-tc-resources>



- UNFPA. (s.f.) *Derechos sexuales y reproductivos*. [Sitio Web].  
[https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/infografia\\_hoja\\_dsdr\\_carta-unfpa.pdf](https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/infografia_hoja_dsdr_carta-unfpa.pdf)
- UNFPA. *Pastillas de anticoncepción de emergencia*. [Sitio Web].  
[https://mexico.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/07\\_Pastilla\\_Anticoncepcion\\_Emergencia\\_Ficha%20Informativa\\_0.pdf](https://mexico.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/07_Pastilla_Anticoncepcion_Emergencia_Ficha%20Informativa_0.pdf)
- United States Department of Agriculture [USDA]. (2015). *Dietary Guidelines for Americans 2015-2020*. [www.choosemyplate.gov](http://www.choosemyplate.gov)
- Universidad Rafael Landívar. (2019). *Cuaderno de trabajo Juventud y Vida Saludable*. Centro de Actualización Psicopedagógica - CAP - P. Luis Achaerandio, S.J.
- Vegara, L. [TEDx Talks] (29 de julio de 2019) *La soledad del adicto: Comprender al otro puede salvarle la vida*. [Vídeo]. <https://www.youtube.com/watch?v=z6FoUeSohnk>