



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Axa prioritară 6: *Educație și competențe*

Prioritatea de investiții 10.i: *Reducerea și prevenirea abandonului școlar timpuriu și promovarea accesului egal la învățământul preșcolar, primar și secundar de calitate, inclusiv la parcursuri de învățare formale, nonformale și informale pentru reintegrarea în educație și formare*

Obiectivul specific 6.4: *Creșterea numărului de tineri care au abandonat școala și de adulți care nu și-au finalizat educația obligatorie care se reîntorc în sistemul de educație și formare, inclusiv prin programe de tip a doua șansă și programe de formare profesională*

Obiectivul specific 6.6: *Îmbunătățirea competențelor personalului didactic din învățământul preuniversitar în vederea promovării unor servicii educaționale de calitate orientate pe nevoile elevilor și a unei școli inclusive*

Titlu proiect: *“Acces la programe de educație și formare profesională pentru tinerii și adulții din județul Dolj care au părăsit timpuriu școala (II)”*

Cod SMIS 2014+: 135712

MATERIALE DE PREDARE-ÎNVĂȚARE

DISCIPLINA

ȘTIINȚE

Modulul M II

Capitolul II

EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE

Program „A doua șansă” pentru învățământ secundar inferior

versiune finală

A.3.1 Organizarea, monitorizarea și evaluarea programului „A doua șansă” și a stagiilor de pregătire practică de 720 de ore

Nume și Prenume ION LENICA

Expert curriculum ȘTIINȚE

Semnătura expertului

Mai 2022

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod obligatoriu poziția oficială a Uniunii Europene sau a Guvernului României



Capitolul II

EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE

BOLI ALE SISTEMULUI DIGESTIV LA OM

- **Gastrita.**
- Ulcerul gastro-duodenal.
- Hepatita.
- Apendicita.
- Toxiinfecții alimentare

Gastrita este o inflamație a mucoasei stomacului

1. Cauze:

- Iritatii produse de:
 - alcool;
 - tutun;
 - substante caustice.
 - Consumul de alimente alterate
 - Supraincercarea stomacului
 - Mancaruri fierbinti
- ##### 2. Manifestari:
- Apare brusc cu:
- indispozitie;
 - greata;
 - regurgitari;
 - dureri gastrice;
 - dureri de cap;
 - varsaturi.
 - Netratarea duce la cronicizare

Ulcerul gastro-duodenal – este o întrerupere circumscrisă unică sau multiplă, a continuității peretelui gastric sau duodenal, însoțită de o reacție fibroasă, începând de la mucoasă și putând penetra până la seroasă

1. Cauze:

- Actiunea Coroziva a HCl
- Prezenta la nivelul ulceratiilor a unor bacterii (*Helicobacter pylori*) care, se pare ca:
 - ataca mucoasa stomacala;
 - sunt rezistente la actiunea HCl;
 - ajung in stomac prin alimente nespalate si vizitate de muste.

2. **Manifestari:** Leziune unica sau multipla in stomac sau duoden

Hepatita este o inflamație a ficatului care poate fi acută sau cronică

1. Cauze: virusuri hepatice

Manifestari:

- tulburari digestive;
- icter (culoarea in galben a pielii);
- materii fecale decolorate;
- urina inchisa la culoare;



- oboseala;
- marirea volumului ficatului.

Apendicita

Cauze: inflamarea apendicelui vermiform

Manifestari:

- dureri mari in partea dreapta a abdomenului;
- greata;
- varsaturi;
- temperatura ridicata.

Toxiinfecția alimentară e o afectiune datorata consumului de alimente sau bauturi contaminate cu microorganisme patogene precum bacteriile, virusurile sau parazitii.

Cauze: Toxine prin consum de:

- ciuperci neavizate;
- oua de rata fara a fi fierte 10 minute;
- lapte nefiert;
- alimente alterate.

Manifestari:

- diaree;
- greata;
- varsaturi;
- dureri abdomiale;

Măsuri de prevenire:

- Evitarea consumului de alimente iuti;
- Evitarea consumului de alimente: -prajite
-insuficient mestecate
-prea fierbinti sau prea reci
-alterate
- Evitarea consumului abuziv de alcool;
- Evitarea tutunului;
- Mancarea trebuie sa fie corect pregatita, frumos prezentata, sa aiba miros placut;
- Alimentele sa fie conservate in frigidere, departe de actiunea rozatoarelor sau a insectelor;
- Prelucrarea alimentelor trebuie facuta in conditii de maxima igiena;
- Asigurarea igienei apei potabile;
- Spalarea pe maini inaintea meselor si dupa folosirea toaletelor;
- Mentinerea igienei dintilor si a gurii;
- Sa se evite enervarea si discutiile in contradictoriu in timpul meselor.

http://Ipsiasi.ro/Lectii_online/Biologie%20-%20Clasa%2011%20-%20Boli%20ale%20sistemului%20digestiv%20la%20om-1-7.pdf

BOLI ALE SISTEMULUI NERVOS CENTRAL LA OM

Factori de risc:



1) **Factorii mecanici** – lovituri la nivelul capului sau coloanei apărute în urma unor accidentări – produc efecte rapide sau lente la nivelul sistemului nervos.

2) **Factorii fizici** – radiațiile au efect lent, dar nociv asupra sistemului nervos, duc la apariția unor tumori; – zgomotul, vibrațiile au efecte indirecte prin afectarea organelor de simț sau apariția stresului.

3) **Factorii chimici** – alcool, cafeină, tutun, medicamente, energizante, droguri – produc efecte negative rapide sau pot da dependență, modificarea stării psihice a persoanei (mai ales drogurile și alcoolul). Persoanele afectate pot fi ajutate prin consiliere psihologică de specialitate și tratament medical în centre de specialitate.

4) **Factorii biologici** – virusuri, bacterii, protozoare – produc boli precum:

a) meningita, afectează meningele, se poate preveni prin evitarea contactului cu persoanele bolnave și evitarea locurilor de scăldat cu risc de contactare a bolii.

b) poliomielita, pătrunde prin mucoasa bucală și afectează fibrele nervoase, ducând la paralizie. Vaccinările la naștere și în copilărie previn contactarea bolii.

c) rabia (turbarea) – se transmite prin mușcătura animalelor infectate. Vaccinarea antirabică este obligatorie în maxim 2 zile, deoarece boala afectează și centrii nervoși din trunchiul cerebral iar persoana bolnavă moare. d) boli localizate inițial la nivelul altor organe, pot afecta în timp și sistemul nervos (de exemplu sifilisul).

Elemente de igienă a sistemului nervos:

Se recomandă:

1) Realizarea unui program zilnic în care perioadele de veghe și cele de odihnă să alterneze;

2) Aerisirea spațiilor în care se realizează activitatea și odihna;

3) O alimentație variată și echilibrată;

4) Utilizarea unor metode eficiente de învățare pentru rezultate bune;

5) Realizarea de activități în aer liber, exersarea unor talente, învățarea de lucruri noi pe tot parcursul vieții;

6) Alegerea prietenilor, comunicarea cu persoanele din jur, exprimarea propriilor emoții într-un mod care să nu îi pună în pericol pe ceilalți

<https://lectiigimnaziubiologiechimie.files.wordpress.com/2020/01/u5.11.igiena-sistemului-nervos.pdf>

BOLI ALE SISTEMULUI RESPIRATOR LA OM

1. **Laringita** este o infecție la nivelul laringelui.

Cauze:

- temperaturi scăzute ale aerului,
- vorbirea prelungită.

Manifestări:

- senzația de arsură în gât,
- răgușeala,
- febră,



- tuse,
 - dureri la înghitire.
2. **Bronsita** - inflamarea mucoasei arborelui bronic.

Manifestari:

- tuse uscata si umeda,
 - febra,
 - disconfort.
3. **Astmul bronic** - alergii la praf, polen, par, lana, spori ai unor ciuperci superioare.

Manifestari:

- senzatia de sufocare,
 - tuse.
4. **Pneumonie** - inflamare la nivelul plamanilor.

Cauze:

- bacterii,
- temperaturi scazute.

Manifestari:

- tuse,
 - febra,
 - dureri toracice,
 - senzatia unui junghi in spate,
 - lipsa poftei de mancare.
5. **TBC**

Cauze:

- bacilul koch.

Manifestari:

- lipsa poftei de mancare,
- organismul slabeste,
- oboseste foarte repede.

Preveniri:

- pastrarea igienei corporale,
- a incaperii,
- pastrarea igienei colective,
- a imbracamintei.
- vaccinari,
- practicarea sportului in aer liber,
- temperatura camerei optima 18 - 210 celsius,
- alimentatie echilibrata.

<https://materie.ro/lectii/detalii/boli-ale-sistemului-respirator-la-om/>



BOLI ALE SISTEMULUI EXCRETOR LA OM

1. Litiaza urinară

Cauze

- apare în urma unor dereglări metabolice de apă și săruri minerale
- avitaminoza, hiperparatiroidism
- felul alimentației: bogată în carne (determină acidifierea urinei și precipitarea acidului uric), bogată în lapte (va alcaliniza urina și va favoriza precipitarea carbonaților și fosfaților), iar în dulciuri și cartofi (favorizează precipitarea oxalaților)

Manifestări:

- Se manifestă prin formarea de calculi urinari care provoacă leziuni ale căilor urinare, hemoragii
- Febră, grețuri, vărsături, dureri acute

Prevenire:

- folosirea unei alimentații echilibrate
- menținerea unei igiene corespunzătoare a organelor excretoare
- tratarea infecțiilor amigdaliene, a cariilor dentare
- evitarea abuzului de medicamente
- evitarea factorilor cu potențial vătămător pentru aparatul excretor: chimici, biologici, termici

2. Insuficiența renală acută

Cauze:

- intoxicații, infecții, diaree prelungită, hempragii, comă diabetică

Manifestări:

- încetarea bruscă și completă sau aproape completă a funcțiilor rinichilor
- nu se mai formează urina, anurie

Prevenire:

- aceleași măsuri ca în cazul litiazei urinare

<https://www.ebacalaureat.ro/c/boli-ale-sistemului-excretor-la-om/1438>

REPRODUCEREA LA PLANTE

Elementele componente ale unei flori:

- peduncul – codița florii;
- receptacul – de ele se prind elementele învelișului floral și organele de reproducere;
- învelișul floral:
 - diferite - sepalele (totalitatea lor formează caliciul, K), la exterior;
 - petalele (totalitatea lor formează corola, C), la interior;
- organele de reproducere:
 - a) masculine: - staminele, formate din filament și anteră – produc polenul (gameții masculini); - totalitatea staminelor formează androceul;
 - b) feminine: - carpelele (pistil), formate din stigmat, stil și ovar – produc ovulele (gameții feminini); - totalitatea carpelelor formează gineceul

Funcțiile florii:

- **polenizarea** – trecerea granulelor de polen de pe antere pe stigmatul lipicios al carpelei:
 - a) din aceeași floare (polenizare directă);



b) pe o altă floare aflată de pe aceeași plantă sau pe o plantă diferită din aceeași specie (polenizare încrucișată, realizată de insecte sau vânt sau polenizare artificială, realizată de om);
- fecundația – unirea unui grăuncior de polen cu un ovul din care se formează o celulă ou
<https://lectiigimnaziubiologiechimie.files.wordpress.com/2020/02/u6.12.-floarea-la-angiosperme-structurc483-c899i-funcc89bii.pdf>

REPRODUCEREA LA ANIMALE

Sistemul reproducător al omului este format din:

- organe genitale interne: gonadele – organe perechi care produc celulele sexuale (gameții) și căile de eliminare a gameților;
- organe genitale externe;
- glande anexe.

Sistemul reproducător masculin:

Organe genitale interne:

- testiculele (gonadele masculine): - sunt localizate în afara abdomenului, în scrot;
- au dublă funcție: exocrină prin producerea de spermatozoizi

(spermatozoizii se formează continuu, începând cu pubertatea și până la andropauză – spermatogeneza) și endocrină prin producerea de testosteron (hormonul sexual masculin);

- căile de eliminare a spermatozoizilor: - epididimul; - canalul deferent; - uretra (cale comună cu sistemul excretor).

Organe genitale externe:

- penisul – organul copulator masculin; - scrotul – adăpostește testiculele.

Glandele anexe – produc lichide care ajută la hrănirea și deplasarea spermatozoizilor, formând împreună cu aceștia lichidul seminal (sperma):

- veziculele seminale;
- - prostata;

Sistemul reproducător feminin:

Organele genitale interne:

- ovarele (gonadele feminine): - localizate în abdomen;
- au dublă funcție: exocrină, prin producerea ovulelor (la fiecare 28 de zile începând cu pubertatea și până la menopauză, ovarele produc alternativ un singur ovul - ovogeneza) și endocrină prin producerea de estrogen și progesteron (hormonii sexuali feminini);
- căile de eliminare a ovulelor: - trompele uterine;
- uterul – asigură creșterea și dezvoltarea viitorilor urmași în perioada sarcinii;

- vaginul – organul copulator feminin.

Organele genitale externe – vulva;

Glandele anexe: - glandele mamare produc lapte, necesar pentru hrănirea copiilor după naștere.

<https://lectiigimnaziubiologiechimie.files.wordpress.com/2020/03/u7.12.-anatomia-sistemului-reproduc483tor.pdf>



BOLI CU TRANSMITERE SEXUALĂ

Infecțiile cu transmitere sexuală au tendință mare de răspândire, având multiple modalități de transmitere:

- contactul de orice fel sau contact sexual neprotejat cu persoane infectate;
- seringi, aparatură medicală nesterilizată;
- transfuzii de sânge de la persoane infectate;
- transmitere de la mamă la făt;
- obiecte sau locuri utilizate în comun cu alte persoane: lenjerie, ștranduri, WC-uri publice s.a.

Herpesul oral și herpesul genital – sunt produse de un virus ce se transmite prin contact sexual, prin sărut etc.;

- se manifestă prin umflături mici în zona gurii sau organelor genitale.
- Se tratează cu medicamente antivirale, dar poate apărea din nou, atunci când imunitatea organismului scade;

Infecții bacteriene (gonoree), cu ciuperci (candidoze) sau cu protiste (trichomonioza), pot afecta organele genitale, uretra, vezica urinară.

- Se transmit prin contact sexual, lenjerie, vase de toaletă, de la mamă la făt.
- Se tratează cu antibiotice;

Sifilisul este o boală gravă produsă de o bacterie, transmisibil prin contact sexual și de la mamă la făt;

- se manifestă la început prin leziuni la nivelul organelor genitale;
- dacă nu este tratat se poate ajunge până la afecțiuni cardiace, neurologice și chiar moartea bolnavului.
- Se tratează cu succes în prima fază cu ajutorul antibioticelor.

SIDA (sindromul imunodeficienței dobândite) este provocată de virusul HIV ce se transmite de la o persoană la alta prin contact sexual cu persoane infectate, instrumentar medical nesterilizat, sânge infectat, instrumentar pentru manichiură, tatuaj nesterilizate.

Virusul scade rezistența organismului la boli care în mod normal nu ar pune probleme. Există în teste medicamente și teste care țin înmulțirea virusului sub control.

Cancerle genitale sunt transmise de virusul Papilloma (HPV). Prezervativul este cel mai sigur mod de protecție împotriva acestor infecții!

Măsuri de igienă:

- Evitarea contactelor sexuale neprotejate;
- utilizarea seringilor de unică folosință;
- folosirea corectă și sterilizarea aparatului medical;
- igiena corespunzătoare a întregului corp, mai ales a organelor genitale;
- utilizarea lenjeriei intime și a obiectelor de igienă strict personal;
- controlul medical la orice semn neobișnuit la nivelul organelor genitale (dureri, senzații neplăcute, usturime la urinat, secreții neobișnuite, sângerări, pete, zone inflamate, umflături, iritații);
- creșterea rezistenței organismului la boli prin sporirea imunității.

<https://lectiigimnaziubiologiechimie.files.wordpress.com/2020/03/u7.15.-boli-cu-transmitere-sexualc483-c899i-elemente-de-igienc483-a-sistemului-reproducc483tor.pdf>