



**XVI**  
Congreso Nacional de  
Investigación Educativa  
CNIE-2021

## Vida saludable: ¿una nueva asignatura o mezcla de otras?

**Paola Evelina Morales Gallardo**  
Universidad Pedagógica Nacional  
*pmorales@upn.mx*

**Dulce María López Valentín**  
Universidad Pedagógica Nacional  
*dvalentin@upn.mx*

Área temática 06. Educación en campos disciplinares.

Línea temática: Análisis epistemológico y metodológico de un campo de saber disciplinar y de su enseñanza.

Tipo de ponencia: Reporte parcial.



### Resumen

A raíz de la pandemia por el COVID-19 la Secretaría de Educación Pública dio a conocer en México la nueva asignatura transversal “Vida Saludable” dirigida a la educación básica (preescolar, primaria y secundaria) para iniciar en el ciclo escolar 2020-2021. La finalidad de la implementación al currículo de esta asignatura es que los estudiantes en el mediano y largo plazo, se informen y fortalezcan su sistema inmunológico, lo anterior, es posible con una sana nutrición, con ejercicio e higiene personal. De acuerdo a lo anterior, se analiza el contenido de la asignatura desde el enfoque de enseñanza contextualizada de la ciencia. El objetivo de esta contribución consiste en examinar la pertinencia de los temas que integran los ejes curriculares de la nueva asignatura “vida saludable” en el nivel de secundaria y su relación con los aprendizajes esperados de los planes y programas 2011 y 2017 de otras asignaturas relacionadas (Biología, Química, Educación Física y Formación cívica y ética). La metodología a seguir es de carácter cualitativo y exploratorio. Los resultados obtenidos demuestran que respecto a los ejes que plantea la nueva asignatura de vida saludable se ha trabajado alimentación y de forma transversal en planes y programas antes mencionado, excepto el eje de higiene y limpieza que se aborda de manera subjetiva en los aprendizajes esperados. Actividad física es un eje que solo aborda la asignatura de Educación Física.

**Palabras clave:** Salud pública, contexto sociocultural, programas de estudio y enseñanza de las ciencias.

## Introducción

La Secretaría de Educación Pública en coordinación con la Secretaría de Salud, proponen una nueva asignatura que ayude a desarrollar hábitos orientados al cuidado de la salud desde temprana edad y con esto, impulsar el cuidado de la salud desde la prevención. La incorporación de esta nueva asignatura al currículo responde a que en México se ha experimentado una transición demográfica, epidemiológica y nutricional sumamente importante en los últimos 40 años. En la actualidad, las principales causas de mortalidad son las enfermedades crónicas asociadas con la obesidad, diabetes, cáncer, enfermedades cardiovasculares, entre otras, derivadas de la mala alimentación y los diferentes e inadecuados estilos de vida. Lo cual, se ha reflejado con cierto dramatismo al mostrar a las poblaciones con estas enfermedades como altamente vulnerables frente a la reciente pandemia de COVID-19 (SEP, 2020).

El objetivo de esta contribución consiste en examinar la pertinencia de los temas que integran los ejes curriculares de la nueva asignatura “vida saludable” en el nivel de secundaria y su relación con los aprendizajes esperados de los planes y programas 2011 y 2017 de otras asignaturas relacionadas.

## Desarrollo

La nueva asignatura “Vida Saludable” tiene un enfoque constructivista sociocultural que propicia que las personas cuenten con alternativas de solución, flexibles y creativas, ante la complejidad de las situaciones que enfrentan (Acción docente, 2020). La organización curricular de esta asignatura en secundaria, se imparte en sus tres grados teniendo una relación cercana de contenidos con las asignaturas de Educación Socioemocional, Formación Cívica y Ética, Educación Física y Conocimiento del medio/ Ciencias naturales (Ciencias I, II y III para nivel secundaria) lo cual refuerzan los aprendizajes esperados de la nueva asignatura y se espera que en conjunto se logre fortalecer hábitos y competencias.

Ante este escenario, se ha planteado la necesidad de conectar la ciencia con situaciones de la vida diaria o problemas socialmente relevantes, en ese sentido se aborda la definición de contexto como el tratamiento de problemas o situaciones de la vida diaria (Caamaño, 2011). La pandemia COVID-19 es un ejemplo del contexto relacionado con la salud que ha tenido que integrar al currículo en educación básica una nueva forma de enseñar hábitos y competencias en los estudiantes de nivel básico.

Sustentado bajo el enfoque de Ciencia-Tecnología-Sociedad-Ambiente (CTSA) se encuentran las cuestiones sociocientíficas (CSC), ya que favorecen la reflexión sobre las ciencias poniéndolas en relación con la producción tecnológica y la dinámica social, así mismo valoriza la responsabilidad y la participación ciudadana en los debates relativos a la ciencia (Salazar, Pinzón y Martínez, 2015). Con base en lo anterior, la visión de cuestiones sociocientíficas se denomina a la enseñanza en contexto, la cual, sitúa en el centro de atención la necesidad de tener en cuenta los contextos de la vida diaria en la enseñanza (Blanco, Franco-Mariscal y España, 2015).

Sadler (2011) refiere que las CSC son cuestiones sociales controvertidas con conceptos y/o vínculos procedimentales con la ciencia. Son problemas abiertos sin soluciones claras, de hecho, tienden a tener múltiples soluciones plausibles. Estas soluciones pueden basarse en principios científicos, teorías y datos, pero las soluciones no pueden ser completamente determinadas por consideraciones científicas.

De acuerdo con Caamaño (2011), la manera de utilizar el contexto permite diferenciar dos enfoques ciencia, tecnología y sociedad: uno parte de los conceptos para interpretar y explicar el contexto; el otro, del contexto para introducir y desarrollar con conceptos.

La metodología a seguir es de carácter cualitativo exploratorio donde se analiza el contenido curricular (ejes, temas y aprendizajes esperados) de la asignatura “Vida Saludable” para la educación básica (nivel secundaria) propuesto por la Secretaría de Educación Pública relativos al cuidado de la salud y su relación con el contexto para interpretar y explicar dicho contenido. También se realizó una revisión documental de los últimos planes y programas de estudio de educación básica en México (2011 y 2017), centrando la atención en la asignatura de ciencias, específicamente, en los temas relacionados con alimentación y salud. Por último, se eligieron aquellos aprendizajes esperados en donde explícitamente aparecieran las palabras alimentación y salud.

La asignatura “Vida Saludable” tienen un tratamiento reflexivo, dialógico y vivencial. Con contenidos nuevos relacionados con la pandemia del COVID-19 y profundizará en aprendizajes presentes en los actuales programas de estudio (por ejemplo, la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud, necesidades nutrimentales en relación con las características de la dieta correcta, componentes químicos importantes que intervienen en el funcionamiento del cuerpo humano). La asignatura divide su temática en tres ejes principales, de los cuales se desarrollan los temas centrales.

Los ejes de vida saludable son (SEP, 2020):

- Alimentación
- Comportamientos del movimiento
- Higiene y limpieza

El propósito de la asignatura en educación básica, consiste en que las niñas, niños y adolescentes desarrollen estilos de vida saludable al adquirir hábitos de higiene y limpieza, de actividad física sistemática y de alimentación saludable y sostenible, a fin de que los promueven en el entorno familiar y comunitario, para favorecer su bienestar físico, psicológico y social (Acción docente, 2020).

Hasta el momento en México no se cuenta con un programa oficial donde se pueda apreciar el contenido específico de los temas a desarrollar de cada eje, por las temáticas que desarrolla se puede apreciar que la asignatura destaca contenidos relacionados con ciencias (biología y química), entre otras, a nivel secundaria. Además, que fortalece los aprendizajes esperados ya presentes y los integra, está conformada por los ejes, temas y aprendizajes esperados (Tabla 1).

Con base en lo anterior, se puede observar que los ejes, temas y aprendizajes esperados de la nueva asignatura parten de la problemática actual y suponen que los contenidos a enseñar van en función del desarrollo de competencias y hábitos en los estudiantes, por lo que se espera que el contenido se aborde de forma transversal. Respecto al trabajo de los aprendizajes esperados todavía no se hace una distinción si se clasificarán por ejes o si el trabajo será de forma general, como se puede apreciar en la Tabla 1, se encuentran de forma general, pero se logra distinguir la intención de cada aprendizaje esperado y su relación con el eje formador.

Lo anterior, permite hacer la revisión y comparación los aprendizajes esperados de los planes y programas de estudio (2011 y 2017) se seleccionó el eje de alimentación para dicho comparativo, se resalta el contenido relacionado con alimentación y salud como se muestra en Tabla 2.

Como resultado de este comparativo se puede observar que la mayoría de los aprendizajes esperados de los planes y programas (2011 y 2017) de las asignaturas que forman parte de vida saludable no distan mucho respecto al contenido a tratar comparado con los aprendizajes esperados de la nueva asignatura vida saludable.

En el caso de ciencias (biología y química) se puede apreciar que los aprendizajes esperados se encuentran muy relacionados con el tema de alimentación, aporte calórico y dieta correcta.

Por su parte, educación física incorpora elementos como la actividad física o actividades recreativas para toma de decisiones para mantener una vida saludable, mismos que se encuentran relacionados con los aprendizajes esperados de la nueva asignatura. En formación cívica y ética los aprendizajes esperados de ambos programas están orientados a la toma de decisiones respecto al cuidado de la salud y prevenir trastornos alimentarios.

De manera general, se encuentra congruencia respecto a la presencia de los ejes y temas de Vida Saludable, las descripciones de los aprendizajes esperados de esta asignatura están relacionados con cada uno de los ejes antes mencionados, lo cual hace que el trabajo de los temas, sea transversal con las diferentes asignaturas que la conforman y no se presente una distinción como es el caso de los aprendizajes esperados de los planes y programas 2011 y 2017 donde se manifiesta una separación de acuerdo con la asignatura a desarrollar.

## Conclusiones

Se encontró pertinencia de los temas que integran los ejes curriculares de la nueva asignatura “vida saludable” en el nivel de secundaria y su relación con los aprendizajes esperados de los planes y programas 2011 y 2017 de otras asignaturas relacionadas. Respecto al contenido de alimentación, se detectó que es abordado por las asignaturas de biología, química y educación física, también se encontró que formación cívica y ética revisan el tema enfocado en la reflexión y autocuidado del adolescente.

Actualmente, el profesorado solo cuenta con la información detallada de la Tabla 1. Razón por la cual surge el interés de conocer qué tanta relación guardan los aprendizajes esperados de la nueva asignatura “Vida

saludable” y las anteriores (Biología, Química, Educación Física y Formación cívica y ética). Esto con el objetivo de identificar si los contenidos de la asignatura aparecen en las anteriores, y en caso afirmativo, con qué profundidad se abordan o bien si hay diferencias entre ellas. Este ejercicio ampliará el panorama de actuación del profesorado para la nueva asignatura. Pues el objetivo final es que la población beneficiada sea el alumnado de educación básica, es decir, que logren adquirir nuevos conocimientos, analizar cuestiones y sacar conclusiones relacionadas con su bienestar. La importancia radica en tener estudiantes mejor informados para prevenir, en un futuro, enfermedades crónicas, como es el caso de la obesidad.

Por otro lado, el desarrollo del contenido de dicha asignatura en cuanto al diseño y desarrollo de estrategias didácticas requiere del conocimiento de la contextualización y aprendizaje situado para su abordaje.

## Tablas y figuras

Tabla 1. Contenido asignatura Vida Saludable nivel secundaria

Ejes	Temas	Aprendizajes esperados
1. Alimentación	a. Plato del buen comer	<ul style="list-style-type: none"> <li>Propone alternativas de soluciones a problemas de salud y del medio ambiente, relacionados con la higiene y la limpieza, en el entorno familiar, escolar y comunitario</li> <li>Toma de decisiones orientadas a prevenir enfermedades transmisibles a partir del análisis de los factores de riesgo y protectores de la salud</li> </ul>
	b. Jarra del bien beber	
	c. Sellos de advertencia	
2. Higiene y limpieza	a. Higiene personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Practica de estilos de vida activos, con el fin de modificar o eliminar comportamientos de riesgo para la salud</li> <li>Toma de decisiones para mantenerse físicamente activo en favor de su bienestar personal como parte de un estilo de vida saludable</li> <li>Toma de decisiones respecto a su dieta al valorar los aportes nutrimentales de alimentos frescos y platillos de la región</li> </ul>
	b. Limpieza en casa	
	c. Limpieza en escuela	
	d. Limpieza en entorno	
	e. Cuidado del ambiente	
3. Actividad física	a. Actividad física	<ul style="list-style-type: none"> <li>Propone iniciativas para fomentar el consumo de alimentos frescos locales y desalentar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos excedidos en sal, azúcar y grasa</li> <li>Toma de decisiones respecto a su alimentación, al reconocer el impacto de la huella hídrica y la sostenibilidad de sus prácticas</li> </ul>
	b. Tiempo sedentario	
	c. Sueño	

Tabla 2. Comparativo de los aprendizajes esperados de los Planes y Programas 2011 y 2017 de las asignaturas de Biología, Química, Educación física y Formación cívica y ética

Asignatura	Plan y Programas 2011	Plan y Programas 2017
	Aprendizajes esperados	
Biología	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicar el proceso general de la transformación y aprovechamiento de los alimentos, en términos del funcionamiento integral del cuerpo humano</li> <li>Argumenta por qué mantener una dieta correcta y consumir agua simple potable favorecen la prevención de algunas enfermedades y trastornos, como la anemia, el sobrepeso, la obesidad, la diabetes, la anorexia y la bulimia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explica cómo evitar el sobrepeso y la obesidad con base en las características de la dieta correcta y las necesidades energéticas en la adolescencia</li> <li>Compara la diversidad de formas de nutrición, relación con el medio y reproducción e identifica que son resultado de la evolución</li> </ul>
Química	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica que la cantidad de energía se mide en calorías y compara el aporte calórico de los alimentos que ingiere</li> <li>Relaciona la cantidad de energía que una persona requiere, de acuerdo con las características tanto personales (sexo, actividad física, edad y eficiencia de su organismo) como ambientales, con el fin de tomar decisiones encaminadas a una dieta correcta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analiza el aporte calórico de diferentes tipos de alimentos y utiliza los resultados de su análisis para evaluar su dieta personal y la de su familia</li> </ul>
Educación Física	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable</li> <li>Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar la salud</li> <li>Establece acciones que le permiten cuidar su cuerpo y mantener su salud para alcanzar un estado de bienestar óptimo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica los elementos de la condición física al participar en actividades motrices y recreativas como alternativas para mejorar su salud</li> <li>Relaciona sus desempeños motores con el incremento de su condición física al participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover la salud</li> <li>Manifiesta su potencial al planificar y participar en actividades físicas vinculadas con la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, con el propósito de conocerse mejor y cuidar su salud</li> <li>Pone a prueba su potencial motor al diseñar, organizar y participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, con la intención de fomentar estilos de vida activos y saludables</li> <li>Valora su identidad corporal mediante la práctica de actividades físicas, para la integración permanente de su corporeidad y la adquisición de estilos de vida saludables</li> </ul>
Formación cívica y ética	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asume decisiones responsables e informadas ante situaciones que ponen en riesgo su integridad personal como consecuencia del consumo de sustancias adictivas y trastornos alimentarios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valora su responsabilidad ante situaciones de riesgo y exige su derecho a la protección de la salud integral</li> <li>Formula compromisos para el cuidado de su salud y la promoción de medidas que favorecen el bienestar integral</li> </ul>

## Referencias

- Caamaño, A. (2011). Contextualización, indagación y modelización. Tres enfoques para el aprendizaje de la competencia científica en las clases de química. *Aula de innovación educativa*, 207, 17-21.
- Blanco, A., Franco-Mariscal, A. y España, E. (2015). Enseñar química en el contexto de problemas y situaciones de la vida diaria relacionados con la salud. *Educación química EduQ*, 20, 40-47.
- Salazar, L., Pinzón, Y. y Martínez, L. (2015). Razonamiento moral y ético en estudiantes de educación secundaria a partir de las cuestiones sociocientíficas. *Uni-pluri/versidad*, 14 (1), 76-86.
- Sadler, T. (2011). Situating Socio-scientific Issues in Classrooms as a Means of Achieving Goals of Science Education. In T. Sadler (Ed.), *Socio-scientific Issues in the Classroom. Teaching, Learning and Research* (pp. 1-10). Dordrecht: Springer.
- SEP (2020). Taller intensivo de capacitación. *‘Horizontes: colaboración y autonomía para aprender mejor’*. Ciclo escolar 2020-2021. México: SEP.
- SEP (2011). *Plan de estudios 2011. Educación Básica*. México: SEP.
- SEP (2017b). *Plan y programas de estudio para la educación básica. Aprendizajes clave para la educación integral*. México: SEP.
- Acción docente (noviembre, 24 de 2020). “Seminario de Asignatura Vida Saludable”. Video, duración 2:01:05 minutos, [Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=8P9p-9WRVJw>].