



Guía metodológica
**PREVENCIÓN DEL
EMBARAZO EN NIÑAS
Y ADOLESCENTES**

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN



EL
GOBIERNO
DE TODOS

PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA

Lenín Moreno Garcés

MINISTRO DE EDUCACIÓN

Milton Luna Tamayo

Viceministro de Educación

Alfredo Astorga Bastidas

Viceministro de Gestión Educativa

Francisco Cevallos

Subsecretaría para la Innovación Educativa y Buen Vivir

Diego Paz Enríquez

**Directora Nacional de Educación para la Democracia
y el Buen Vivir**

Ligia Merizalde Figueroa

Elaborado por

Diego Paz Enríquez

Equipo Técnico

María Salomé Parreño

Jeanneth Cervantes Pesantes

Gloria Vinueza

Sonia Sobrino Andrade

Carla Terán Fierro

Diseño y Diagramación

Cristian Fredd Arévalo Carpio

Diseño Portadas e Ilustración

Mijail Franklin Arias Patiño

Revisado por:

UNESCO



Primera Edición, 2019

© Ministerio de Educación del Ecuador

Av. Amazonas N34-451 y Av. Atahualpa

Quito, Ecuador

www.educacion.gob.ec

La reproducción parcial o total de esta publicación, en cualquier forma y por cualquier medio mecánico o electrónico, está permitida siempre y cuando sea autorizada por los editores y se cite correctamente la fuente.

DISTRIBUCIÓN GRATUITA - PROHIBIDA SU VENTA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN



ADVERTENCIA

Un objetivo manifiesto del Ministerio de Educación es combatir el sexismo y la discriminación de género en la sociedad ecuatoriana y promover, a través del sistema educativo, la equidad entre mujeres y hombres. Para alcanzar este objetivo, promovemos el uso de un lenguaje que no reproduzca esquemas sexistas, y de conformidad con esta práctica preferimos emplear en nuestros documentos oficiales palabras neutras, tales como las personas (en lugar de los hombres) o el profesorado (en lugar de los profesores), etc. Sólo en los casos en que tales expresiones no existan, se usará la forma masculina como genérica para hacer referencia tanto a las personas del sexo femenino como masculino. Esta práctica comunicativa, que es recomendada por la Real Academia Española en su Diccionario Panhispánico de Dudas, obedece a dos razones: (a) en español es posible <referirse a colectivos mixtos a través del género gramatical masculino>, y (b) es preferible aplicar <la ley lingüística de la economía expresiva> para así evitar el abultamiento gráfico y la consiguiente ilegibilidad que ocurriría en el caso de utilizar expresiones como las y los, os/as y otras fórmulas que buscan visibilizar la presencia de ambos sexos.

Agradecimientos

El Ministerio de Educación agradece a los docentes, profesionales DECE, profesionales de apoyo a los DECE de los distritos, técnicos del Ministerio de Educación y representantes de cooperación internacional quienes participaron en el proceso de validación de esta herramienta.

- > Jenny López Jara
- > Lola Valladares
- > Catalina Vaca
- > Laura Maldonado
- > Paúl Aguilar
- > Verónica Tana
- > Gladys Cabrera
- > Jéssica Landázuri
- > Mirian Daza
- > Andrea Chiliquina
- > Wladimir Galárraga
- > Richard Dávila
- > Johanna Simba
- > María de los Ángeles Simba
- > Alexander Jácome
- > Carolina Espinoza
- > Martha Zambrano
- > Marcia Elena Álvarez
- > Alexis Castillo Molina
- > Jacqueline Shugulí
- > Carlos Endara
- > Soledad Guayasamín
- > Gloria Vinueza
- > Ana Eguiguren

Índice

Agradecimientos	3
Presentación	8
Introducción	10
Parte 1	13
El embarazo en niñas y adolescentes como fenómeno en Ecuador.	13
Causas del embarazo en adolescentes	14
Factores individuales	15
Factores familiares	16
Factores escolares	16
Factores sociales	16
Parte 2	18
El papel de la escuela en materia de prevención de embarazos precoces y no planificados en niñas y adolescentes	18
Considerando la evidencia, es necesario	18
Prevenir embarazos a través de la educación integral de la sexualidad. Un desafío para la escuela	20
Antes de empezar...	21
Actividad 1. Revisando lo que pienso y siento sobre sexualidad	21
Actividad 2. Un cambio positivo	22
Conceptos y orientaciones mínimas	24
Derechos sexuales y derechos reproductivos	24
Actividad 3. Derechos sexuales y derechos reproductivos	25
Nociones básicas sobre sexualidad	28
Sexo	29
Relación entre género y sexualidad	29
Algunos apuntes sobre sexualidad en niñas, niños y adolescentes	30
SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD en las niñas y los niños a medida que van creciendo	30
SEXUALIDAD en las y los adolescentes	31
Construcción de la sexualidad de las mujeres en nuestra sociedad	32
Construcción de la sexualidad de los hombres en nuestra sociedad	32
La salud sexual y salud reproductiva	33
Educación integral de la sexualidad	34

PARTE 3	36
Estrategias metodológicas para trabajar en prevención del embarazo en niñas y adolescentes	36
Primer nivel. Nivel 1: Estudiantes de Inicial 1 y 2 y 1.º de Educación General Básica (EBG)	38
Desarrollo de proyecto de vida	38
Actividad #4. ¡En mi casa somos así!	38
Actividad #5. De grande quiero ser	40
Actividad #6. Mi cuerpo es mío	41
Actividad #7. ¡Así me siento!	43
Actividad #8. Niñas y niños tenemos derechos. ¡Conócelos!	45
Actividad #9. Video foro en familia	47
Nivel 2: Estudiantes de 2.º, 3.º y 4.º de EGB	49
Desarrollo de proyecto de vida	50
Actividad #10. Leemos y entendemos. Rosa Caramelo	51
Actividad #11. Sentido consentido	53
Actividad #12. ¿Quién hace qué?	56
Actividad #13. ¡Niñas y niños podemos!	59
Actividad #14. Video foro en familia	60
Nivel 3: Estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º de EGB	63
Desarrollo de proyecto de vida	64
Actividad #15. Este es mi cuerpo	65
Actividad #16. Permisos y Prohibiciones	67
Actividad #17. La historia de Teresa	69
Actividad #18. ¡Tenemos derechos!	70
Actividad #19. Video foro en familia	77
Nivel 4: Estudiantes de 8.º, 9.º y 10.º de EGB	81
Desarrollo de proyecto de vida	81
Actividad #20. Iguales y distintos	82
Actividad #21. Anticoncepción vista por mujeres y hombres	86
Actividad #22. Línea de la vida	88
Actividad #23. Hablemos de menstruación	90
Actividad #24. Mitos sobre sexualidad	92
Actividad #25. ¿Cuándo podemos tener relaciones sexuales?	95

Actividad #26. Consentimiento consciente	99
Actividad #27. ¿Prevención?. ¡De eso sí hablamos!	103
Actividad #28. ¿Derechos?. ¡De eso si hablamos!	115
Actividad #29. Video foro en familia. Autoconocimiento	118
Actividad #30. Video foro en familia. Protección	1119

Nivel 5: Estudiantes de 1.º, 2.º y 3.º de Bachillerato **120**

Desarrollo de proyecto de vida	121
Actividad #31: Cuando la anticoncepción anula el uso del condón	122
Actividad #32: Hablar de sexualidad en familia. ¡Si se puede!	125
Actividad #33: Mi primera vez	127
Actividad #34: Educación integral de la sexualidad. Nuestro derecho	128
Actividad #35: Relaciones sexuales consentidas	131
Actividad #36: ¿Cómo elegimos los métodos anticonceptivos?	132
Actividad #37: Anticoncepción de emergencia	135
Actividad #38. Mi escuela Habla	139
Actividad #39: Video foro en familia. Relaciones de pareja	140
Prevención de embarazos, responsabilidad compartida	143
Implementación y seguimiento	143

BIBLIOGRAFÍA **144**

Metodologías revisadas	144
Documentos conceptuales	146

ANEXOS **148**

Anexo Actividad #5	148
Anexo Actividad #6	153

Presentación

El Ministerio de Educación, responsable de implementar programas de educación integral para la sexualidad basados en información científica y estándares internacionales, debe generar estrategias para garantizar el derecho a una vida libre de violencia sexual y embarazos en niñas y adolescentes. Es nuestra prioridad educar para la toma de decisiones autónomas e informadas por parte de la población estudiantil, respecto a su sexualidad, salud sexual, reproducción, así como para la construcción de sus proyectos de vida.

El embarazo en niñas y adolescentes es una problemática con múltiples determinantes sociales, tales como la falta de acceso a bienes y servicios que a su vez permitan el libre ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos en las distintas etapas del ciclo de vida. También la situación de violencia a la que muchas niñas y adolescentes se ven sometidas durante el ciclo de vida.

Las políticas en materia de prevención han ido transformándose en el tiempo en función de los nuevos requerimientos sociales, así como de la evidencia científica provista de la evaluación de los programas ejecutados anteriormente. Como señala la evidencia nacional e internacional¹, las estrategias efectivas de prevención de embarazos: **a) desarrollan múltiples componentes**, es decir, entregan información, brindan acceso a servicios de salud sexual y reproductiva integrales, incluido el acceso a métodos anticonceptivos (MAC) mientras que facilitan el acceso a los mecanismos de protección social en temas de violencia **b) articulan la intervención intersectorial** a través de la respuesta estatal, y **c) se ejecutan en múltiples niveles**, integrando actividades puntuales desde los niveles centrales, regionales, provinciales y comunitarios. Estos tres componentes se articulan en torno al enfoque de derechos y transversalizan la perspectiva de género.

Actualmente, la apuesta del Estado Ecuatoriano consiste en una Política Intersectorial de Prevención de Embarazos en Niñas y Adolescentes, que articula los esfuerzos de los Ministerios de Educación, Salud, Inclusión Económica y Social, así como los del sector justicia. La propuesta considera las múltiples dimensiones y particularidades del fenómeno del embarazo en niñas y adolescentes.

¹Orientaciones Técnicas Internacionales para Educación de Sexualidad, Naciones Unidas, Unesco 2009, y su revisión del 2018; Banco Mundial 2012, BID 2017, ENIPLA 2011, Plan Internacional 2018), Teoría del Cambio en Educación Integral de Sexualidad 2018 MINEDUC-UNFPA.

- 
- La prevención de embarazos precoces o no planificados en niñas, adolescentes y jóvenes es un proceso integral, en que tanto el
 - Estado, la escuela, y la familia comparten responsabilidades. El
 - Gobierno Ecuatoriano, a través del Ministerio de Educación, asume
 - la responsabilidad que le corresponde a través de la generación de políticas, lineamientos y materiales educativos acordes a la realidad nacional y pone a disposición de la comunidad educativa esta Guía, como parte de las herramientas de apoyo diseñadas.

Invitamos a la comunidad educativa, docentes, familias, estudiantes, personal directivo y de apoyo, así como a la comunidad en general a revisar los contenidos de este documento y a utilizarlos como un insumo para promover la construcción de proyectos de vida saludables, que fomenten el bienestar integral de niños, niñas y adolescentes.

Introducción

El Ministerio de Educación, en el marco de sus competencias y con el apoyo de Plan Internacional, promueve el desarrollo de material educativo que sistematice las experiencias exitosas en materia de prevención, cautelando a su vez, que estas respondan a las nuevas necesidades de la población, trabajando desde la perspectiva de género y el enfoque de derechos. Esto en línea con el mandato constitucional de 2008 y los instrumentos de derechos humanos y educación de los cuales el país es signatario, con el fin de fortalecer los proyectos de vida de las personas con información suficiente que les permita decidir sobre su vida y sexualidad de forma plena, libre y responsable, en ambientes libres de violencia.

Para el desarrollo de este documento se revisaron diferentes estrategias, metodologías, contenidos y propuestas para trabajar en materia de prevención de embarazos precoces y no planificados. De ellas, se seleccionaron aquellas que cumplen con los siguientes criterios:

1. Integran el enfoque de derechos y la perspectiva de género de forma transversal.
2. Los contenidos presentados se basan en evidencia científica verificable, así como información actualizada.
3. Los contenidos y metodologías no reproducen patrones de violencia.
4. Las metodologías son suficientemente flexibles para ser aplicadas en los diferentes contextos de la realidad ecuatoriana.

Sobre este análisis y considerando la evidencia producida en el país y en la región, es posible identificar que los procesos educativos que tienen impacto en la reducción de embarazos en niñas y adolescentes tienen las siguientes características:

1. Son parte de todo el proceso educativo de las personas, diferenciando contenidos en función de las etapas de su desarrollo.
2. Integran de forma transversal la perspectiva de género y el enfoque de derechos.
3. Promueven la vinculación de la escuela y la familia con la comunidad y los servicios públicos que se prestan en los territorios.

Estas características, vinculadas con las señaladas anteriormente, permitieron diseñar la presente Guía como una estrategia que permite incidir en la comunidad educativa al mismo tiempo que, un proceso

- de autoformación para quien la utiliza. Vale señalar que en todo el
- diseño de este documento se consideró la participación de diferentes
- actores, principalmente la experiencia del personal docente, así como
- las necesidades de las y los estudiantes y sus familias.
-

Este documento consta de tres secciones. **La primera consiste una contextualización del problema de los embarazos adolescentes** en el país, incluyendo un breve análisis de sus causas y consecuencias, a partir de las cuales se desarrollan estrategias educativas que permiten trabajar el tema. **La segunda parte del documento integra recomendaciones generales para las instituciones educativas, vinculando este documento con las herramientas institucionales que actualmente se utilizan en las escuelas. Finalmente y en tercer lugar, se presenta una propuesta metodológica para trabajar sobre este tema, organizada en cinco niveles de progresión**, considerando las necesidades específicas que presenta la comunidad educativa en función de la etapa de aprendizaje por la que atraviesan las y los estudiantes, esto en línea con los estándares de calidad educativa. Se proponen actividades para:

- **Nivel 1:** Estudiantes de Inicial 1 y 2 y 1.º de Educación General Básica (EBG)
- **Nivel 2:** Estudiantes de 2.º, 3.º y 4.º de EGB
- **Nivel 3:** Estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º de EGB
- **Nivel 4:** Estudiantes de 8.º, 9.º y 10.º de EGB
- **Nivel 5:** Estudiantes de 1.º, 2.º y 3.º de Bachillerato

Adicionalmente, para cada nivel se presentan actividades y contenidos específicos dirigidos a estudiantes, docentes y familias, organizados de la siguiente manera:

- 1. Desarrollo de proyecto de vida**, consiste en actividades dirigidas a estudiantes que pueden ser desarrolladas en la hora de tutoría de cada institución educativa. Plantea metodologías simples que, como parte de un proceso de formación, promueven el desarrollo de contenidos mínimos que se articulan entre sí para potenciar factores protectores.
- 2. Me informo y actúo**, consiste en actividades como campañas y estrategias de participación estudiantil, en la que las y los estudiantes asumen su rol protagónico en el proceso educativo y desarrollan acciones puntuales que permiten incidir en la prevención de embarazos en niñas y adolescentes en sus respectivas instituciones educativas y comunidades.
- 3. Hablamos en casa también**, basada en la perspectiva lógica de resonancias comunitarias desarrolladas en la metodología Zonas Libres de Embarazo Adolescente – ZLEA- (Plan Internacional 2015), integra información sobre prevención dirigida a las familias.

La escuela es un espacio privilegiado para trabajar temas vinculados con la sexualidad, es en este espacio donde las lógicas de reproducción social vinculadas con estereotipos de género, factores de riesgo, violencia, miradas negativas sobre la sexualidad, falta de información sobre derechos se perpetúan, pero también pueden modificarse a través de un ejercicio crítico, con contenidos pertinentes, basados en evidencia y laicos que, adicionalmente, deben estar mediados por metodologías adecuadas al ciclo vital y deben contar con la flexibilidad suficiente para que sean adaptadas a las diferentes realidades territoriales del país, sin descuidar los contenidos mínimos que permitan incidir en la reducción efectiva de embarazos. Lo anterior permite ampliar y profundizar las posibilidades de las y los estudiantes de ejercer sus derechos.

Para esto, es necesario considerar que la educación integral en sexualidad permite a las personas acceder a información correcta sobre sus derechos sexuales y reproductivos, promoviendo la eliminación de mitos y la vivencia de una sexualidad plena y placentera. Asimismo, participa en el desarrollo de aptitudes para la vida como el pensamiento crítico, aptitudes de comunicación y negociación, desarrollo de sentido de sí mismo, capacidad de tomar responsabilidad y pedir ayuda. Finalmente, la educación integral de la sexualidad promueve el desarrollo de actitudes y valores positivos como la apertura de mente, el respeto de uno mismo y las otras personas, la valoración positiva, la responsabilidad, y la adopción de una actitud positiva frente a la salud sexual y reproductiva en el marco del desarrollo integral y la construcción de proyectos de vida que integren la vivencia de una sexualidad segura y satisfactoria.

Finalmente, es necesario indicar que este documento trabaja un solo aspecto de la educación integral de la sexualidad, la prevención de embarazos en niñas y adolescentes, sin embargo, se encuentra alineado a la política pública y demás herramientas generadas por el Ministerio de Educación para garantizar los derechos de las personas, especialmente su derecho a la educación integral de la sexualidad.

Parte 1

El embarazo en niñas y adolescentes como fenómeno en Ecuador

La información disponible en torno al embarazo en adolescentes y jóvenes en el país es extensa, existen series de datos comparables que muestran cómo se comporta este fenómeno en el tiempo y además permite identificar factores que inciden en el aumento o disminución de tasas de embarazo en esta población.

En los gráficos 1 y 2 se observa el comportamiento de este fenómeno en niñas de entre 10 a 14 años, así como en adolescentes entre 15 y 19 años.

Gráfico 1.

Tasa especificada de nacidos vivos de madres adolescentes de 10 a 14 años

Período: 1990 - 2017 en el año (†+)

En el año de 2017, se obtuvo 2,247 nacidos vivos de madres de 10 a 14 años de edad que corresponden a 2,8 nacidos vivos por cada 1.000 mujeres en ese rango de edad.



Los nacidos vivos registrados (†+): corresponden a los nacidos vivos ocurridos en el año de estudio, e inscritos hasta el 31 de diciembre del año siguiente (p*) cifras provisionales: correspondientes a los datos e indicadores que se generan con información de los nacidos vivos ocurridos en el 2017 y que están

Esta tasa es sin duda alarmante, según el marco legal ecuatoriano, el contacto sexual entre menores de 14 años es violación, y la evolución de la tasa de embarazos en esta población específica permite observar como la violencia sexual opera como un determinante de embarazo precoz y no planificado en una población que no tiene las competencias para llevar a término un embarazo de manera satisfactoria y se ve impedida de decidir en torno al ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos. Sobre esto, es menester que instituciones educativas y familias generaren estrategias de prevención que permitan:

1. Desnaturalizar patrones socioculturales que promueven las relaciones violentas, es decir, trabajar en la promoción de cultura de paz.

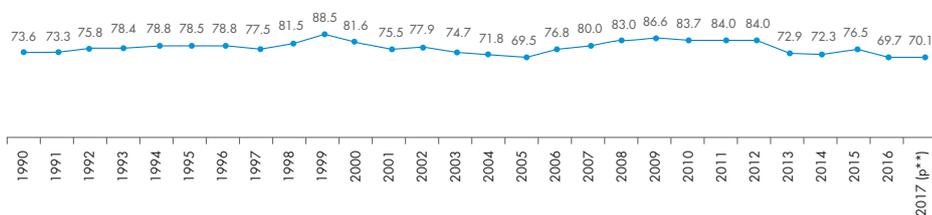
2. Identificar posibles situaciones de violencia y las formas de prevenirla.
3. Identificar las rutas y protocolos de actuación en casos de violencia y ejecutarlos.

Gráfico 2.

Tasa especificada de nacidos vivos de madres adolescentes de 15 a 19 años

Periodo: 1990 - 2017 en el año (†+)

En el año de 2017, se obtuvo 54.051 nacidos vivos de madres de 15 a 19 años de edad que corresponden a una tasa de 70,1 nacidos vivos por cada 1.000 mujeres en ese rango de edad.



Los nacidos vivos registrados (†+): corresponden a los nacidos vivos ocurridos en el año de estudio, e inscritos hasta el 31 de diciembre del año siguiente (p+*) cifras provisionales: correspondientes a los datos e indicadores que se generan con información de los nacidos vivos ocurridos en el 2017 y que están sujetos a ajustes por registros posteriores

Fuente: Registro Estadístico Nacidos Vivos 1990 - 2017

Esta gráfica, al igual que la anterior, da cuenta de cómo se manifiesta el problema de los embarazos en la población y a la vez da líneas para diseñar intervenciones educativas concretas que permitan a las adolescentes ampliar sus posibilidades y proyectos de vida y postergar el embarazo si así lo deciden.

Causas del embarazo en adolescentes

El embarazo en adolescentes es un fenómeno multicausal. Existen factores sociales, familiares, escolares y personales que potencian la prevalencia de este fenómeno.

“Al principio me daba miedo, no sabía que hacer... Pero estaba cansada de estar sola, ahora con el voy a estar acompañada”, Cristina, 16 años, Quito.

“No quería ser papá, pero toca. Asimismo le tocó a mi viejo” Julián, 18 años, Macas.

“Algún día quiero ser mamá, pero primero quiero terminar el colegio y tener mi propio negocio”, Jimena, 15 años, Machala.

“No quiero ser mamá, he pensado en eso y decidí que no”, Cristina, 17 años, Guayaquil.

“¿Hijos? Creo que no mismo. Quiero trabajar y viajar”, Sergio, 16 años, Loja.

Si bien el embarazo adolescente y no planificado afecta a mujeres y hombres, son las primeras las que cargan el mayor estigma social asociado a la gestación y la crianza. En sociedades como las nuestras, los patrones relacionados con los roles desiguales de género tienden a fortalecer el imaginario del embarazo como único proyecto de vida válido para las mujeres, como un ejercicio de validación en el que se estructura la personalidad y se alcanza la realización individual. Mientras que para los hombres es generalmente una opción.

Las adolescentes embarazadas tienen menos oportunidades de acceder a estudios de tercer nivel, mayor probabilidad de sufrir violencia de género y generalmente mantienen empleos mal remunerados, perpetuando círculos de violencia y pobreza. Esto, en el caso de embarazos subsecuentes se ve agravado, encontrando que la mayor parte de adolescentes que tienen un segundo parto a menos de dos años del primero no se reinsertan al sistema educativo formal.

La gestación, maternidad y paternidad son opciones válidas para todas las personas, sin embargo, es necesario tener en cuenta que el embarazo puede cambiar drásticamente el proyecto de vida de las y los adolescentes, por tanto, debe ser una decisión tomada con información suficiente, libertad y en ambientes libres de todo tipo de violencia.

La literatura especializada (MinEduc, 2017) señala, además de lo mencionado anteriormente, los siguientes factores de riesgo:

Factores individuales:

- Valores, creencias y roles adquiridos por la desigualdad de género
- Desconocimiento de derechos y su vulneración
- Dificultad para planear proyectos de vida
- Abuso de sustancias psicotrópicas y estupefacientes
- Bajo nivel educativo o carencia de este
- Falta de acceso a educación integral de la sexualidad
- Baja autoestima, desesperanza y ausencia de habilidades sociales

Factores familiares:

- Ausencia o poco diálogo familiar
- Expectativas, discursos y tratos que afianzan roles y estereotipos de género
- Actitudes favorables con respecto al matrimonio temprano
- Conflictos familiares
- Violencia intrafamiliar
- Violencia de género

Factores escolares:

- Falta de acceso a información sobre educación sexual integral
- Currículo oculto que normaliza la desigualdad de género
- Búsqueda de reconocimiento entre pares mediante la exposición a conductas de riesgo
- Obstáculos para asistir a la escuela
- Actitudes negativas o prejuicios en torno a la sexualidad adolescente

Factores sociales:

- Falta de oportunidades socioeconómicas
- Migración irregular
- Barreras legales, culturales, sociales y económicas de acceso a métodos anticonceptivos
- Violencia sexual y de género
- Concepciones y normas sociales de género basadas en la desigualdad
- Mensajes comunicacionales e informativos estereotipados con respecto al género y la sexualidad, en general

Estos factores pueden ser agrupados en algunas categorías amplias, para identificar las formas en que se conectan y operan en lo cotidiano. De esta manera, se observa que la **violencia basada en género** y los ambientes en que esta se produce, son causa potencial de **embarazos precoces y no planificados**.

Por otra parte, las **desigualdades que se construyen en torno al género** afectan el desarrollo de proyectos de vida, pero también el acceso a servicios e insumos, así como el ejercicio de derechos sexuales y reproductivos.

El **desconocimiento de los derechos humanos**, particularmente los derechos sexuales y reproductivos, así como la poca capacidad para ejercerlos tiene estrecha relación con la falta de información y educación integral de la sexualidad. Adicionalmente, esto se relaciona con la poca capacidad de acceder a servicios de protección social, pobreza y círculos de violencia.

Con estas consideraciones, una estrategia que reduzca de forma efectiva los embarazos en niñas y adolescentes deberá considerar los riesgos mencionados y transformarlos en factores protectores. Por ello, es importante generar procesos educativos que involucren a la comunidad educativa, que sean sostenidos en el tiempo y que se vinculen con las herramientas de gestión institucional como se verá en la siguiente sección de la guía.

Parte 2

El papel de la escuela en materia de prevención de embarazos precoces y no planificados en niñas y adolescentes

Las instituciones educativas son lugares privilegiados para trabajar en materia de prevención de embarazos precoces y no planificados. Es en este espacio donde los saberes que se construyen en torno a la sexualidad, los valores, proyectos de vida y relaciones humanas se discuten, fortalecen, aprueban y desaprueban. Es necesario señalar que la educación es reconocida como el principal factor de protección frente a embarazos precoces y no planificados, al mismo tiempo que se constituye como el principal motor de la movilidad social y desarrollo. El trabajo educativo constituye la base de todos los programas de prevención.

La escuela es el punto de encuentro que tienen las comunidades para abordar sus inquietudes, problemas, proyectos y desafíos. Por ello, es necesario disponer de las herramientas adecuadas que permitan involucrar a toda la comunidad educativa, no solo en el proceso de formación, sino también en los ciclos de planificación y desarrollo de actividades anuales.

La gestión administrativa y técnica de las instituciones educativas debe considerar el trabajo en materia de prevención en sus instrumentos de planificación, tanto para construir sostenibilidad en las acciones como para disponer de líneas de evaluación de las estrategias desarrolladas que permitan tomar decisiones.

Considerando la evidencia, es necesario:

1. Reconocer que el trabajo en materia de prevención de embarazos es responsabilidad de toda la comunidad educativa, en el que las y los docentes tutores, así como los departamentos de consejería estudiantil deben movilizar el tema con el respaldo del personal directivo.
2. Generar articulaciones de servicios locales que se relacionen con la temática.

Así, en el diagnóstico que se realiza sobre la institución educativa tanto para la elaboración del Proyecto Educativo Institucional como para los Códigos de Convivencia es necesario identificar los siguientes servicios:

- a.** Centro de Salud cercano
- b.** Junta Cantonal de Protección de Derechos
- c.** Unidad de Policía Comunitaria
- d.** Dirección Distrital de Educación
- e.** Fiscalía

En todas las instituciones es necesario señalar los servicios que se prestan, la forma de acceder a ellos, la dirección, el tiempo de distancia desde la institución educativa, así como el horario de atención y los números de contacto. Se recomienda que esta información se ubique en lugares que sean visibles para la comunidad educativa.

3. Identificar las actividades, contenidos y material educativo que existe para trabajar en el tema.

De esta manera, se promueve la articulación local de los programas desarrollados por el ministerio, así como de las acciones particulares que se desarrollan en las instituciones educativas.

Por ejemplo, si el diagnóstico producido para la elaboración de los códigos de convivencia señala la importancia de trabajar este tema en la institución, se pueden generar actividades:

- a.** Vinculadas al Programa de Participación Estudiantil. Lo que implica promover la participación de las y los estudiantes con el apoyo del personal docente y directivo. Resaltando la capacidad de las personas jóvenes para contribuir en el desarrollo de estrategias de prevención. Reconociéndolos como interlocutores válidos que pueden desarrollar estrategias potentes.
- b.** Orientaciones para el trabajo de los consejos estudiantiles. Lo que implica el asesoramiento de los mismos por parte del personal docente y la propuesta de actividades puntuales que permitan discutir el tema entre el estudiantado.
- c.** Jornadas de discusión y formación docente. Como espacios de autoformación, en los que se puedan discutir los contenidos de esta y otros materiales propuestos para identificar nuevas estrategias y áreas de oportunidad.
- d.** Articulación con el programa “Educando en Familia”. Considerando que existen contenidos y módulos específicos para trabajar temas de sexualidad, embarazo y violencia sexual. Es importante que la planificación del programa esté en armonía con las actividades que se sugieren en los otros instrumentos, para evitar, principalmente, la saturación docente.
- e.** Articulación con el Protocolo de actuación frente a situaciones de embarazo, maternidad y paternidad. Para eliminar los estigmas asociados al embarazo en niñas y adolescentes, así como para generar estrategias de prevención de embarazos subsecuentes.

- f.** Articulación con las rutas y protocolos de actuación en casos de violencia. Considerando que la principal causa de embarazos en niñas tiene que ver con situaciones de violencia, es indispensable generar acciones puntuales en esta materia que conecten ambos temas.
- g.** Proceso de orientación vocacional y profesional. Reconociendo que este es un factor protector fundamental que promueve la permanencia y promoción educativa, así como el desarrollo de habilidades de negociación y autonomía.
- h.** Guía para orientar la construcción de proyectos de vida. Como un eje transversal en la formación del estudiantado, que permita transformar los patrones socioculturales que refuerzan las desigualdades basadas en el género, así como el ejercicio de derechos.

- 4.** Considerar la hora de tutoría que se establece en las instituciones educativas, no solo con la distribución de actividades según las disposiciones ministeriales, sino promoviendo el desarrollo de una planificación curricular que articule los cinco niveles educativos en función de generar estrategias de prevención de embarazos.

Para esto, es necesario considerar el perfil del o la estudiante que egresa de la institución educativa, cuales son los valores, conocimientos y actitudes que se espera que posea al finalizar el bachillerato y a partir de allí “tejer” hacia abajo los saberes, destrezas y valores asociados por cada nivel.

Esto permite no solo establecer la secuencia y contenidos a trabajar durante el proceso formativo del estudiantado, sino también identificar aquellos aspectos que ya se están trabajando en el currículo de las distintas asignaturas, para así evitar la duplicidad de información y establecer procesos complementarios que promuevan el desarrollo de aprendizajes significativos.

Prevenir embarazos a través de la educación integral de la sexualidad. Un desafío para la escuela

Implementar procesos de educación integral de la sexualidad (EIS) en la escuela suele constituirse en un desafío, considerando que:

- Todas las personas tienen su propio imaginario sobre la sexualidad, que depende del capital cultural, los valores, y la posición personal sobre el tema. Sin embargo, la EIS es un derecho de las personas que debe ser garantizado por el Estado y las y los docentes. Así, si bien todas las personas

son libres de tener una posición personal frente al tema, los procesos educativos deben basarse en el enfoque de derechos, como manda la Constitución de 2008.

- La formación sobre el tema es poca o inexistente en las carreras de formación en pedagogía y educación. Y aquella que existe generalmente se reduce a los aspectos más biológicos de la sexualidad.
- Algunas familias suelen presentar resistencia a trabajar en temas de sexualidad integral, sin embargo, si se realizan procesos informativos estas se reducen y el derecho que tiene el estudiantado sobre recibir información integral de sexualidad se garantiza.

Considerando estos factores, es necesario que la comunidad educativa en general pueda disponer de elementos mínimos comunes que les permitan sostener procesos efectivos de prevención de embarazos. Para ello, se utiliza una adaptación de la metodología “Zonas libres de embarazo adolescente” desarrollada por Plan Internacional (2015), para que las personas que utilicen este documento, previo al desarrollo de las actividades con familias y estudiantes, puedan informarse y estén en capacidad de resolver las dudas que se pueden presentar en el proceso.

Antes de empezar...

Para que la planificación de las actividades escolares, sea a nivel de gestión o implementación, es necesario que el personal docente, directivo y de servicios tenga el espacio para reflexionar en torno a sus propias vivencias relacionadas con la sexualidad. Para ello se propone la siguiente actividad:

Actividad 1 Revisando lo que pienso y siento sobre sexualidad

Instrucciones: Frente a cada afirmación, marque 1 si está en desacuerdo, 2 si es indiferente o 3 si está de acuerdo con lo planteado.

AFIRMACIÓN	1	2	3	¿POR QUÉ?
Creo que las y los adolescentes y jóvenes tienen derecho a vivir su sexualidad de forma saludable y placentera, incluyendo el derecho a tener relaciones sexuales antes del matrimonio.				
Es necesario enseñar a utilizar métodos anticonceptivos, desde la pubertad.				

Hablar de sexualidad es algo natural para todas las personas.

La homosexualidad es una forma de vivir la sexualidad humana.

Se debe erradicar todas las formas de violencia y abuso sexual de las instituciones educativas.

Las y los adolescentes deben conocer las formas para evitar embarazos.

¿Considera que podría explicar mejor alguna de sus opiniones?

Fuente: ZLEA. **Autor:** Plan Internacional 2015.

Adaptación: Autor.

Es importante que pueda revisar los contenidos de esta ficha a medida que avance en la lectura de esta sección. Considerando que todas las personas tienen sus propias experiencias y creencias en torno a la sexualidad y estas van definiendo las actitudes y comportamientos frente al tema y pueden cambiar.

Los procesos de educación en sexualidad requieren que las personas estén dispuestas a integrar nuevos aprendizajes y reconocer aquellos que potencialmente pueden reproducir estructuras de violencia.

Actividad 2 Un cambio positivo

A continuación se anotan algunas preguntas relacionadas a un estudio sobre patrones culturales que influyen en la educación para la sexualidad de niñas, niños y adolescentes, este estudio fue realizado por Plan Ecuador. **¡Reflexione sobre las siguientes preguntas:**

PREGUNTA

RESPUESTA

¿Considero que algunos comportamientos sexuales son aceptables para hombres pero no para las mujeres?

¿Cómo me siento acerca de que las niñas tengan más tareas en el hogar que los niños?

¿Qué pienso de una persona que se identifica con un género diferente al sexo con el que nació?

¿Qué pienso de que un hombre adulto seduzca a una niña o adolescente?

¿Cómo me siento de que un niño o adolescente para probar su masculinidad, se inicie sexualmente en los prostíbulos?

¿Considero que de una manera “natural” las mujeres son las principales responsables del embarazo y crianza de los hijos e hijas?

¿Qué pienso sobre que las niñas y mujeres deben ser culpadas cuando son víctimas de un abuso o violencia sexual?

¿Sobre cuáles argumentos desarrollé mis opiniones?

¿Estaría dispuesto a cambiar alguna de mis opiniones y actitudes?

¿Qué necesito para empezar un cambio?

Fuente: ZLEA. Autor: Plan Internacional 2015.

Los patrones de desigualdad de género suelen permear nuestros comportamientos y formas de entender el mundo. En ocasiones, necesitamos actividades como el cuestionario anterior para reconocer algunas formas en que nuestros prejuicios, mitos, miedos e incluso saberes pueden vulnerar derechos y convertirse en barreras para el desarrollo de planes de prevención efectiva. Por ello, es necesario que todo el personal docente tenga la apertura suficiente para realizarse estas preguntas y, adicionalmente, generar estrategias de cambio.

Recordemos: Los saberes sobre sexualidad y género son aprendidos. Forman parte de la cultura y como tales pueden modificarse para dar lugar a otras formas de relacionamiento que produzcan mayor igualdad y bienestar.

Algunas características de la persona que facilita procesos de educación integral de la sexualidad:

LO QUE DEBEMOS DESARROLLAR	LO QUE DEBEMOS EVITAR
- Garantizar el buen trato a todas las personas, su vida y su cultura	- Criticar a las personas
- Respetar su individualidad	- Juzgar sus ideas y costumbres
- Presentarse, ser amable y entusiasta	- Interpretar sin preguntar
- Asesorar: dar opciones útiles y claras	- Dar consejos que no son necesarios
- No juzgar ni dar recetas	Burlarse

<ul style="list-style-type: none"> - Animar la participación - Incentivar con preguntas - Escuchar con genuino interés - Ser sensible, mirar, escuchar - Aceptar los errores y aprender - Cuestionar nuestras propias ideas - No tener miedo a improvisar. Mostrar espontaneidad - Mantener el buen humor - Promover la creatividad - Respetar las respuestas y criterios de las personas - Si no conoce alguna respuesta, aceptar que no lo sabe y buscar la información para responder después 	<ul style="list-style-type: none"> - Interrumpir cuando alguien emite sus opiniones - Dominar la conversación - Apresurar las intervenciones - Celebrar chistes o conceptos sexistas o discriminatorios
---	---

Fuente: ZLEA. Autor: Plan Internacional 2015

Conceptos y orientaciones mínimas²

A continuación se presentan una serie de conceptos y orientaciones que constituyen la base de los programas de educación integral en sexualidad. Es importante que se los pueda leer con detenimiento, considerando que las actividades planteadas en la tercera parte del documento se desprenden de estos contenidos. Por tanto, leer y entender esta sección facilitará el desarrollo de las siguientes actividades.

Derechos sexuales y derechos reproductivos

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son parte de los derechos humanos, interpretados desde el punto de vista de la sexualidad y reproducción de las personas, independientemente de la edad, sexo, género, opción sexual, etnia, clase social o situación particular como discapacidad, o vivir con VIH/SIDA, etc.

“La sexualidad es un elemento constitutivo de los seres humanos que se expresa como un lenguaje que posibilita una comunicación plena, total y trascendente”, OPS, 1997.

² Información basada en el documento ZLEA. Plan Internacional 2015.

La sexualidad es una dimensión importante de la vida de niñas, niños y adolescentes, y uno de los determinantes clave que les permitirá desarrollar su pleno potencial y su proyecto de vida. La educación de la sexualidad es un derecho y a su vez debe ser un acto cotidiano que se trate y aborde en todo espacio social como: la familia, el barrio o la comunidad, la escuela y el colegio, los medios de comunicación, las organizaciones comunitarias. Parte del desarrollo de habilidades para la vida es empoderar a niñas, niños y adolescentes y a sus familias en estos temas.

Niñas, niños y adolescentes son seres sexuales y sexuados desde su nacimiento.

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son derechos humanos y están contemplados en los tratados internacionales y regionales legalmente vinculantes y ratificados por el Estado ecuatoriano.

Niñas, niños y adolescentes tienen derechos sexuales y derechos reproductivos.

El conocimiento y empoderamiento en derechos sexuales y derechos reproductivos es una estrategia de gran importancia en el trabajo con las comunidades. Es importante ligarlos a los derechos humanos en general, por ejemplo, en las comunidades indígenas se puede iniciar dialogando sobre los derechos colectivos, al derecho a una vida saludable y al buen vivir.

Para trabajar sobre derechos sexuales y derechos reproductivos se sugiere realizar la siguiente actividad:

Actividad 3 Derechos sexuales y derechos reproductivos

Indicaciones: lea atentamente las dos columnas y luego subraye las formas en que estos derechos se cumplen o no en su institución educativa.

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS DE LA CONSTITUCION DEL ECUADOR 2008

Derechos sexuales:

- Derecho a una educación en sexualidad, desde el enfoque de derechos, en entidades educativas.
- Derecho a tomar decisiones libres, informadas, voluntarias y responsables sobre su sexualidad.
- Derecho al acceso permanente, oportuno y sin exclusión por orientación sexual, edad, pertenencia étnica o discapacidad a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud sexual.
- Derecho a la integridad sexual.
- Derecho a guardar reserva sobre su salud y vida sexual.
- Derecho a no ser discriminada o discriminado por su orientación sexual.
- Derecho a vivir una sexualidad libre de coerción y violencia
- Derecho a atención prioritaria a víctimas de violencia sexual.
- Derecho de niños, niñas y adolescentes a la protección y atención contra todo tipo explotación sexual.

Derechos reproductivos:

- Derecho al acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud reproductiva.
- Derecho a tomar decisiones libres, responsables e informadas sobre su salud y vida reproductiva y a decidir cuándo y cuántas hijas e hijos tener.
- Derecho a la eliminación de riesgos laborales que afecten la salud reproductiva.

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS REFERENTES A TRATADOS INTERNACIONALES COMO CIPD, CEDAW, CONSENSO DE MONTEVIDEO, ENTRE OTROS

Derechos sexuales:

- Ser reconocidos como seres sexuados
- Fortalecer la autoestima y autonomía para adoptar decisiones libres sobre la sexualidad.
- Contar con información oportuna, veraz y completa sobre sexualidad.
- Decidir si se quiere iniciar y mantener la vida sexual o no.
- Decidir libremente si se contrae matrimonio, se convive con la pareja o si se permanece solo o sola.
- Explorar y disfrutar de una vida sexual placentera, sin vergüenza, miedos ni culpas.
- Vivir la sexualidad sin sometimiento a violencia, presión, abuso, explotación o acoso.
- Tener relaciones sexuales consensuadas.
- Escoger a las y los compañeros sexuales.
- Pleno respeto por la integridad física del cuerpo y sus expresiones sexuales. Expresar libre y autónomamente la orientación sexual.
- Protegerse del embarazo y las ITS.
- Tener acceso a servicios de salud sexual de calidad.

Derechos reproductivos:

- Decidir libre y responsablemente el número de hijos y el intervalo entre ellos.
- Decidir de manera libre y responsable la posibilidad de ser padres o madres.
- Decidir libremente el tipo de familia que se quiere formar.

- Derecho al acceso y estabilidad en el empleo sin limitaciones por embarazo o número de hijas e hijos.
- Derechos de maternidad (lactancia y trabajo).
- Derecho a licencia por paternidad.
- Derecho a la no discriminación vinculada con los roles reproductivos.
- Derecho a acciones y servicios de salud reproductiva, durante el embarazo, parto y postparto.

- Acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables, y eficaces, incluyendo a la anticoncepción de emergencia.
- En las mujeres a no sufrir discriminaciones o tratos desiguales por razón de embarazo o maternidad, en el estudio trabajo o dentro de la familia.
- Tener acceso a servicios de salud y atención médica que garanticen una maternidad segura y libre de riesgos durante la gestación, el parto, y la lactancia.
- Contar con servicios educativos e información para garantizar la autonomía reproductiva.
- Tener acceso a los beneficios del progreso científico, para contar con servicios accesibles que satisfagan las necesidades dentro de los mejores estándares de calidad.

Fuente: ZLEA. Autor: Plan Internacional 2015.

Con esta información, señale:

¿CÓMO SE CUMPLEN ESTOS DERECHOS SEXUALES EN MI INSTITUCIÓN EDUCATIVA?



¿CÓMO SE CUMPLEN ESTOS DERECHOS REPRODUCTIVOS EN MI INSTITUCIÓN EDUCATIVA?



¿Cuándo se vulneran los derechos sexuales y derechos reproductivos?

Es importante reflexionar con las comunidades y servicios públicos sobre la vulneración de los derechos sexuales y derechos reproductivos. Debemos promover que las lideresas y los líderes, las madres y los padres de familia, las y los adolescentes, así como las y los servidores públicos aprendan a reconocer cuando estos derechos son vulnerados y qué se debe hacer en esos casos.

Ejemplos de vulneración de derechos sexuales y derechos reproductivos:

- Ser excluido o excluida de programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud sexual y salud reproductiva.
- No recibir educación de la sexualidad en escuelas y colegios.
- Ser maltratado o maltratada en un centro de atención de salud sexual y reproductiva por razones de edad, género, etnia, situación económica, orientación sexual, identidad o expresión de género.
- Abuso sexual.
- Discriminación por orientación sexual o identidad y expresión de género.
- No recibir atención y tratamiento para infecciones de transmisión sexual.
- No acceder a métodos anticonceptivos en centros de salud públicos.
- Ser discriminada en el colegio por embarazo.
- No contar con los quince días por derecho a paternidad.
- No recibir atención oportuna en casos de emergencias gineco-obstétricas.

Nociones básicas sobre sexualidad

La sexualidad es parte de la vida de las personas y de su desarrollo. Es la forma en que las personas experimentan y se expresan como seres sexuales. Las personas son seres sexuales a lo largo de sus vidas y de manera diferente de acuerdo a la etapa del ciclo vital: en la niñez, en la adolescencia, en la adultez y en la adultez mayor. La actividad sexual³ es solamente un aspecto de la sexualidad.⁴ La sexualidad humana, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), se define como:

“Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los roles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, roles y relaciones interpersonales⁵”.

“La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales”.

³ Se refiere a las relaciones sexuales.

⁴ Conceptualizaciones adaptadas de “Un solo currículo” Educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. IPPF-2011

⁵ OMS, 2006.

La sexualidad, por lo tanto, es una expresión biológica (sexo), psicológica (emociones y sentimientos) y socio cultural (patrones culturales, valoración y posición de los sexos en la comunidad o sociedad, prácticas culturales favorables o desfavorables en relación a la sexualidad) que se construye de forma histórica. Por tanto, sus significados se van transformando en función de las dinámicas de la sociedad y las prácticas de las personas.

Sexo

Generalmente, cuando las personas hablan de sexo se refieren a las relaciones sexuales con penetración. Sin embargo, la definición adecuada hace referencia a las características anatómicas y fisiológicas con las que nacen las personas. Dentro de esta categoría se señala a las mujeres, a los hombres y a las personas intersexuales.

El sexo es determinado generalmente por las características genitales, hormonales y genéticas de las personas. Las mujeres nacen con vulva, vagina y ovarios, mientras que los hombres con pene y testículos. Sin embargo, existen casos en que los genitales no pueden ser determinados, en estos casos se denomina a las personas intersexuales (MSP, 2015).

Relación entre género y sexualidad

El sexo con que nace una persona (incluso antes de su nacimiento), la socialización y las pautas de género determinan fuertemente la vivencia de la sexualidad. Actualmente, muchas personas mantienen actitudes y prácticas negativas hacia la sexualidad de niñas, niños y adolescentes de manera diferente y desigual dependiendo del género. Es posible constatar la existencia de un trato desvalorizante, excluyente, discriminatorio, que niega o vulnera los derechos, especialmente de las niñas y de las mujeres.

Las niñas y las mujeres enfrentan muchas barreras para vivir y disfrutar de manera plena su sexualidad. En la sociedad, por lo general estas barreras son “perdonadas”; “pasadas por alto” y vistas como “normales” culturalmente.

En este sentido, el género opera como una categoría que trae aparejada un “deber ser” de las mujeres y los hombres en una sociedad determinada. Así, se constituye en una construcción social que otorga ciertos patrones a las personas en función de su sexo. Como se mencionó anteriormente, la reproducción de patrones que fomentan desigualdades de género es una de las principales causas de violencia y se relaciona estrechamente con los embarazos en niñas y adolescentes.

El género es parte fundamental de la sexualidad y, por tanto, debe ser trabajado a lo largo de la vida para promover la generación de nuevas formas de relaciones, más respetuosas, igualitarias y justas.

Algunos apuntes sobre sexualidad en niñas, niños y adolescentes

Cada etapa de la vida necesita experiencias y conocimientos específicos para su óptimo desarrollo; por ello, es fundamental que se reconozca que niñas, niños y adolescentes son seres sexuales y sexuados y que su sexualidad tiene necesidades que se diferencian sustancialmente de la sexualidad en la edad adulta.

En sociedades ancestrales, el no reconocimiento de la niñez como condición humana se hacía evidente en la posibilidad que tenía el padre de permitir o negar la vida⁶; mas adelante, atada a un fuerte sentimiento religioso, la representación angelical de niñas y niños los asocia con la divinidad, suprimiendo así sus características de humanidad -deseos, pasiones-. En la sociedad moderna, se los reconoce como personas, sujetos de derechos. Sin embargo, a lo largo de toda la historia han prevalecido con mayor o menor arraigo cultural dos aspectos en relación con la noción de la sexualidad en la niñez: “La inocencia que hay que conservar a toda costa y la ignorancia que hay que vencer a través de una cristiana educación”.

Se ha insistido tanto a través de los siglos sobre esta idea que se ha constituido en verdad, logrando que padres, madres y educadores asuman a los niños y las niñas como seres asexuados. A pesar de esto, y de manera contradictoria, al desempeñar su labor educadora, se basan en la prohibición, persecución y castigo a las manifestaciones de aquello que supuestamente no existe⁷.

SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD en las niñas y los niños a medida que van creciendo:

- La vivencia de la sexualidad en las niñas y los niños debe ser abordada de manera integral, tiene que ver con el cuerpo y sus vivencias, con la construcción de su identidad, pero también con la vivencia en relación a la afectividad.
- Es importante que conozcan su cuerpo, sus propias sensaciones y que aprendan a reconocerse, valorarse y manejarlos en función de su plan de vida.
- Que nombren sin prejuicios las partes de su cuerpo, incluidos sus órganos sexuales genitales, y que se sienten cómodos al aceptar que es parte de sí mismos y sí mismas.
- Es importante que reciban educación en sexualidad desde la primera infancia. Los contenidos deben tener el criterio de progresividad, tomando en cuenta su etapa evolutiva.
- Que fortalezcan su capacidad de apreciarse (autoestima), cuidarse y defender su integridad.

⁶ En la sociedad Romana (Siglos I y II), los niños no deseados eran abandonados o asesinados como parte de una práctica corriente y además legal en tanto no era penalizada y era reconocida por la sociedad como mecanismo para la formación y expansión de las familias. (En: Yolanda López. De la inocencia del niño a la sexualidad Infantil...)

⁷ Plan Internacional. Oficina Regional para las Américas. LINEAMIENTOS TÉCNICOS PARA LA EDUCACIÓN EN SEXUALIDAD. Panamá- Junio 2013. Pág. 11.

- Es importante que reciban una educación con equidad de género, sin generar estigma ni desvalorización de las niñas frente a los niños, promoviendo las mismas oportunidades para ambos sexos desde la infancia.
- Su autodeterminación es progresiva en la medida que el medio familiar y social les brinde oportunidades de conocer, reconocer, valorar e identificar a personas de confianza y seguras que contribuyan positivamente en la vivencia y descubrimiento de su sexualidad.
- Esta capacidad incluye el conocimiento progresivo y ayudarles a tomar decisiones sobre su propia sexualidad y a relacionarse con los demás.
- Es importante comprender que tanto niñas como niños son personas valiosas, que ambos sexos pueden realizar actividades similares, cumplir sus sueños, ser respetados y felices.
- En esta etapa aprenden a recibir y dar afectos a las figuras importantes (padre, madre, hermanos, hermanas) y a las personas que los rodean.
- Pueden tener sus primeros enamoramientos infantiles, que es diferente al enamoramiento de las y los adolescentes.
- Deben aprender a manejar el dolor u otros sentimientos ante estas relaciones de amistad o de enamoramiento.
- Es fundamental el conocimiento sobre el embarazo y el nacimiento en un sentido de conocer su propio origen y de reafirmar su identidad.

SEXUALIDAD en las y los adolescentes

La adolescencia es una etapa de vitalidad y salud, De manera general, este reconocimiento y configuración del “quién soy” y “qué debo ser” se ven afectados por la cultura y el entorno social que les rodea. Las personas jóvenes y adolescentes son sujetos plenos de derechos, que, cuando cuentan con información suficiente, son capaces de tomar sus propias decisiones con responsabilidad y libertad.

- Descubren el mundo, su cuerpo, sus cambios, su sexualidad y muchas veces de manera independiente, en soledad. Empiezan a surgir contradicciones con visiones, discursos, patrones culturales y éticos inculcados por la familia, las religiones y el sistema educativo.
- Estas contradicciones se presentan en su mayoría en entornos con poca o limitada información y con una valoración de la sexualidad solamente desde la perspectiva moral y poca información científica, lo que incide en su capacidad para tomar decisiones.
- Uno de estos aspectos importantes es el enamoramiento. En este momento se cruzan los conceptos y vivencias que tienen acerca de su sexualidad el que se convierte

en un elemento que transforma las relaciones afectivas con la familia y construye otro tipo de afectividades, en donde entran en juego la aceptación de sí mismas y sí mismos, el gusto por los otros y otras, la idealización de las relaciones y los conceptos de “ser hombre” y de “ser mujer” construidos en su sociedad⁸.

Construcción de la sexualidad de las mujeres en nuestra sociedad

Los roles estereotípicos y las normas sociales sobre lo que implica ser mujer generan en la mayoría de los casos, una subvaloración de las niñas, las adolescentes y las mujeres adultas, lo que no les permite desarrollar sus capacidades y activos personales para tomar decisiones relacionadas a su sexualidad.

- El discurso social predominante hacia las mujeres afirma que deben evitar las relaciones sexuales, pues estas son malas, enfatizando que los hombres solo buscan el cuerpo de la mujer para su propio placer.
- El erotismo, la sensualidad, el placer y la seducción están negados a las mujeres en el discurso social y en la vida privada.
- El discurso social promueve que las mujeres no sean activas sexualmente, cuiden su virginidad, reforzando su rol pasivo, reproductivo y maternal.
- No les permiten a niñas y adolescentes crecer conociendo y amando su cuerpo y su sexualidad.
- Los patrones culturales y las prácticas desfavorables sobre la sexualidad de la mujer le impiden tener el control y tomar decisiones libres e informadas sobre su cuerpo y su sexualidad, lo que puede afectar significativamente su proyecto de vida, por ejemplo, el matrimonio y uniones tempranas.

Construcción de la sexualidad de los hombres en nuestra sociedad

Los roles, normas y estereotipos sobre lo que implica ser hombre en la sociedad generan en los varones adolescentes vulnerabilidades específicas que impactan en su salud en general, así como en su salud sexual y reproductiva y en la de sus parejas.

En muchos países y comunidades, las expectativas de las familias y la sociedad define que los hombres deben ser fuertes, dominantes y proveedores.

⁸ Situación de la sexualidad, salud sexual y reproductiva en los y las adolescentes. Enfoques en sexualidad, salud sexual y reproductiva, Plan Internacional, Oficina Regional de las Américas, 2005.

Deben adherirse a un código rígido de honor que les obliga a competir e incluso utilizar la violencia para comprobar su hombría.

Son educados con la expectativa de que deben estar bien informados sobre las relaciones sexuales, demostrar virilidad con múltiples parejas, discutir sus conquistas con otros y comprobar que pueden tener hijos.

- Estas situaciones, provocan que no se preocupen de su salud sexual y salud reproductiva y no busquen ayuda si tienen alguna situación de vulnerabilidad, ya que se considera socialmente una “debilidad”.
- No se comprometen consigo mismos ni con su pareja en la prevención de las infecciones de transmisión sexual, el VIH o de los embarazos precoces y no planificados.
- Con esta educación y socialización machista tendrán mínimas posibilidades de participar en la crianza de sus hijas e hijos.
- Todas estas situaciones han demostrado que los adolescentes y jóvenes varones tienen mayor riesgo de adquirir el VIH, sufrir violencia, accidentes de tránsito, homicidios, suicidios, adicciones al alcohol y otras drogas.
- Estos y otros comportamientos y situaciones son aprendidos y si se convierten en desfavorables y vulneradores de derechos deben ser modificables.

La salud sexual y salud reproductiva⁹

Uno de los principales avances logrados durante la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (CIPD, 1994) fue el reconocimiento de que la salud sexual y salud reproductiva (SSR) es fundamental para las personas, las parejas y las familias, así como para el desarrollo social y económico de las comunidades y las naciones. Este concepto fue ampliado y desarrollado en el programa de acción de la CIPD, el mismo que definió la salud reproductiva como:

“...un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos” “...esta entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, de procrear y la libertad de decidir hacerlo o no hacerlo, cuando y con qué frecuencia”.

El Programa de Acción del Cairo también incorporó el concepto de salud sexual como:

“Una parte de la salud reproductiva que incluye el desarrollo sexual saludable, las relaciones responsables y de equidad, un estado libre de enfermedades, males, violencia y otras prácticas dañinas relacionadas a la sexualidad”.

La salud sexual es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como:

“Un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad; la cual no es solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad. Para que la salud sexual se logre y se mantenga, los derechos sexuales de todas las personas deben ser respetados, protegidos y ejercidos a plenitud”.

Por su parte, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) ha definido la salud sexual como:

“La experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad.” Ambos organismos consideran que, para que pueda lograrse y mantenerse la salud sexual, deben respetarse los derechos sexuales de todas las personas. En efecto, para lograrla, la OMS asegura que se requiere un “enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener relaciones sexuales placenteras y seguras. libres de coerción, discriminación y violencia”(Plan Internacional, 2015).

Educación integral de la sexualidad

La Educación Integral en Sexualidad (EIS) basada en un marco de derechos busca entregar a niños, niñas y jóvenes los conocimientos, aptitudes, actitudes y valores que necesitan para determinar y gozar de su sexualidad – física y emocionalmente, a nivel individual y en sus relaciones. Un marco de comprensión integral de la sexualidad reconoce que la información por sí misma no es suficiente. Niños, niñas y jóvenes necesitan tener la oportunidad de adquirir las aptitudes esenciales para la vida y desarrollar una actitud y valores positivos (IPPF S/F, 3; UNESCO 2018).

La EIS es un derecho humano fundamental (Muñoz 2010) que el Estado, la escuela y la familia deben garantizar. Así, es un componente fundamental en el desarrollo de las y los estudiantes y debe estar presente a lo largo de su trayectoria educativa. Para ello, es necesario que quienes prestan servicios educativos desarrollen competencias, capacidades, conocimientos y actitudes básicas en torno a la sexualidad integral.

LA EDUCACIÓN INTEGRAL DE LA SEXUALIDAD DEBE AYUDAR A NIÑOS, NIÑAS, ADOLESCENTES Y JÓVENES A:

Adquirir información correcta	Sobre sus derechos sexuales y reproductivos; información para disipar mitos; referencias a recursos y servicios
Desarrollar aptitudes para la vida	Como el pensamiento crítico; aptitudes de comunicación y negociación, de auto desarrollo, de toma de decisiones; sentido de sí mismo; confianza; asertividad; capacidad de tomar responsabilidad; capacidad de formular preguntas y de buscar ayuda, empatía
Alimentar actitudes y valores positivos	Apertura de mente; respeto por sí mismo y por otros; autovaloración y autoestima positivas; capacidad de ofrecer consuelo; actitud sin prejuicios; sentido de responsabilidad; actitud positiva hacia su salud sexual y reproductiva.

Fuente: IPPF 2011.

Adaptación: APROFA 2018

Estas características de la EIS están alineadas con los perfiles de egreso y graduación de las y los estudiantes de educación media. En este sentido, el trabajo en sexualidad constituye también una oportunidad para cumplir con los objetivos de la política educativa nacional, por lo que representa parte del hacer cotidiano en la práctica educativa.

Las recomendaciones internacionales establecidas por la UNESCO en esta materia sugieren que los procesos educativos deben estar basados en información científica, libre de prejuicios y que debe impartirse como parte de un proceso de formación y no como actividades aisladas (UNESCO, 2018). Por tanto, este proceso debe responder a las necesidades específicas de las y los estudiantes conforme su ciclo vital, con información pertinente y completa que les permita tomar decisiones sobre la vivencia de su sexualidad. Adicionalmente, dentro de las recomendaciones de la UNESCO, se cuentan aquellas que señalan la importancia de que la educación integral de la sexualidad sea también extramural y resalta la necesidad de la participación de madres, padres y el resto de la comunidad educativa.

En este sentido, la tercera parte de este documento pretende articular la información presentada en este apéndice con actividades, metodologías y contenidos acordes a la etapa del desarrollo de las y los estudiantes, así como a las necesidades de información de familias y docentes.

PARTE 3

Estrategias metodológicas para trabajar en prevención del embarazo en niñas y adolescentes

La prevención de embarazos en niñas y adolescentes es un proceso que debe desarrollarse durante toda la etapa escolar de las personas, la evidencia demuestra que los programas implementados en la adolescencia generalmente llegan tarde y aquellos que empiezan a edades tempranas tienen mejores resultados.

Así, este documento propone una serie de actividades, estrategias y contenidos dirigidos a docentes, familias y estudiantes desde el primer nivel educativo hasta bachillerato, considerando las capacidades y necesidades propias de cada etapa con información pertinente.

Esta sección de la guía integra herramientas metodológicas y contenidos relacionados con la prevención de embarazos en niñas y adolescentes. Se consideran tres ejes principales que se utilizarán en los cinco niveles educativos.

El primero, **desarrollo de proyecto de vida**, plantea al menos dos actividades formativas por nivel, articulando los contenidos en función de las características del estudiantado y debe ser facilitado o implementado de preferencia por quien ejerza la tutoría del curso. Las actividades se planifican en sesiones similares a las horas/clase que actualmente se desarrollan e incluyen todo el material necesario para su implementación.

En segundo lugar, la sección **me informo y actúo**, se dirige al estudiantado de todos los niveles y consiste en dos acciones, la primera, el establecimiento de al menos una campaña puntual durante el año lectivo para trabajar en materia de prevención con sus compañeros de aula y de institución educativa. La segunda tiene que ver con acciones que se desarrollan en el marco del programa de Participación Estudiantil y para ello se señalarán dos metodologías sugeridas. Finalmente y en tercer lugar, la sección de **Hablamos en casa también**¹⁰. Integra información sobre sexualidad para familias, así como actividades que las y los docentes pueden desarrollar en las reuniones que se planifiquen para tal efecto. Hablar de forma positiva y abierta de la sexualidad en familia es quizá una de las mejores estrategias para la prevención del embarazo precoz y no planificado y para ello se incluye información pertinente que puede ser utilizada como guía.

¹⁰ Esta sección se basa en Abad, C., Camacho, G., Nuñez, M. (2013) "Educación en sexualidad y afectividad. Guía para familias". Ministerio de Educación. Quito.

- Las actividades que se sugieren en este documento, pueden ser parte de los contenidos que se integren en la hora de tutoría que se implementa en las instituciones educativas, como complemento a las otras orientaciones brindadas por el Ministerio de Educación.
-

Recomendamos tanto a docentes como a profesionales de los departamentos de consejería estudiantil, revisar todas las actividades de la guía, cada una de ellas incluye:

OBJETIVOS	Que orientan el trabajo a desarrollar y permiten establecer las conexiones pertinentes con el currículo de cada nivel.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Como un relato breve de lo que se propone.
TIEMPO	Duración estimada de la actividad. La mayoría están diseñadas para una hora de clase.
MATERIALES	Descripción de insumos a utilizar, también se encuentran en esta sección laminas de apoyo, gráficos, cuentos y fichas.
DESARROLLO	Son las indicaciones para implementar la actividad, se sugiere seguirlas como se indica en esta guía, considerando que muchas actividades sugeridas para un nivel, pueden utilizarse en otros si las condiciones de la institución educativa lo permiten.
CIERRE	Permite terminar la actividad haciendo énfasis en las ideas y mensajes clave.

Recuerde: Las sugerencias y metodología están diseñadas para que sean facilitadas, conducidas e implementadas por las y los docentes tutores de aula. Estas actividades pueden ser apoyadas por el Departamento de Consejería Estudiantil en caso de ser requerido.

Primer nivel. Nivel 1: Estudiantes de Inicial 1 y 2 y 1.º de Educación General Básica (EBG)

Los procesos educativos de este nivel son fundamentales para estructurar proyectos de vida saludables y la construcción de relaciones interpersonales libres de violencia. En esta etapa, las niñas y los niños presentan varias dudas en torno a la sexualidad en general y tienden a reproducir los roles desiguales de género que se viven en la sociedad en el aula de clases. Asimismo, las familias suelen mostrar ansiedad para resolver las dudas sobre sexualidad y, al mismo tiempo, suelen reproducir nociones de género que producen desigualdades y normalizan formas de violencia.

Desarrollo de proyecto de vida

Las actividades diseñadas para esta sección pueden ser utilizadas durante las horas de clase programadas como durante espacios extracurriculares.

Se espera que las y los docentes tutores puedan utilizar las metodologías propuestas y para ello se sugiere:

1. Lea atentamente la descripción de la actividad, identifique los materiales necesarios en caso de corresponder y observe si las guías de respuesta son suficientes. En caso de requerir mayor información sobre los temas que se desarrollan consulte al equipo del Departamento de Consejería Estudiantil de la institución, en caso de existir o a la persona encargada en la Dirección Distrital.
2. Procure realizar la actividad como se señala en la guía. Luego de aplicarla puede innovarla o adaptarla para otros contenidos y temas.
3. Si existen conceptos o categorías con las que no está familiarizado, revise la parte 2 de este documento.
4. Las actividades están diseñadas para ir de la mano con el currículo nacional, en este sentido, puede utilizar esta información en las clases en que los temas conecten.

Actividad #4 ¡En mi casa somos así!

OBJETIVOS

- **Reconocer y valorar** a las diferentes familias en su diversidad.
- **Promover el desarrollo de actitudes** que reduzcan las desigualdades de género.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad promueve el reconocimiento de las diversas familias que existen, valorando la diversidad.</p> <p>Recuerde que ninguna familia es mejor que otra, sino que todas son valiosas en cuanto entregan afectos y cuidados a sus miembros.</p>
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Lápices de colores, cartulinas u hojas de papel, gomas de borrar.
DESARROLLO	<p>Para iniciar la actividad, se reparten los materiales al estudiantado y luego se da la siguiente indicación:</p> <p>“Todas y todos venimos de familias diferentes, todas son igual de valiosas y lo importante es el amor y cuidado que nos entregan. En las cartulinas que tienen, van a dibujar a su familia haciendo una actividad cotidiana, algo que realicen a diario en conjunto, juntos”</p> <p>Posteriormente se espera a que las niñas y los niños terminen sus dibujos y se solicita que voluntariamente presenten sus trabajos.</p> <p>Utilice las siguientes preguntas como guía para orientar las reflexiones del grupo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Quiénes son esas personas? 2. ¿Qué actividad están desarrollando, qué están haciendo? 3. ¿Qué cosas hacen las mujeres en esa familia? 4. ¿Qué cosas hacen los hombres en esa familia? 5. ¿Las mujeres y los hombres pueden hacer las mismas actividades o las mismas cosas? <p>Es importante promover la reflexión sobre estas preguntas, haciendo énfasis en que todas las familias son distintas, ninguna es mejor que otra, simplemente son familias.</p> <p>Motive a la clase a presentar sus dibujos y procure realizar las mismas preguntas a todos por igual. Para orientar las respuestas considere la información del cierre.</p>
CIERRE	<p>Generalmente las familias reproducen desigualdades asociadas al género. Así, muchas veces la madre realiza tareas de cuidado no remuneradas, como limpiar el hogar, cuidar a los hijos o padres, cocinar, etc. Mientras que los hombres están relacionados con el trabajo fuera del hogar.</p> <p>Es importante reconocer que no todas las familias funcionan así y que, adicionalmente, tanto mujeres como hombres tienen las mismas capacidades y derechos.</p>

	<p>Refuerce la idea de que no hay actividades que sean solo de mujeres o solo de hombres, sino que las tareas se pueden compartir y todas las personas tienen el potencial para realizar las tareas que se propongan.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>El modelo de familia tradicional en el que se presenta a la madre, padre e hijos es solamente una de las muchas formas en que se pueden presentar las familias.</p> <p>En ocasiones estas se conforman por los abuelos y nietos, padre e hija; tía sobrinos, etc. Todas las familias son adecuadas en tanto entreguen amor y cuidados a sus integrantes.</p> <p>Evite validar un único modelo de familia y mantenga una actitud abierta frente a las diferentes realidades de las y los estudiantes.</p>

Actividad #5 De grande quiero ser (Ver anexo al final)

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Promover la construcción de proyectos de vida saludables. • Identificar profesiones que las niñas y los niños reconocen de forma frecuente.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad trabaja en la identificación de ocupaciones y profesiones.</p> <p>Busca generar la idea de que tanto niñas como niños pueden ejercer la profesión u ocupación que deseen, instaurando la idea de que no existen actividades que sean solo para mujeres o solo para hombres.</p>
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	<p>Láminas ilustradas con las siguientes profesiones y ocupaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Vendedora-vendedor (tienda) Panadera-panadero Deportista mujer-deportista hombre Bailarina-bailarín Doctora-Doctor Veterinaria-veterinario Conductor-conductora (taxi) Campesino-campesina Constructora-constructor Cantante mujer-cantante hombre Bombrera-bombrero Policía mujer-policía hombre Profesora-profesor Peluquera-peluquero Manicurista mujer-manicurista hombre Zapatera-zapatero

	<p>Vendedora y vendedor de flores Cocinera y cocinero Lavandera-lavandero Pescador-pescadora</p>
DESARROLLO	<p>La o el docente tutor, presenta las distintas tarjetas con ocupaciones y profesiones al grupo entero y les pide que describan que actividad realizan las personas en las imágenes.</p> <p>Cuando se presentan todas las tarjetas, la o el docente realiza la siguiente pregunta: ¿Qué quieren ser ustedes de grandes?</p> <p>Con esa pregunta, se motiva a que niñas y niños respondan y escojan una tarjeta según su interés.</p> <p>Posteriormente, realice las siguientes preguntas: ¿Existen profesiones u ocupaciones que sean solo para mujeres o solo para hombres?</p>
CIERRE	<p>Es importante que la persona que conduce la actividad haga énfasis en que no existen profesiones u ocupaciones exclusivas para niñas y niños. Sino que todas y todos pueden ser lo que deseen y para ello deben esforzarse.</p> <p>Tanto mujeres como hombres son iguales en derechos y tienen en principio las mismas capacidades para ser lo que deseen ser.</p> <p>Motive a las niñas y los niños a identificar profesiones u ocupaciones no tradicionales y discútalas en una próxima sesión.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>La elección de profesión y ocupación es parte del desarrollo integral de las personas.</p> <p>En estas edades, niñas y niños fantasean con ocupaciones ideales que generalmente están atravesadas por prejuicios y formas de desigualdad que se relacionan con el género.</p> <p>La proyección profesional es un factor que incide en la permanencia escolar, desarrollo de proyecto de vida y postergación del embarazo.</p>

Actividad #6 Mi cuerpo es mío (Ver gráficos al final)

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las partes del cuerpo potenciando el desarrollo del esquema corporal. • Promover conductas de autocuidado en niñas y niños. • Identificar espacios de denuncia en casos de vulneración de derechos
------------------	---

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad **trabaja sobre el reconocimiento del propio cuerpo** y el derecho a vivir una vida libre de violencia.

TIEMPO

45 minutos

MATERIALES

Ilustraciones de una niña y un niño de tamaño A4.

DESARROLLO

Para iniciar esta actividad, la o el docente debe indicar al estudiantado que trabajarán reconociendo las partes del cuerpo. Ubique las láminas de niña y niño en la pizarra, luego realice las siguientes preguntas con las siguientes reflexiones:

1. ¿Qué son estas imágenes?

Son dibujos, ilustraciones, representaciones de niñas y niños como ustedes.

2. Estas imágenes, ¿Tienen cabeza?, ¿ustedes tienen cabeza?

Todas las personas tenemos una cabeza, todas son distintas y todas están muy bien.

3. ¿Quién puede tocar su cabeza? ¿Quién no puede hacerlo?

Nadie puede tocar una parte del cuerpo que ustedes no quieran, en ocasiones hay personas que tocan nuestra cabeza para saludarnos, peinarnos o asearnos. Pero todas las personas tenemos el derecho a decir que no queremos ser tocados o tocadas si no estamos cómodas o cómodos con ello.

4. ¿Estas imágenes tienen brazos? ¿ustedes tienen brazos?

5. ¿Quién puede tocar sus brazos? ¿quién no puede hacerlo?

Tanto hombres como mujeres tenemos brazos, también les decimos extremidades superiores. Es importante notar que muchas veces tocamos los brazos de las otras personas para saludarlas, sin embargo, si no se sienten cómodas o cómodos con ello pueden decirlo y nadie puede tocarlos.

6. ¿Estas imágenes tienen piernas? ¿ustedes tienen piernas?

7. ¿Quién puede tocar sus piernas? ¿quién no puede hacerlo?

Niñas y niños tienen piernas, también se les dice extremidades inferiores. Las piernas son parte de nuestro cuerpo y nadie tiene derecho a tocarlas si no queremos. A veces nuestras madres, padres o médicos por temas de cuidado, salud o aseo nos han tocado, sin embargo, si se sienten incómodas o incómodos tienen el derecho a decirlo y nadie podrá tocarlos.

8. ¿Estas imágenes tienen genitales? ¿ustedes tienen genitales?

9. ¿Quién puede tocar sus genitales? ¿quién no puede hacerlo?

Todas las personas tienen genitales, las niñas vulva y ovarios y los niños pene y testículos. Nadie puede tocar sus genitales o mirarlos. Son partes del cuerpo personales y privadas.

Si alguna vez alguien los toca o les pide que muestren sus genitales, deben avisar a sus adultos de confianza, padres, madres, abuela/os, docentes.

	Las niñas y los niños tienen derecho a vivir sus vidas libres de violencia y las personas adultas están para protegerlas.
CIERRE	<p>Haga énfasis en que tanto mujeres como hombres tienen las mismas partes del cuerpo, mencione que todas las personas son iguales en derechos y pueden vivir sus vidas felices y libres de violencia.</p> <p>Recalque que nadie puede tocar los cuerpos de las niñas y los niños, y, que si esto pasa, pueden contarle al profesor o profesora para que pueda ayudarles y apoyarles.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>En sociedades como las nuestras, las niñas y los niños están expuestas a ser víctimas de violencia sexual. En la mayor parte de los casos, esta violencia es ejercida por alguien cercano al núcleo familiar.</p> <p>Es importante que el estudiantado conozca las partes del cuerpo, que los genitales sean nombrados por su nombre y que se vincule esta información con los derechos.</p> <p>Niñas y niños que conocen sus derechos tienen mayores posibilidades recibir apoyo si se encuentran en una situación de vulneración.</p> <p>Recuerde que las y los docentes son referentes fundamentales en esta etapa de la vida, por lo tanto su deber como adulto modelo consiste en promover y respetar los derechos humanos.</p> <p>Finalmente, si requiere información adicional sobre violencia sexual, revise las rutas y protocolos disponibles en el siguiente link:</p> <p>https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/03/Protocolos_violencia_web.pdf</p>

Me informo y actúo

Las niñas y los niños de estas edades también son ser corresponsables del proceso educativo. Esto significa que tienen la capacidad para entregar información valiosa a la comunidad educativa. Asimismo, en esta etapa las actividades a desarrollar necesitan más apoyo por parte del personal docente y familias. Para este nivel, se sugiere realizar una actividad que informe a la comunidad educativa sobre los derechos de las niñas y los niños, para ello se propone:

Actividad #7 ¡Así me siento!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer emociones y sensaciones propias. • Promover estrategias de prevención de violencia. • Promover el respeto por las decisiones personales.
------------------	--

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta metodología busca el reconocimiento de sensaciones agradables o desagradables así como desarrollar mecanismos de comunicación.
TIEMPO	20 minutos
MATERIALES	Dos láminas. La primera con una cara feliz y la segunda con una cara de desagrado.
DESARROLLO	<p>Par iniciar, la persona que facilita la actividad indica a las niñas y niños la primera lámina y realiza la siguiente pregunta:</p> <p>¿Qué representa esta imagen? ¿Ustedes se han sentido así alguna vez? ¿Cuándo?, ¿Qué cosas les hacen sentir así?</p> <p>Luego presenta la segunda lámina y pregunta:</p> <p>¿Qué representa esta imagen? ¿Ustedes se han sentido así alguna vez? ¿Cuándo?, ¿Qué cosas les hacen sentir así?</p> <p>Promueva la participación de todas las niñas y niños, recordando que, si alguna persona no quiere participar no debe ser obligada. Refuerce el mensaje de que a todas las personas les gustan cosas distintas y cosas similares, y de la misma forma aquellas que no nos gustan.</p>
CIERRE	<p>Para cerrar la actividad mencione que:</p> <p>Hay muchas cosas que nos hacen sentir bien y nos agradan. Por ejemplo salir a pasear, jugar con nuestras amigas y amigos, comer un helado rico, etc.</p> <p>Hay otras cosas que nos causan desagrado, que no nos gustan o que nos causan dolor o daño. Cuando esto suceda, debemos decir que no nos gusta y contarle a una persona adulta de confianza, como una profesora o profesor, alguien de la familia en quien confiemos.</p>

PARA TOMAR EN CUENTA

En este nivel es importante generar ambientes de confianza y comunicación para que las niñas y niños puedan hablar en caso de ser víctimas de violencia. Muchas veces a las niñas y niños les cuesta reconocer aquellas situaciones que les causan desagrado. Generalmente se asocia esto al dolor. Por ello, es importante trabajar este tema en clase y desarrollar las habilidades suficientes para reconocer si existe violencia y pedir ayuda.

Actividad #8 Niñas y niños tenemos derechos. ¡Conócelos!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Sensibilizar a la comunidad educativa sobre los derechos de las niñas y niños.• Promover la participación estudiantil, desarrollando autonomía.• Prevenir situaciones de violencia
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Para esta actividad se espera que el estudiantado genere una campaña informativa sobre sus derechos
TIEMPO	1 hora de preparación, más 1 hora de difusión.
MATERIALES	<p>Cartulinas, lápices de colores, gomas de borrar y láminas impresas de los siguientes derechos:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Derecho a la igualdad, sin distinción de raza, religión o nacionalidad.2. Derecho a una protección especial para que puedan crecer física, mental y socialmente sanos y libres.3. Derecho a tener un nombre y una nacionalidad.4. Derecho a una alimentación, vivienda y atención médica adecuadas.5. Derecho a educación y atenciones especiales a niñas y niños con discapacidad.6. Derecho a la comprensión y el amor por parte de las familias y la sociedad.7. Derecho a una educación gratuita, derecho a divertirse y jugar.8. Derecho a atención y ayuda preferentes en caso de peligro.9. Derecho a ser protegido contra el abandono y el trabajo infantil.10. Derecho a recibir una educación que fomente la solidaridad, la amistad y la justicia entre todo el mundo.

DESARROLLO

Esta actividad tiene dos componentes. El primero es la preparación del material y el segundo tiene que ver con la presentación del mismo a la comunidad educativa.

Primera parte

El docente muestra las láminas con los derechos al estudiantado, leyendo tarjeta por tarjeta y preguntando que se entiende por cada derecho y cómo podría representarse.

Posteriormente, solicita al grupo que cada uno dibuje un derecho, procurando que los diez mencionados estén presentes. Es importante que las niñas y niños tengan claridad sobre sus derechos y la forma de representarlos.

Segunda parte

Una vez terminada esta actividad, se solicita a las niñas y niños que ubiquen sus dibujos en la cartelera de la institución. Si no se cuenta con esto, pueden pegarse en los muros a la entrada de la escuela.

Es importante que cada dibujo esté acompañado del texto del derecho que representa y que, durante un recreo, estos puedan ser acompañados por las y los estudiantes del curso para que sean presentados a sus compañeras y compañeros.

CIERRE

Luego de la presentación de los derechos a la comunidad educativa, pregunte al estudiantado:

¿Cómo se sintieron cuando las otras personas veían sus dibujos?

¿Les gustó la actividad?

Refuerce esto indicando al curso lo importantes que son y cómo, cada persona puede hacer cambios en su comunidad, escuela y familia.

PARA TOMAR EN CUENTA

Las niñas y niños son sujetos plenos de derechos, con capacidad para decidir e intervenir en sus comunidades.

El conocimiento sobre derechos es un factor protector en todas las poblaciones y en esta particularmente, promueve cambios significativos tanto en la escuela como en la familia.

La participación del estudiantado en las actividades formativas de la escuela es, en si misma, una actividad educativa que cumple con el derecho de participación efectiva. Las estrategias de participación que se generan a partir de estas edades promueven el empoderamiento en otras etapas de la vida escolar y personal.

Hablemos en casa también

Para realizar procesos de prevención de embarazos es necesario hablar de sexualidad en el hogar. La familia es una de las principales educadoras y la escuela tiene el rol de facilitar sus acciones. Para esto, se recomienda realizar la actividad sugerida y leer el texto de apoyo.

Actividad #9 Video foro en familia

El siguiente video está dirigido a niñas y niños de este nivel, que tienen preguntas sobre sexualidad y cómo vienen los bebés al mundo. Se recomienda, antes de proyectarlo en conjunto, que los padres y madres puedan observarlo primero, comenten entre ellos sus inquietudes y dudas frente a lo planteado. Con esto puede revisar el texto de apoyo y posteriormente verlo en familia.



<https://www.youtube.com/watch?v=d0pgNVxjn2w>

Este material educativo, presenta de forma entretenida y respetuosa información sobre cómo vienen los bebés al mundo y puede ser utilizado para complementar la información entregada.

Se recomienda observarlo en familia y, luego del mismo, reforzar las inquietudes que puedan surgir con la información previamente desarrollada.

Texto de apoyo 1. Educación integral de la sexualidad en familia

La educación sexual de nuestros hijos e hijas comenzó apenas nacieron, cuando les atendimos con ternura, les pusimos su nombre, cuando les enseñamos cómo se llama cada parte de su cuerpo. Dar cariño y conversar sobre los cuerpos es comenzar esta educación sexual.

Cuando niños y niñas crecen cambian sus preguntas, quieren profundizar más sobre los distintos temas y esperan las respuestas en ese momento, no más tarde o “cuando sean grandes”. Ellos y ellas comprenden mucho y, si no entienden algo, vuelven a preguntar. Resulta interesante y entretenido buscar juntos la respuesta, por ejemplo, en esta guía.

Solamente podremos crear confianza si desde pequeñitos les hemos respondido a sus preguntas, les hemos dicho la verdad con tranquilidad y les hemos tratado con cariño. La confianza no puede inventarse en la adolescencia, debe iniciarse desde los primeros años de vida.

Desde los 3 o 4 años pueden empezar los llamados “juegos sexuales”: al papá y la mamá, a los novios, al doctor, a estar embarazadas. Un objetivo de estos juegos es conocer el cuerpo del otro niño o niña, sobre todo sus genitales. Si la diferencia de edad entre ellos no es mayor de 3 años, no tenemos por qué preocuparnos. En cambio, si son chicos o chicas de más edad, es necesario hablar e indicarles que no es conveniente que tengan estos juegos, y hacerlo sin castigarles.

Asimismo, es natural que los niños y niñas quieran una explicación sobre su nacimiento (parto o cesárea) y también que tengan curiosidad sobre cómo entró el bebé dentro del cuerpo de su mamá, es decir sobre las relaciones sexuales o cómo se hace el amor.

Muchas veces creemos que nuestras hijas e hijos pequeños no se interesan sobre estos temas; pero lo hacen de varias maneras: primero con sus observaciones, luego con sus juegos y, más tarde hacen preguntas.

Una de las preguntas más frecuentes en esta etapa tiene que ver con el nacimiento, de reconocer ¿de dónde vienen? Y para ello también necesitan una respuesta clara, verdadera y sencilla.

Podemos explicarles que en el cuerpo de la mamá crecen unas células llamadas “óvulos”, que son como un puntito muy pequeño, y en el cuerpo del papá se fabrican unas células muy chiquitas llamadas “espermatozoides”. Cuando se une un óvulo con un espermatozoide se hace una célula más grande, la cual crece mucho y va formando un bebé.

Cuando niños y niñas quieren saber dónde y cómo se unen el óvulo y el espermatozoide podemos darles una explicación muy sencilla, pues a esta edad no necesitan demasiada información. **Podemos responderles que el embarazo se produce cuando un hombre y una mujer se juntan y tienen relaciones sexuales, es decir, se acarician, se abrazan y con el pene el hombre le pone una célula dentro de la vagina de la mujer.**

Recuerde que las respuestas sobre temas relacionados con sexualidad deben ser concretas, centradas en información verídica y dadas de forma respetuosa.

Nivel 2: Estudiantes de 2.º, 3.º y 4.º de EGB

En este nivel aumentan las exigencias escolares, pero también la capacidad de aprender y proyectarse al futuro. Las niñas y los niños en estas edades tienen la capacidad para identificar desigualdades relacionadas con el género, la importancia de ejercer sus derechos y, adicionalmente, la capacidad que tienen las personas para cambiar realidades a partir de acciones puntuales.

En esta etapa se incrementan de forma paulatina las asignaturas y contenidos curriculares, así como las responsabilidades de las y los estudiantes sobre su propio desempeño escolar.

Para hacer prevención efectiva de embarazos, es necesario trabajar en prevención de violencia, consentimiento y en promover relaciones igualitarias entre mujeres y hombres.

La vinculación con la familia en esta etapa es fundamental, para que lo trabajado en el aula pueda ser reforzado en casa, en este sentido, se incluye un apartado para que pueda ser trabajado en el hogar.

Desarrollo de proyecto de vida

Las actividades diseñadas para esta sección pueden ser utilizadas durante las horas de clase programadas como durante espacios extracurriculares.

Se espera que las y los docentes tutores puedan utilizar las metodologías propuestas y para ello se sugiere:

- 1.** Lea atentamente la descripción de la actividad, identifique los materiales necesarios en caso de corresponder y observe si las guías de respuesta son suficientes. En caso de requerir mayor información sobre los temas que se desarrollan consulte al equipo del Departamento de Consejería Estudiantil de la institución, en caso de existir o a la persona encargada en la Dirección Distrital.
- 2.** Procure realizar la actividad como se señala en la guía. Luego de aplicarla puede innovarla o adaptarla para otros contenidos y temas.
- 3.** Si existen conceptos o categorías con las que no está familiarizado, revise la parte 2 de este documento.
- 4.** Las actividades están diseñadas para ir de la mano con el currículo nacional, en este sentido, puede utilizar esta información en las clases en que los temas conecten.

Actividad #10 Leemos y entendemos. Rosa Caramelo

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Valorar las diversas formas que tienen las personas para ser y sentir.• Reconocer que no existen actividades que sean solo para mujeres o solo para hombres.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta es una actividad que involucra la lectura comprensiva y creativa. Se trata de leer el cuento, analizarlo y representarlo para promover el desarrollo del pensamiento crítico.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	<p>Cartulinas, lápices de colores, gomas de borrar, el cuento:</p> <p>“ROSA CAMELO” Autora: Adela Turín.</p> <p>Había una vez en el país de los elefantes... una manada en que las elefantas eran suaves como el terciopelo, tenían los ojos grandes y brillantes, y la piel de color rosa caramelo. Todo esto se debía a que, desde el mismo día de su nacimiento, las elefantas sólo comían anemonas y peonias. Y no era que les gustaran estas flores: las anemonas- y todavía peor las peonias- tienen un sabor malísimo. Pero eso sí, dan una piel suave y rosada y unos ojos grandes y brillantes.</p> <p>Las anemonas y las peonias crecían en un jardincillo vallado. Las elefantitas vivían allí y se pasaban el día jugando entre ellas y comiendo flores. “Pequeñas”, decían sus papás, “tenéis que comeros todas las peonias y no dejar ni sola anemona, o no os haréis tan suaves como vuestras mamás, ni tendréis los ojos grandes y brillantes, y, cuando seáis mayores, ningún guapo elefante querrá casarse con vosotras”.</p> <p>Para volverse más rosas, las elefantitas llevaban zapatitos color de rosa, cuellos color de rosa y grandes lazos color de rosa en la punta del rabo. Desde su jardincito vallado, las elefantitas veían a sus hermanos y a sus primos, todos de un hermoso color gris elefante, que jugaban por la sabana, comían hierba verde, se duchaban en el río, se revolcaban en el lodo y hacían la siesta debajo de los arboles.</p> <p>Solo Margarita, entre todas las pequeñas elefantas, no se volvía ni un poquito rosa, por más anemonas y peonias que comiera. Esto ponía muy triste a su mamá elefanta y hacia enfadar a papá elefante.</p> <p>“Veamos Margarita”, le decían, “¿Por qué sigues con ese horrible color gris, que sienta tan mal a una elefantita?¿Es que no te esfuerzas?¿Es que eres una niña rebelde?¡Mucho cuidado, Margarita, porque si sigues así no llegarás a ser nunca una hermosa elefanta!”</p> <p>Y Margarita, cada vez más gris, mordisqueaba unas cuantas anemonas y unas</p>

pocas peonias para que sus papás estuvieran contentos. Pero pasó el tiempo, y Margarita no se volvió de color de rosa.

Su papá y su mamá perdieron poco a poco la esperanza de verla convertida en una elefanta guapa y suave, de ojos grandes y brillantes. Y decidieron dejarla en paz.

Y un buen día, Margarita, feliz, salió del jardincito vallado. Se quitó los zapatitos, el cuello y el lazo color de rosa. Y se fue a jugar sobre la hierba alta, entre los árboles de frutos exquisitos y en los charcos de barro. Las otras elefantitas la miraban desde su jardín. El primer día, aterradas. El segundo día, con desaprobación. El tercer día, perplejas. Y el cuarto día, muertas de envidia. Al quinto día, las elefantitas más valientes empezaron a salir una tras otra del vallado. Y los zapatitos, los cuellos y los bonitos lazos rosas quedaron entre las peonias y las anemonas.

Después de haber jugado en la hierba, de haber probado los riquísimos frutos y de haber comido a la sombra de los grandes árboles, ni una sola elefantita quiso volver nunca jamás a llevar zapatitos, ni a comer peonias o anemonas, ni a vivir dentro de un jardín vallado. Y desde aquel entonces, es muy difícil saber viendo jugar a los pequeños elefantes de la manada, cuales son elefantes y cuales son elefantas.

¡¡Se parecen tanto!!

Antes de iniciar con la lectura del cuento, se sugiere realizar las siguientes preguntas:

¿Qué cosas de las que vemos en la sala, en la casa o en la calle son de color rosa? ¿Y de color azul?

Luego, la siguiente indicación:

Pintemos algo que nos guste que sea de color rosa, algo color azul y algo de otro color (elección libre).

Posteriormente, leer en voz alta el cuento “Rosa Caramelo”,

Al finalizar, pregunte al grupo:

- **¿Dónde están los elefantes?**
- **¿Qué hacen?**
- **¿Cómo están?**
- **¿Dónde están las elefantas?**
- **¿Qué hacen?**
- **¿Cómo están?**
- **¿Qué tienen puesto?**

Con estas preguntas, pedir al grupo que dibuje lo que más le gustó del cuento y que muestren al resto de sus compañeras y compañeros su dibujo, explicando por qué han dibujado eso.

Una vez que todas y todos han mostrado sus dibujos, preguntar al grupo lo siguiente:

1. ¿Dirían que Margarita era diferente al resto de las elefantas?
2. ¿Por qué creen que Margarita decidió irse del cercado? ¿Creen que su decisión fue valiente?

	<ol style="list-style-type: none"> 3. ¿Por qué al final todas las elefantas salen del cercado y se unen a Margarita? 4. ¿Esperaban que la historia terminara así? 5. ¿Qué podemos aprender de esta historia? 6. ¿Quiénes tienen que ser más lindos: los hombres o las mujeres? ¿Por qué? 7. ¿Pueden las niñas jugar con autos y camiones? ¿Por qué? 8. ¿Pueden los niños jugar con muñecas? ¿Por qué? 9. ¿Quiénes se ensucian más: los niños o las niñas? ¿Por qué? 10. ¿Se enojan más los papás y las mamás cuando se ensucian las niñas que cuando se ensucian los niños?
CIERRE	<p>Es necesario reforzar que si bien todas las personas somos diferentes, al mismo tiempo somos iguales en derechos y tenemos las mismas capacidades y potencial para realizar las mismas actividades.</p> <p>Es importante manifestar que no existen colores, deportes, profesiones, oficios o cualquier actividad que sea solo de hombres o solo de mujeres.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>A través del trabajo con este cuento, se espera que niños y niñas identifiquen y cuestionen aquellas cosas que se esperan del ser femenino y masculino, específicamente en lo que toca al comportamiento, los juegos y espacios ocupados por ambos géneros.</p> <p>De esta manera, se espera reforzar la igualdad de trato y oportunidades, al desmontar los estereotipos que asignan a las niñas el uso de ciertas prendas de vestir, colores, juegos y espacios que limitan por ejemplo, el desarrollo de la motricidad gruesa y su autoestima, al tiempo que se fomenta su empoderamiento, validando la toma de sus propias decisiones, libres de prejuicios sexistas.</p> <p>No se trata de obligar a que las niñas rechacen los colores y juegos que socialmente se les han impuesto, sino de que se sientan con la libertad de elegir otros, sin que por ello sientan que están rompiendo alguna norma. Asimismo, es importante validar elecciones alternativas en los hombres. Es decir, si no todas las niñas deciden que les gusta el color rosado, tampoco podemos exigirles a ellos que les guste el celeste, o criticarlos porque les guste el rosado y jugar a las muñecas. Si bien este cuento se enfoca en las niñas, es fundamental trabajar con los niños la posibilidad que ellos también tienen de tomar decisiones que se salen de la norma de género.</p>

Actividad #11 Sentido consentido

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar la importancia de la práctica del consentimiento en las relaciones cotidianas. • Identificar conductas que vulneran derechos y formas de afrontarlas.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad se basa en los juegos de roles. Se promueve el análisis crítico de situaciones cotidianas que pueden vulnerar derechos.</p>

TIEMPO

45 minutos

MATERIALES

Tarjetas con casos y preguntas impresas.

Caso 1. María y Pedro

María es una excelente estudiante y deportista. En la hora de recreo, siempre le pide al “profe” que jueguen fútbol con toda la sala de clases. Uno de esos días, Pedro no quiso jugar fútbol, él quería correr y saltar. María insistía mucho en jugar a la pelota y pensó en obligar al niño a participar, si no lo hacía, dejaría de ser su amiga.

Preguntas 1.

- ¿Cómo creen que termina esta historia?
- ¿Estuvo bien lo que María hizo?
- ¿Qué harían ustedes si fuesen Pedro?

Caso 2. Alex y José

Alex está en séptimo de básica, es un niño grande que a veces juega con los niños pequeños. Un día a la hora del almuerzo, le pidió a José que cambiaran su comida. José no quería hacerlo, Alex entendió y almorzaron juntos. Ambos acordaron que la próxima vez cada uno traería algo diferente para compartir.

Preguntas 2

- ¿Creen que Alex debió insistir más para que José acepte su propuesta?
- ¿Consideran que está bien decir que no a alguien, aunque sea más grande y fuerte?
- ¿Las personas pueden entender que no significa no?

Caso 3. Brian y Consu

Consu es una estudiante que acaba de llegar a la escuela desde otro lugar. El primer día de clases, Brian le da la bienvenida a la escuela y le dice que quiere ser su amigo, pero a cambio Consu debe entregarle la mitad de la comida que le envían para el recreo.

- ¿Cómo piensan que termina esta historia?
- ¿Creen que Brian está actuando correctamente?
- ¿Qué debería hacer Consu en este caso?

Caso 4. Mireya y Ana

Ana es la mamá de Mireya. El fin de semana pasado, fueron de compras al mercado y Mireya vio unos zapatos que le gustaron mucho, eran unas zapatillas deportivas azules preciosas. Ana le dijo que le comprará los zapatos pero en un color de niña. Mireya, frente a esto, le preguntó a su madre ¿Cuáles colores son de niña?

	<p>Preguntas caso 4</p> <p>¿Cómo creen que termina esta historia? ¿Existen colores que son solo de niña o solo de niño? ¿Cómo crees que debería terminar</p>
<p>DESARROLLO</p>	<p>Se indica al curso que se leerán y analizarán historias cortas. Cada historia tiene preguntas que deberán ser resueltas por las y los estudiantes que participen.</p> <p>En 2do y 3ro de EGB, la persona que facilita la actividad leerá los casos en voz alta. Para 4to de EGB, se sugiere dividir en grupos y entregar los casos impresos.</p> <p>Luego de leer los casos, se solicita al curso dividirse en 4 grupos y responder las preguntas que se plantean y posteriormente presentarlas en plenaria.</p> <p>Luego de que cada grupo haya trabajado con el caso asignado se plantea: ¿Alguna vez le ha pasado algo similar a estas historias? ¿Cómo se sintieron? ¿Saben lo que es el consentimiento? Se indica al curso que se leerán y analizarán historias cortas. Cada historia tiene preguntas que deberán ser resueltas por las y los estudiantes que participen.</p> <p>Luego de leer los casos, se solicita al curso dividirse en 4 grupos y responder las preguntas que se plantean y posteriormente presentarlas en plenaria.</p> <p>Luego de que cada grupo haya trabajado con el caso asignado se plantea: ¿Alguna vez le ha pasado algo similar a estas historias? ¿Cómo se sintieron? ¿Saben lo que es el consentimiento?</p>
<p>CIERRE</p>	<p>Para terminar la actividad es necesario hacer énfasis en el consentimiento. El consentimiento es la capacidad que tenemos las personas para decir que sí o no frente a un requerimiento, pedido o solicitud de alguna persona. El consentimiento es un derecho fundamental que todas las personas tenemos, niñas, niños, jóvenes y adultos.</p> <p>Muchas veces se dice que tenemos que aceptar lo que nos piden nuestros mayores o compañeros, sin embargo, si las personas se sienten incómodas o extrañas con las peticiones podemos decir que no, y los demás deben aceptarlo.</p> <p>Si una persona nos dice que no a nuestra petición no significa que hayamos hecho algo malo o indebido, solamente nos corresponde respetar su decisión así como las demás personas deben respetar las nuestras.</p>
<p>PARA TOMAR EN CUENTA</p>	<p>El consentimiento debe ser trabajado de forma cotidiana, se vincula con la toma de decisiones y permite no solamente reconocer la violencia sino prevenir que niñas y niños la ejerzan.</p> <p>Trabajar desde el consentimiento implica reconocer que todas las personas son sujetos de derechos y por tanto deben tener igualdad de oportunidades.</p>

Actividad #12 ¿Quién hace qué? (Ver anexo al final)

OBJETIVOS

- Identificar situaciones de posible vulneración de derechos.
- Desarrollar estrategias preventivas frente a situaciones de violencia.

DESCRIPCIÓN

Esta metodología trabaja con análisis de imágenes y situaciones en las que el estudiantado deberá reconocer si son o no adecuadas y cuáles son los límites personales.

TIEMPO

45 minutos

MATERIALES

Tarjetas con casos y preguntas impresas.

Caso 1. María y Pedro.

Para esta actividad son necesarias láminas que ilustren las siguientes situaciones:

1. Niño siendo bañado por su padre en una tina.
2. Niña que desayuna junto a su hermano mayor.
3. Mujer en silla de ruedas que acompaña a su hija a la escuela.
4. Adulto de la mano en un parque con una niña.
5. Abuela que viste a niño.
6. Niña que es empujada en un columpio por otra niña.
7. Padre lavando platos e hija secando.
8. Niña entregando flores a un niño.
9. Niño jugando en la playa con un adulto.
10. Niña y niño cocinando.
11. Doctora revisando el brazo de una niña.

DESARROLLO

Par iniciar, la persona que facilita la actividad indica a las niñas y niños la primera lámina y realiza la siguiente pregunta:

¿Qué están haciendo las personas en esta escena?

¿Ustedes hacen eso?

¿Con quién pueden hacer eso?, ¿Quién puede hacer eso con ustedes?

¿Con quién no pueden hacer eso?; ¿Quién no puede hacer eso con ustedes?

Realice las mismas preguntas con cada lámina.

CIERRE

Para cerrar la actividad haga énfasis en que hay algunas actividades que se pueden realizar con todas las personas, como correr por el parque, jugar a la pelota, estudiar en la escuela.

Hay otras que hacemos solo con personas en quien confiamos, como comer juntos, hacer regalos, cocinar, lavar los platos, etc.

Y hay otras que realizamos en ocasiones muy especiales, como cuando la doctora o el doctor nos revisa una herida o enfermedad, o cuando los adultos bañan a los bebés o los alimentan.

Si una persona que ustedes no conocen les hace un regalo, (como en la imagen) no deben aceptarlo y hay que informar a una persona adulta de confianza como su familia o una o un docente. Lo mismo si alguien quiere acompañarlos a la ducha o mirar mientras se cambian de ropa.

Esas son actividades personales, cada persona debe realizarla en privacidad y nadie puede obligarlos a hacer lo contrario.

PARA TOMAR EN CUENTA

Las niñas y niños de este nivel reconocen los comportamientos adecuados y los que no lo son, así, deben fortalecer sus estrategias de comunicación para informar si algo no va bien.

Hay actividades que pueden realizar solas y solos, como cambiarse de ropa, ducharse, preparar algunos alimentos simples y decidir si quieren participar en un juego o no.

Es necesario trabajar en el desarrollo de autonomía y reconocimiento de posibles actitudes de vulneración de derechos para que puedan comunicarlas y buscar ayuda.

Me informo y actúo

Las niñas y niños en estas edades son corresponsables del proceso educativo. Esto significa que tienen la capacidad para entregar información valiosa a la comunidad educativa. En esta etapa las niñas y niños tienen mayor autonomía para realizar actividades y pueden involucrarse en la entrega de información dirigida a sus compañeras y compañeros.

En concordancia con el nivel de desarrollo, se sugiere realizar una campaña para analizar las formas en que medios de comunicación construyen mensajes que refuerzan las desigualdades de género y ponerlo en discusión de la comunidad educativa.

Actividad #13 ¡Niñas y niños podemos!

OBJETIVOS	<p>Promover la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres.</p> <p>Identificar las formas en que se construyen las desigualdades relacionadas con el género.</p> <p>Promover el desarrollo de deportes inclusivos.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad busca recuperar juegos que tradicionalmente se dividen por sexos y trabajarlos de forma mixta.</p>
TIEMPO	<p>1 hora y 30 minutos</p>
MATERIALES	<p>Pelotas de fútbol, sogas para saltar.</p>
DESARROLLO	<p>Para iniciar esta actividad, se pregunta a todo el curso:</p> <ul style="list-style-type: none">¿Existen juegos solo para niñas o solo para niños?¿Creen que existe alguna actividad que las niñas o los niños no puedan hacer?¿Cuáles son sus juegos favoritos? <p>Con las respuestas a estas preguntas, la o el docente promueve que al menos una vez por semana, durante el espacio de recreo se participe en juegos que involucren tanto a niñas como a niños. Es decir, juegos de fútbol o básquet con equipos mixtos. También promueva la participación de niñas y niños en juegos tradicionales como saltar la soga, etc., según su contexto.</p> <p>Es importante que estas actividades sean desarrolladas en el espacio del recreo, para que la comunidad educativa pueda verlas y aprender de ellas.</p>

CIERRE

Luego de haber participado en los juegos, es importante realizar las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron durante estos juegos?

¿Se divirtieron?

Los juegos son solamente eso, juegos. Pueden ser realizados por niñas y niños por igual. Lo importante es divertirse y compartir con las compañeras y compañeros.

PARA TOMAR EN CUENTA

El consentimiento debe ser trabajado de forma cotidiana, se vincula con la toma de decisiones y permite no solamente reconocer la violencia sino prevenir que niñas y niños la ejerzan.

Trabajar desde el consentimiento implica reconocer que todas las personas son sujetos de derechos y por tanto deben tener igualdad de oportunidades.

Hablemos en casa también

En esta etapa de la vida, la curiosidad sobre el cuerpo es una pregunta recurrente de las niñas y los niños. Es necesario entregarles información de calidad, señalar las partes con los nombres correctos y además resaltar el mensaje de que nadie puede tocar el cuerpo de las niñas y los niños. Y si esto ocurre, deben avisar a un adulto de confianza.

Para hablar sobre estos temas recomendamos realizar las siguientes actividades:

Actividad #14 Video foro en familia

Este video está adaptado tanto en lenguaje como en forma para niñas y niños de este nivel. Se recomienda que antes de verlo en conjunto con sus hijas e hijos, pueda ser revisado por madres y padres. Luego, identifique si existen dudas o preguntas en torno a la información presentada en este material, puede complementar esta información con el texto de apoyo que se encuentra más adelante.



Disponible en el enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=CzYXTildMsM>

Texto de apoyo 2. Hablemos de sexualidad en familia

La relación tan estrecha que tenía el niño con su mamá y la niña con su papá en sus primeros años empieza a cambiar alrededor de los 6 años. A esta edad, las niñas se acercan más a la mamá o a quien cumple esta función, y los niños a su papá o a la persona que ha asumido dicha responsabilidad. En esta etapa tratan de parecerse más e identificarse con él o con ella.

Cuando entran a la escuela, se dan importantes cambios en niños y niñas, pues la relación entre ellos empieza a ser diferente, sus juegos también cambian, se interesan por el mundo que les rodea y en aprender lo que les enseñan en la escuela.

Niños y niñas sienten su cuerpo más grande y quieren saber el nombre de otras partes de sus genitales. Les podemos explicar de forma sencilla y directa, diciendo por ejemplo:

“Los hombres tienen pene que está sobre una bolsita llamada escroto donde se encuentran dos testículos que fabrican espermatozoides, y dentro de su cuerpo tienen unos conductos y la próstata. Las mujeres tienen vulva, el clítoris, y dentro de su cuerpo está la vagina, el útero, las trompas uterinas y los ovarios. En su pecho los hombres tienen las tetillas, mientras las mujeres tienen los senos y los pezones”.

En esta edad, quieren encargarse de su cuidado y aseo personal, y aprenden a hacerlo bien. Es importante que motivemos a niños y niñas para que se ocupen del lavado de su ropa interior.

Son comunes los juegos con otros niños y niñas para comparar sus cuerpos (al papá y a la mamá, al doctor, al desfile de modas). Esto es natural y no debemos reprenderles o castigarles. Más bien, podemos aprovechar la oportunidad para explicarles las diferencias entre los cuerpos de mujeres y hombres, usando algunos dibujos sencillos.

Cerca de los 8 años empiezan a sentir pudor por su cuerpo y no les gusta que les vean desnudos ni ver desnudos a los demás. Es importante que madres, padres y demás personas de la familia respetemos estos sentimientos.

En esta etapa, poco a poco los niños y las niñas conocen más de sí mismos, saben sus gustos, y preferencias, se imaginan como serán de grandes, y se interesan en los deportes.

En las escuelas se observa que a esta edad los niños no quieren saber nada de las niñas ni de actividades propias de ellas; en cambio, las niñas se alejan de los niños, los ven toscos y groseros y por eso no quieren jugar con ellos. Esto les lleva a preferir formar grupos de su mismo sexo, a alejarse y hasta a rechazar a los otros.

Esta diferenciación de acuerdo con su sexo es natural, por lo tanto, es conveniente que les enseñemos a respetar a todos los niños y niñas, y reflexionar juntos que mujeres y hombres tenemos las mismas capacidades, el mismo valor, merecemos ser tratados por igual y sentirnos orgullosos por ser lo que somos.

Entre los 8 y 9 años comienzan a desarrollar mucha solidaridad con su grupo y admiran a las personas adultas de su mismo sexo. Esto forma parte del proceso de construcción de su identidad.

Aproximadamente desde los 3 años, los pequeños saben que son niño o niña. Este aprendizaje lo hacen mirando cómo actúan el padre, la madre y otras personas de la familia, pero también viendo el comportamiento de sus profesores/as y sus compañeros/as.

Por eso, niñas y niños de 6 a 9 años tratarán de imitar a las personas de su propio sexo. Los niños tratarán de parecerse a su padre, tío, hermano, abuelo, a su profesor o a un amigo; mientras las niñas procurarán actuar como su madre, tía, hermana, abuela, ser como su profesora o como una amiga.

En ocasiones, especialmente los niños, califican como “mujercita” o de “gay” a otros niños cuando tienen comportamientos sensibles o expresan sus emociones. Es conveniente que las personas adultas no reforcemos estas discriminaciones y les

enseñemos a respetar a todos los niños y niñas y sus formas de ser, como también a las personas homosexuales. Podemos reflexionar con nuestros hijos e hijas que mujeres y hombres tenemos iguales capacidades, valemos por lo que somos y merecemos respeto, de manera que no se debe agredir a un chico diciéndole “mariquita” o “gay”, pues ello no es algo negativo menos aún un insulto.

En esta edad empiezan a marcar las “cosas de hombres” y las “cosas de mujeres” y se interesan por diferenciar lo femenino y lo masculino. Es importante considerar que los tiempos cambian y en la actualidad lo que se espera de las mujeres y los hombres, es decir, lo femenino y masculino, es distinto a lo esperado en el pasado. Por ejemplo: antes se pensaba que las mujeres no debían trabajar fuera de la casa, ni usar pantalones y menos participar en política; por su parte, los hombres no podían tener el pelo largo, expresar sus sentimientos ni realizar quehaceres del hogar. Sin embargo, esto ha cambiado, en Ecuador cada vez hay más mujeres realizando diversos trabajos y están en altos cargos políticos, sin dejar de ser femeninas.

Del mismo modo, cada vez hay más hombres que usan pelo largo, pueden expresar su dolor o sus miedos, hacen tareas domésticas, atienden y cuidan de sus hijas e hijos, sin dejar de ser masculinos.

Madres, padres y las personas adultas podemos contribuir en la formación de nuestras hijas e hijos dándoles los mismos derechos, iguales oportunidades y responsabilidades, es decir, inculcándoles que ninguno es superior al otro y fomentando un trato digno y equitativo. Es fundamental nuestro ejemplo, si ven que todos los miembros de la familia realizamos las mismas tareas, tenemos empleos similares, expresamos libremente nuestros pensamientos, sentimientos, y nos relacionamos con respeto; tendrán actitudes similares, aprenderán a respetar y valorar a los demás y, en el futuro, establecerán relaciones más igualitarias.

Nivel 3: Estudiantes de 5.º, 6.º y 7.º de EGB

En este nivel aumentan las exigencias escolares, pero también la capacidad de aprender y proyectarse al futuro. Las niñas y los niños en estas edades tienen la capacidad para identificar desigualdades relacionadas con el género, la importancia de ejercer sus derechos y, adicionalmente, la capacidad que tienen las personas para cambiar realidades a partir de acciones puntuales.

En esta etapa se incrementan de forma paulatina las asignaturas y contenidos curriculares, así como las responsabilidades de las y los estudiantes sobre su propio desempeño escolar.

Para hacer prevención efectiva de embarazos, es necesario trabajar en prevención de violencia, consentimiento y en promover relaciones igualitarias entre mujeres y hombres.

La vinculación con la familia en esta etapa es fundamental, para que lo trabajado en el aula pueda ser reforzado en casa, se incluye un apartado para que pueda ser trabajado en el hogar.

Desarrollo de proyecto de vida

Las actividades diseñadas para esta sección pueden ser utilizadas durante las horas de clase programadas, así como durante espacios extracurriculares.

Se espera que las y los docentes tutores puedan utilizar las metodologías propuestas y para ello se sugiere:

- 1.** Lea atentamente la descripción de la actividad, identifique los materiales necesarios en caso de corresponder y observe si las guías de respuesta son suficientes. En caso de requerir mayor información sobre los temas que se desarrollan consulte al equipo del Departamento de Consejería Estudiantil de la institución, en caso de existir o a la persona encargada en la Dirección Distrital.
- 2.** Procure realizar la actividad como se señala en la guía. Luego de aplicarla puede innovarla o adaptarla para otros contenidos y temas.
- 3.** Si existen conceptos o categorías con las que no está familiarizado, revise la parte 2 de este documento.
- 4.** Las actividades están diseñadas para ir de la mano con el currículo nacional, en este sentido, puede utilizar esta información en las clases en que los temas conecten.

Actividad #15 Este es mi cuerpo

OBJETIVOS	Identificar las partes del cuerpo y su cuidado. Prevenir situaciones de violencia.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Se utilizan imágenes sobre el cuerpo para identificar sus partes y cuidado.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Rompecabezas en A4 sobre el cuerpo de una niña o un niño. Una copia para cada estudiante. Tijeras, goma de pegar, pinturas o lápices de colores
DESARROLLO	<p>La persona que facilita da la siguiente instrucción:</p> <p>Cada estudiante tendrá una imagen del cuerpo de un niño o una niña, como ven, tiene un espacio para cortar. La primera parte de este trabajo entonces es hacer su propio rompecabezas del cuerpo que se les asignó.</p> <p>Una vez cortado, se solicita al estudiantado que pinte las partes del rompecabezas de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none">- Azul, las partes privadas del cuerpo- Verde, las partes que solo las personas en quienes confiamos pueden tocar- De todos los colores, aquellas partes que todas las personas pueden ver. <p>Luego, se solicita a las y los estudiantes que armen nuevamente su rompecabezas y peguen las piezas en la cartulina.</p>

CIERRE

Como ven, hay partes del cuerpo que son privadas, y nadie tiene el derecho a tocarlas o verlas. Estos son los genitales, el pene en niños y la vulva en niñas. Nadie puede ver o tocar los genitales de las niñas y niños. Si esto ocurre, hay que conversarlo con una persona adulta de confianza para que nos brinde ayuda.

Hay otras partes del cuerpo que a veces las miramos como las piernas o los brazos, pero solamente personas en las que tenemos mucha confianza nos pueden tocar, como cuando nos dan un abrazo. Aquí, además de la confianza, debemos considerar si nos sentimos cómodos o cómodas con esto. Si una persona se siente incómoda debe decirlo y nadie puede tocarlo. Asimismo, si queremos dar un abrazo a alguien, tenemos preguntar si podemos hacerlo antes.

Finalmente, hay partes como las manos o la cabeza que son vistas por todo el mundo, todas son distintas y muy valiosas.

PARA TOMAR EN CUENTA

El reconocimiento del cuerpo y sus partes facilita el trabajo en el autocuidado e higiene.

Las niñas y niños de este nivel deben tener la autonomía suficiente como para cuidar su cuerpo e identificar sus partes con los nombres adecuados.

Actividad #16 Permisos y prohibiciones

OBJETIVOS	Identificar las formas cotidianas en que se construyen las desigualdades de género a través de los permisos y prohibiciones que tienen mujeres y hombres.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad promueve el análisis crítico de los privilegios y desventajas de mujeres y hombres en cada contexto para promover transformaciones.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Hojas de papel, lápices o esferos
DESARROLLO	<p>Se solicita a las personas que participan que se agrupen, es necesario generar al menos dos grupos.</p> <p>Un grupo trabajará sobre permisos y prohibiciones de hombres y otro de mujeres. En caso de tener más de dos grupos, el trabajo se puede duplicar para luego establecer comparaciones. Por ejemplo, dos grupos trabajan sobre hombres y dos sobre mujeres.</p> <p>Por ejemplo, un permiso para las mujeres podría ser usar falda, mientras que una prohibición sería llevar el cabello corto. Para los hombres, por ejemplo, una prohibición sería usar falda, mientras que un privilegio sería poder ensuciarse más.</p> <p>Cada grupo tiene luego 5 minutos para presentar su trabajo en plenaria.</p> <p>Luego de la plenaria, se sugiere utilizar las siguientes preguntas para generar debate:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo se sintieron en la actividad? ¿Fue más fácil identificar prohibiciones o privilegios en hombres o en mujeres? ¿Creen que las prohibiciones de los hombres se parecen a los privilegios de las mujeres?; ¿Por qué se piensa que ocurre esto?
CIERRE	<p>Para terminar la jornada se puede partir con las siguientes consideraciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Las niñas y los niños de estas edades pueden analizar las desigualdades que se perciben en sus actividades cotidianas. Por ellos es necesario indicar que esto no es natural ni predestinado, sino que son formas en que la sociedad se ha organizado y se pueden cambiar. Por ejemplo, anteriormente las mujeres no tenían derecho al voto e incluso no podían ingresar a la escuela. Hoy, en cambio, tanto mujeres como hombres pueden hacerlo. Eso demuestra que las sociedades pueden cambiar para mejor. 2. Se observa que generalmente los hombres tienen más permisos que las mujeres, y que estos se relacionan con su accionar en la vida pública, desde salir hasta más tarde, acceder a mejores salarios, sentir más seguridad en cuestiones cotidianas como tomar un bus o taxi, etc. Mientras que sus prohibiciones se relacionan con la expresión de las emociones, uso de ropa, uso de maquillaje, cuidado de los hijos o del hogar.

3. Las prohibiciones de las mujeres en cambio se muestran como privilegios de los hombres, esto parte de una estructura social que jerarquiza a las personas sobre el género, produciendo desigualdad e incitando a la violencia. Este sistema social ubica a lo femenino como inferior a lo masculino.

4. Con las reflexiones anteriores, se puede visualizar que a los hombres se les prohíbe básicamente tener comportamientos o expresiones femeninas, y esto implica construir desigualdades que afectan principalmente a las mujeres y a lo que se considera femenino.

5. Es necesario que la o el docente mencione que tanto mujeres como hombres somos iguales en derechos y, por lo tanto, deberíamos tener los mismos permisos y las mismas prohibiciones.

Es importante reflexionar sobre estos permisos y prohibiciones en nuestras actividades cotidianas, para romper mitos y prejuicios relacionados con el tema y construir relaciones humanas más justas y libres.

Los permisos y prohibiciones dependerán de cada contexto, sin embargo, suelen aparecer algunos patrones relacionados con el género que son más o menos comunes. Generalmente lo que se asume como privilegio de los hombres tiende a ser una prohibición para las mujeres y viceversa.

Esto ocurre por que en sistemas como el nuestro el género opera como una estructura que crea cierto tipo de jerarquías, en las que las mujeres están en posición de subordinación frente a los hombres y, adicionalmente, castiga a aquellos hombres que quieren o tratan de salir de esa estructura. En este marco, la violencia se reproduce y limita las opciones de las personas para ejercer sus derechos de forma plena.

Actividad #17 La historia de Teresa.

OBJETIVOS	<p>Trabajar en la formulación del proyecto de vida individual del estudiantado.</p> <p>Proponer el desarrollo del proyecto de vida como factor protector para evitar embarazos precoces y no planificados.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad utiliza recursos audiovisuales para trabajar en el desarrollo del proyecto de vida y problematiza a las y los estudiantes en la proyección personal al futuro.</p>
TIEMPO	<p>45 minutos</p>
MATERIALES	<p>Hojas de papel, lápices, marcadores. Proyector, computador, parlantes.</p> <p>Para esta actividad se sugiere utilizar el siguiente video.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Oixqk8QtHuo</p> <p>Nombre del video: “6. Proyecto de Vida” Duración: 6’59”.</p>
DESARROLLO	<p>Antes de proyectar el video puede partir con las siguientes preguntas: ¿Han pensado que les gustaría ser cuando sean más grandes?</p> <p>Se promueve que el estudiantado responda y posteriormente se proyecta el video.</p> <p>Luego de la proyección, se realizan las siguientes preguntas: ¿Cómo terminó este caso? ¿Qué creen que hizo Teresa?</p> <p>Luego, con las respuestas de las y los estudiantes promueva una discusión sobre que necesita Teresa para cumplir su meta de ser una doctora.</p>
CIERRE	<p>Para cerrar, se plantea la siguiente reflexión:</p> <p>Todas y todos tenemos nuestros sueños y metas. Hay algo, una o muchas cosas que nos gustaría hacer ahora y también mientras crecemos.</p> <p>La educación nos permite abrir esa puerta y tener herramientas para que nuestros sueños se cumplan.</p> <p>Por ello, es necesario permanecer en la escuela, aprender, jugar y, cuando existan dudas, poder conversar con las personas adultas en quienes se confía.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>Recuerde, antes de proyectar el video en el salón de clases, obsérvelo e identifique si necesita mayor información que la proporcionada en la guía para trabajarlo. En caso de ser así, puede pedir asesoría en</p>

el Departamento de Consejería Estudiantil de su institución educativa.

Un aspecto fundamental en el desarrollo escolar es la vinculación de las y los estudiantes con sus familias y docentes en tanto aprenden a confiar en personas adultas y pueden pedir orientación.

Me informo y actúo

Las y los estudiantes de este nivel van desarrollando mayor capacidad para actuar con autonomía, el desarrollo del pensamiento crítico en esta etapa facilita realizar ejercicios de análisis de situaciones.

Por otra parte, se identifica que uno de los factores protectores en materia de prevención de embarazos tiene que ver con el conocimiento de los derechos humanos.

Actividad #18 ¡Tenemos derechos!

OBJETIVOS	<p>Difundir los derechos humanos en la institución educativa.</p> <p>Promover el reconocimiento de las formas en que se garantizan o vulneran los derechos humanos en la institución educativa.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad es una campaña que deben generar las y los estudiantes de este nivel para difundir los derechos humanos en la institución educativa.</p>
TIEMPO	<p>45 minutos</p>
MATERIALES	<p>Hojas de papel, marcadores, pinturas, cinta adhesiva. Copias de la declaración universal de los Derechos Humanos.</p> <p>Declaración Universal de Derechos Humanos¹¹</p> <p>Preámbulo</p> <p>Considerando que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana;</p> <p>Considerando que el desconocimiento y el menosprecio de los derechos humanos han originado actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad, y que se ha proclamado, como la aspiración más elevada del hombre, el advenimiento de un mundo en que los seres humanos, liberados del temor y de la miseria, disfruten de la libertad de palabra y de la libertad de creencias;</p>

¹¹ Recuperado de <http://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>

Considerando esencial que los derechos humanos sean protegidos por un régimen de Derecho, a fin de que el hombre no se vea compelido al supremo recurso de la rebelión contra la tiranía y la opresión;

Considerando también esencial promover el desarrollo de relaciones amistosas entre las naciones;

Considerando que los pueblos de las Naciones Unidas han reafirmado en la Carta su fe en los derechos fundamentales del hombre, en la dignidad y el valor de la persona humana y en la igualdad de derechos de hombres y mujeres, y se han declarado resueltos a promover el progreso social y a elevar el nivel de vida dentro de un concepto más amplio de la libertad;

Considerando que los Estados Miembros se han comprometido a asegurar, en cooperación con la Organización de las Naciones Unidas, el respeto universal y efectivo a los derechos y libertades fundamentales del hombre, y considerando que una concepción común de estos derechos y libertades es de la mayor importancia para el pleno cumplimiento de dicho compromiso;

LA ASAMBLEA GENERAL proclama la presente **DECLARACIÓN UNIVERSAL DE DERECHOS HUMANOS** como ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción.

Artículo 1.

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

Artículo 2.

Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición. Además, no se hará distinción alguna fundada en la condición política, jurídica o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona, tanto si se trata de un país independiente, como de un territorio bajo administración fiduciaria, no autónomo o sometido a cualquier otra limitación de soberanía.

Artículo 3.

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

Artículo 4.

Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre, la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

Artículo 5.

Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

Artículo 6.

Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.

Artículo 7.

Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración y contra toda provocación a tal discriminación.

Artículo 8.

Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo ante los tribunales nacionales competentes, que la ampare contra actos que violen sus derechos fundamentales reconocidos por la constitución o por la ley.

Artículo 9.

Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.

Artículo 10.

Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal.

Artículo 11.

1. Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad, conforme a la ley y en juicio público en el que se le hayan asegurado todas las garantías necesarias para su defensa.

2. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueron delictivos según el Derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito.

Artículo 12.

Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

Artículo 13.

1. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.
2. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso del propio, y a regresar a su país.

Artículo 14.

1. En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país.
2. Este derecho no podrá ser invocado contra una acción judicial realmente originada por delitos comunes o por actos opuestos a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

Artículo 15.

1. Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.
2. A nadie se privará arbitrariamente de su nacionalidad ni del derecho a cambiar de nacionalidad.

Artículo 16.

1. Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia, y disfrutarán de iguales derechos en cuanto al matrimonio, durante el matrimonio y en caso de disolución del matrimonio.
2. Sólo mediante libre y pleno consentimiento de los futuros esposos podrá contraerse el matrimonio.
3. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

Artículo 17.

1. Toda persona tiene derecho a la propiedad, individual y colectivamente.
2. Nadie será privado arbitrariamente de su propiedad.

Artículo 18.

Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de cambiar de religión o de creencia, así como la libertad de manifestar su religión o su creencia, individual y colectivamente, tanto en público como en privado, por la enseñanza, la práctica, el culto y la observancia.

Artículo 19.

Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión.

Artículo 20.

1. Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.
2. Nadie podrá ser obligado a pertenecer a una asociación.

Artículo 21.

1. Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos.
2. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país.
3. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto.

Artículo 22.

Toda persona, como miembro de la sociedad, tiene derecho a la seguridad social, y a obtener, mediante el esfuerzo nacional y la cooperación internacional, habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.

Artículo 23.

1. Toda persona tiene derecho al trabajo, a la libre elección de su trabajo, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo y a la protección contra el desempleo.
2. Toda persona tiene derecho, sin discriminación alguna, a igual salario por trabajo igual.

3. Toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria, que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la dignidad humana y que será completada, en caso necesario, por cualesquiera otros medios de protección social.

4. Toda persona tiene derecho a fundar sindicatos y a sindicarse para la defensa de sus intereses.

Artículo 24.

Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

Artículo 25.

1. Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.

2. La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.

Artículo 26.

1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

Artículo 27.

1. Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.

2. Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

Artículo 28.

Toda persona tiene derecho a que se establezca un orden social e internacional en el que los derechos y libertades proclamados en esta Declaración se hagan plenamente efectivos.

Artículo 29.

1. Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad, puesto que sólo en ella puede desarrollar libre y plenamente su personalidad.

2. En el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de sus libertades, toda persona estará solamente sujeta a las limitaciones establecidas por la ley con el único fin de asegurar el reconocimiento y el respeto de los derechos y libertades de los demás, y de satisfacer las justas exigencias de la moral, del orden público y del bienestar general en una sociedad democrática.

3. Estos derechos y libertades no podrán, en ningún caso, ser ejercidos en oposición a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

Artículo 30.

Nada en esta Declaración podrá interpretarse en el sentido de que confiere derecho alguno al Estado, a un grupo o a una persona, para emprender y desarrollar actividades o realizar actos tendientes a la supresión de cualquiera de los derechos y libertades proclamados en esta Declaración.

Para empezar esta actividad, se indica a las y los estudiantes que realizarán una campaña informativa en sus instituciones educativas sobre los Derechos Humanos.

Con esto se consulta al grupo sobre:

¿Conocen los Derechos Humanos? ¿Cuáles Derechos conocen?

Luego, se divide al curso en parejas o grupos de hasta cuatro personas. A cada grupo se le entrega una fotocopia de la declaración universal de los derechos humanos y se los divide hasta que en el grado se trabajen los 30 artículos.

Posteriormente, se indica que cada grupo deberá ilustrar, dibujar o generar un collage que represente cada derecho y este deberá ser presentado como un afiche.

Posteriormente, se ubicarán todos los afiches en la cartelera de la institución educativa, en caso de no disponer de este espacio, se pueden colocar los trabajos en pasillos y muros de la institución.

Para cerrar, se plantea la siguiente reflexión:

Todas las personas tenemos los mismos derechos y deberíamos tener las mismas oportunidades.

A cada uno le corresponde conocer sus derechos y a la escuela, el Estado y la familia les toca garantizarlos.

Señale que, si sienten que sus derechos están siendo vulnerados, pueden conversar de este tema con una persona adulta de confianza, en la escuela o en casa.

PARA TOMAR EN CUENTA

La Declaración Universal de los Derechos Humanos marca un hito en la historia de la humanidad, estableciendo las condiciones mínimas que deben tener las personas para vivir una vida digna. Es deber de todos los Estados garantizar su efectivo cumplimiento. Sin embargo, los derechos humanos no siempre estuvieron garantizados, fueron producto de exigencias y movilizaciones sociales que determinaron otras formas de organizar la sociedad y los países sobre la base de los derechos.

Hablemos en casa también

Para realizar procesos de prevención de embarazos es necesario hablar de sexualidad en el hogar. La familia es una de las principales educadoras y la escuela tiene el rol de facilitar sus acciones. Para esto, se recomienda realizar la actividad sugerida y leer el texto de apoyo.

Para trabajar sobre estos temas recomendamos realizar las siguientes actividades:

Actividad #19 Video foro en familia

Durante esta etapa, es importante preparar a las niñas y los niños para los cambios que se avecinan con la pubertad, así, cuando estos lleguen sabrán recibirlos con tranquilidad y tendrán más herramientas para entenderse a si mismos.

Antes de observar el video en familia, se recomienda que padres y madres puedan observarlo, y si tienen inquietudes, pueden utilizar la información que se menciona en el texto de apoyo #3.

Cuando observe el video en familia, recuerde establecer un espacio de confianza, para que sus hijos e hijas puedan preguntar sin temor.



Disponible en el enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=fDJ17GhaX1E>

Texto de apoyo 3. Hablemos de sexualidad en familia

En esta edad, es importante preparar a niñas y niños para los cambios que vienen con la pubertad (también llamada pre-adolescencia), que es una etapa muy importante del desarrollo de la sexualidad porque ocurren cambios en sus cuerpos que les llevan a la madurez física, es decir, a alcanzar las formas de hombres y mujeres. También se debe tomar en cuenta que entre los 10 y 13 años, en promedio, inicia la menstruación en las niñas y la eyaculación en los niños, lo que hace posible la capacidad para procrear. En este proceso el organismo se prepara para las funciones sexuales y reproductivas.

Los cambios físicos, en los cuerpos de los niños y niñas, se inician fundamentalmente por el trabajo de las hormonas: estrógenos y progesterona en las mujeres y testosterona en los hombres. Primero ocurren cambios internos y luego se observan los cambios externos propios de cada sexo.

La edad en que se dan estos cambios es muy variable; pero generalmente en las niñas empiezan entre los 9 y 12 años de edad y duran de 1 a 2 años; pero no debemos preocuparnos si nuestras hijas empiezan más tarde este proceso, pues hay chicas

que recién lo inician a los 15 años. Los cambios en los niños comienzan entre los 11 y 13 años de edad y todo el proceso de cambio y crecimiento dura alrededor de 2 años. Algunos chicos pueden comenzar sus cambios a los 17 años.

Los cambios físicos en las niñas son armónicos, es decir, que todo crece al mismo tiempo; mientras que en los niños crecen primero piernas o brazos y luego el tronco, por eso les cuesta coordinar sus movimientos y algunas veces son un poco torpes.

En general, es muy importante que recomendemos a nuestros hijos e hijas que mantengan una rutina de aseo corporal: baño diario, lavado de cabello frecuente, aseo de cara con algún producto que ayude a limpiar el acné (granos y espinillas) que aparece en esta edad debido a los cambios hormonales. Cuando la grasa corporal es excesiva es recomendable asistir a una consulta con el especialista para evitar su aumento y que ello afecte su autoestima.

Conversemos con ellos explicándoles que son cambios naturales y forman parte de su crecimiento. Su desarrollo indica buena salud y es importante valorar su crecimiento para mantener alta su autoestima.

Evitemos comentarios que les incomoden sobre su voz aguda o su comportamiento variable.

Muchas niñas saben que las mujeres menstrúan, pero no siempre conocen por qué ocurre, qué se debe hacer cuando comienza, tienen vergüenza y no quieren preguntar en su familia y solo reciben información de otras chicas, la cual puede ser incompleta o errada.

Por esto, es importante que hablemos con nuestras hijas sobre los cambios de sus cuerpos y el inicio de la menstruación.

Los cambios físicos de las niñas llevan poco a poco al inicio de la menstruación, llamada también regla o período; es la salida de sangre por la vagina y ocurre cada mes, no es por una herida y tampoco es una enfermedad. Este sangrado dura entre 3 y 7 días y la cantidad varía de una mujer a otra. La primera menstruación se llama menarquía, puede darse entre los 9 y los 15 años, y la última, llamada menopausia, ocurre entre los 45 y 50 años. Luego de la primera menstruación las niñas continúan el crecimiento de su estatura durante unos pocos meses más.

Durante la menstruación la mujer usa toallas sanitarias o tampones, por lo que necesitará ser muy cuidadosa con su higiene personal y su ropa íntima.

Muchas veces pueden tener dolores en la zona del útero y ovarios, llamados cólicos menstruales, y si el dolor es intenso se requerirá tomar un analgésico. En ocasiones pueden salir coágulos, que son como trocitos de masa llenos de sangre. Si hay mucho dolor o la hemorragia con coágulos es abundante, es aconsejable asistir donde un/a médico especialista.

Algunas niñas ven a la primera menstruación como algo deseado, otras la temen e inclusive algunas sienten asco. La menstruación es natural, su inicio significa el paso de la niñez a la adolescencia hasta alcanzar la madurez como mujer. Tratemos de transmitir esta idea a nuestras hijas y enseñémosles los cuidados que ahora su cuerpo necesita.

Por motivos que se desconocen, en la mayoría de las sociedades no se prepara a los niños para su primera eyaculación. Ellos necesitan conocer qué ocurre con su cuerpo en esta etapa tan importante, información clara, honesta, dicha por personas adultas confiables, como su padre o madre.

Los cambios físicos de los niños llevan poco a poco a su primera eyaculación, es decir a la salida de semen por el pene debido al inicio de la producción de espermatozoides (células sexuales masculinas).

En un inicio, la eyaculación puede presentarse cuando el púber (niños de 10 a 13 años) está durmiendo, y se producen los llamados “sueños húmedos”, o cuando se autoestimula o autoerotiza. Estos sueños, también llamados eyaculaciones nocturnas, ocurren mientras el muchacho está dormido y ha tenido un sueño muy agradable y emocionante (no necesariamente con imágenes de contenido sexual), se excita y derrama un poco de semen. Al despertarse, su ropa interior y su pijama pueden estar mojadas y pegajosas.

Es importante aclarar que las mujeres también tienen estos sueños agradables y estimulantes, y pueden tener un orgasmo, sin que esto sea tan evidente como en los hombres.

Es fundamental conversar con nuestros hijos sobre los cambios que vivirá su cuerpo al empezar a tener eyaculaciones, recalcar que se trata de un proceso natural y darles indicaciones sobre cómo actuar cuando éstas ocurran. Debemos indicarles que ellos necesitan asearse (lavar su pene) y lavar su ropa interior, pijama y posiblemente sábanas, si es el caso.

Los niños pueden tener erecciones en situaciones un poco incómodas: en una piscina, en la playa y en clases, ser víctimas de burlas. Muchos de ellos no saben cómo cubrirse y “esconder” su erección. Enseñemos a nuestros hijos e hijas a ser respetuosos ante estas situaciones y no burlarse de sus compañeros en estos momentos.

Durante la pubertad también se producen cambios emocionales muy importantes, propios de esta etapa. La mayoría de los púberes, niñas y niños están confundidos y asustados porque les informan muy poco sobre estos cambios, y porque sienten que las personas adultas no comprenden sus emociones y sus comportamientos.

Es aconsejable que padres, madres u otras personas a cargo de niños y niñas conozcamos las manifestaciones emocionales en su proceso de desarrollo, de manera que podamos comprenderlos y relacionarnos mejor.

Nivel 4: Estudiantes de 8. °, 9. ° y 10. ° de EGB

Las y los adolescentes de este nivel tienen otras características que en etapas anteriores. Las relaciones con sus pares cobran cada vez mayor importancia así como la imagen de si mismos y de los otros.

La información sobre sexualidad en esta etapa es crucial para prevenir embarazos, adicionalmente, es necesario que establezcan relaciones de confianza con personas adultas significativas para posibilitar la generación de redes de apoyo, orientación y consejería.

El rol docente es fundamental en este nivel, puesto que, al cambiar las exigencias escolares y la proyección académica, también se modifican los requerimientos de atención y afectos. Para trabajar en esto, se proponen las siguientes actividades:

Desarrollo de proyecto de vida

Las actividades diseñadas para esta sección pueden ser utilizadas durante las horas de clase programadas, así como durante espacios extracurriculares.

Se espera que las y los docentes tutores puedan utilizar las metodologías propuestas y para ello se sugiere:

1. Lea atentamente la descripción de la actividad, identifique los materiales necesarios en caso de corresponder y observe si las guías de respuesta son suficientes. En caso de requerir mayor información sobre los temas que se desarrollan consulte al equipo del Departamento de Consejería Estudiantil de la institución, en caso de existir o a la persona encargada en la Dirección Distrital.
2. Procure realizar la actividad como se señala en la guía. Luego de aplicarla puede innovarla o adaptarla para otros contenidos y temas.

3. Si existen conceptos o categorías con las que no está familiarizado, revise la parte 2 de este documento.
4. Las actividades están diseñadas para ir de la mano con el currículo nacional, en este sentido, puede utilizar esta información en las clases en que los temas conecten.

Actividad #20 Iguales y distintos

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> •Debatir e intercambiar ideas sobre género, roles, valores, ideas y prácticas con las que se viven las relaciones personales dependiendo del sexo con el que se nace y la forma en que se experimenta o ejerce violencia en la vida cotidiana. •Reconocer que hombres y mujeres tienen los mismos derechos. •Recordar que nada justifica la violencia y toda violencia es prevenible. 		
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<ul style="list-style-type: none"> •Esta actividad utiliza tarjetas con afirmaciones relacionadas con los roles de género que fomentan desigualdades, promueve la conversación entre pares para recuperar saberes y transformar patrones negativos a través del diálogo y el consenso. 		
TIEMPO	45 minutos		
MATERIALES	Tarjetas: Iguales y distintos. Para estudiantes.		
	1. Las mujeres no deben ser futbolistas, mecánicas o conductoras de buses.	2. Los hombres no deben llorar, si lo hacen son mujercitas.	3. El machismo es natural, esta ordenado desde la concepción.
	4. ¿Te enamorarías de un hombre sensible, que te demuestre sus emociones, incluso que llorara de vez en cuando?	5. Los hombres son y serán siempre más importantes que las mujeres	6. Es mejor tener un hijo hombre primero y después una mujer para que el varón cuide a la mujercita
	7. Los hombres son mejores para las matemáticas	8. Niños y niñas deberían jugar, cocinar y cuidar.	9. Un buen marido es el que da todo para la casa

10. Si los hombres no responden económicamente en la casa, no son hombres de verdad.	11. Las mujeres nacieron para estar en la casa y cuida de los hijos.	12. Las mujeres que están en la casa no hacen nada.
13. Si una mujer es violada a altas horas de la noche la pregunta obvia es ¿Qué hace a esas horas en la calle?	14. Decir mujercita es cariñoso, pero decir hombrecito es humillante.	15. Toda mujer bonita que asciende en su trabajo es porque conquistó al jefe.
16. Es normal que las mujeres ganen menos dinero que los hombres, siempre ha sido así.	17. Los colores rosados son más adecuados para las niñas y los azules para los niños.	18. Es normal que las mujeres bonitas sean acosadas.
19. Las mujeres tienen los mismos derechos que los hombres.	20. Los hombres no deben ser enfermeros, profesores de jardín de infantes ni manicuristas.	21. Las mujeres de cabello corto y que se visten con pantalón todo el tiempo no son femeninas.
22. Los hombres nacen con más deseo sexual que las mujeres.	23. Las hijas mujeres deben ayudar en los quehaceres domésticos, los hijos varones no.	24. Las canchas deportivas de mi barrio o comunidad son para uso de los hombres.
25. Las mujeres no deben usar ropa corta pues provocan a los hombres.	26. Los hombres deben llegar al matrimonio con varias experiencias sexuales.	27. Las mujeres deben llegar al matrimonio con poca o ninguna experiencia sexual.
28. Los hombres no pueden jugar juegos de niñas porque se vuelven homosexuales.	29. Los hombres deben iniciar su vida sexual temprano para que aprendan.	30. Es normal que un adulto conquiste y enamore a una adolescente.
31. Las mujeres no deben jugar con pelotas, no con carros ni al fútbol porque se vuelven machonas.	32. Hombres y mujeres no pueden ser amigos porque luego llegan a tener relaciones sexuales.	33. Las mujeres tienen que ser madres para sentirse realizadas.
SI	NO	DEPENDE

Guía de respuestas para docentes.

1. Falso. Mujeres y hombres podemos realizar las mismas actividades con el mismo desempeño.	2. Falso. Los hombres también tienen derecho a expresar sus sentimientos, eso nos hace humanos.	3. Falso. El machismo no es natural, es una estructura social aprendida que genera desigualdad y se puede desaprender.
4. Los hombres tienen derecho a expresar libremente sus emociones. Eso no los hace menos masculinos.	5. Falso. Mujeres y hombres somos iguales en derechos.	6. Las familias quieren igual a las hijas o hijos. Ambos son iguales en derechos y capacidades.
7. Falso. Mujeres y hombres tenemos las mismas capacidades.	8. Verdadero. No existen juegos solo para niñas o solo para niños.	9. Las relaciones de pareja deben ser igualitarias y basarse en el consenso y respeto.
10. Falso. Hombres y mujeres somos corresponsables para el sostenimiento de los hogares.	11. Falso. Mujeres y hombres tenemos las mismas responsabilidades tanto dentro del hogar como fuera de él.	12. Falso. Generalmente se dedican al trabajo de cuidados, que no es remunerado, pero es el más importante.
13. Falso. Las víctimas nunca tienen la culpa. Hay que evitar ese tipo de afirmaciones que están erradas.	14. Ambas son expresiones que pueden ser válidas. Pero hay que considerar que mujeres y hombres tenemos el mismo valor e importancia.	15. Falso. Este es un mito machista. Las mujeres y hombres ascienden por su capacidad laboral.
16. Falso. Esto es parte de una cultura machista, que las mujeres ganen menos por el mismo trabajo no es normal.	17. Falso. Los colores no tienen sexo ni género. Pueden ser tanto para niñas como para niños.	18. Falso. Esto es parte de una cultura machista que reproduce la violencia. El acoso nunca es normal.
19. Verdadero. Mujeres y hombres somos iguales en derechos.	20. Falso. Hombres y mujeres podemos ejercer las mismas profesiones y ocupaciones.	21. Falso. Ser femenina no depende de la forma de vestirse o el corte de cabello.

22. Falso. El deseo no depende del sexo y tanto mujeres como hombres podemos controlarlo.

23. Falso. Tanto mujeres como hombres deben participar en las tareas del hogar.

24. Falso. El espacio público es tanto para mujeres como para hombres.

25. Falso. Las mujeres pueden vestirse como se sientan cómodas y los hombres deben respetarlo.

26. Falso. Esto depende de los valores de cada persona, independientemente de su sexo y género.

27. Falso. Esto depende de los valores de cada persona, independientemente de su sexo y género.

28. Falso. Niñas y niños pueden jugar los mismos juegos. La orientación sexual no depende de ello.

29. Falso. El inicio sexual depende de cada persona, si se siente preparada y a gusto con ello.

30. Falso. Esto es violencia sexual y un delito.

31. Falso. Niñas y niños pueden jugar los mismos juegos. La orientación sexual no depende de ello.

32. Falso. Las relaciones sexuales deben ser decisiones de las personas. Las amigas y amigos pueden decir no tenerlas.

33. Falso. La maternidad es una opción de las mujeres. Es legítimo decidir no tener hijos.

Se divide al curso en grupos de máximo cinco personas. A cada grupo se le entrega un set de tarjetas para estudiante con las tarjetas de opciones SÍ, NO y DEPENDE.

Se indica que, en cada grupo, deberán discutir cada afirmación y, por medio del consenso, decidir si están de acuerdo, en desacuerdo o si la frase depende de un contexto. En caso de estar de acuerdo, ubicarán la tarjeta en la opción de SÍ, en desacuerdo, se ubicará la tarjeta en la opción No y si no hay acuerdo o depende de un contexto, se ubica la tarjeta en la opción DEPENDE. Para esto se otorga entre 15 y 20 minutos.

Cuando los grupos han discutido sus cartas, se solicita que presenten en plenaria:

1. Primero las tarjetas que están en el grupo de SÍ
2. Luego las tarjetas del grupo Depende.
3. Finalmente las tarjetas con las que no están de acuerdo.

Cada grupo debe leer la tarjeta y exponer las razones por las que están o no de acuerdo con la frase que se menciona.

Luego, se consulta si otro grupo opina lo mismo de esa frase o no. Se promueve la participación grupal.

En caso de que la discusión refuerce estereotipos negativos, la o el docente debe intervenir utilizando la guía de respuestas para docencia.

	<p>Generalmente, los argumentos son generados por las y los estudiantes sin necesidad de intervención docente, sin embargo, es importante que se puedan conducir hacia las conclusiones esperadas.</p>
CIERRE	<p>Para cerrar, se plantea la siguiente reflexión:</p> <p>En sociedades como la nuestra, aún persisten muchos mitos y prejuicios sobre lo que pueden o deben ser mujeres y hombres. Estos estereotipos y prejuicios solamente generan desigualdades que oprimen principalmente a las mujeres pero también a los hombres.</p> <p>Para hacer prevención efectiva del embarazo, es necesario en primer lugar trabajar en la eliminación de estos prejuicios y al mismo tiempo construir sociedades más justas.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>Puede aumentar frases en función del contexto en el que se desarrolla la actividad. También es importante asegurarse del lenguaje en el que están escritas, para que tengan sentido en el territorio en el que se realizan las actividades.</p>

Actividad #21 Anticoncepción vista por mujeres y hombres

OBJETIVOS	<p>Recoger los saberes previos que las y los adolescentes tienen con respecto a la anticoncepción.</p> <p>Discutir la importancia de la participación, tanto de las mujeres como de los hombres, en los temas relacionados a la anticoncepción.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Técnica del acuario que explorará la responsabilidad compartida para la anticoncepción, como parte de la discusión de grupo.</p>
TIEMPO	<p>45 minutos</p>
MATERIALES	<p>No aplica</p>
DESARROLLO	<p>Anunciar que durante esta sesión se trabajará acerca de las implicaciones del uso de métodos anticonceptivos para hombres y para mujeres, a través de una metodología estructurada de conversación, llamada la técnica del "acuario".</p> <p>Invite a dos hombres y a dos mujeres a sentarse en el centro de la sala, es decir, en el "acuario". El resto de los jóvenes, los observadores, deberán colocarse alrededor de ellos, las chicas detrás de las dos mujeres y los hombres detrás de los hombres que están en el centro. Especificar que los y las jóvenes que están en el centro del acuario llevarán la conversación, mientras que los observadores solo tomarán notas. Los observadores podrán, en cualquier momento, ir al centro del acuario y reemplazar a los que ya están allí y participar de la discusión. Esto es lo que va a enriquecer la conversación. Si no lo hacen de manera espontánea invítelos a hacerlo.</p>

NOTA: La discusión también podría llevarse a cabo en pequeños grupos no mixtos de tres o cuatro personas, utilizando las preguntas de animación que se indican en el siguiente paso.

Para iniciar la discusión, utilice la siguiente pregunta:

¿Quién, entre las mujeres y los hombres, son los principales responsables de la anticoncepción?

Si la discusión necesita ser alimentada, las siguientes preguntas pueden ser utilizadas:

¿Que exige a hombres y mujeres utilizar métodos anticonceptivos? (Ejemplos: Creer en la importancia de la anticoncepción, decidir utilizar la anticoncepción, hablar con su pareja y sus padres y madres, encontrar un lugar para conversar con una matrona o un médico, obtener una consulta con ellos, elegir un tipo de anticonceptivo, obtener algún anticonceptivo, pagar por ellos, usarlos adecuadamente, en uso continuo, etc.)

¿Hay responsabilidades asociadas especialmente a las mujeres o a los hombres? ¿Cuáles?

Las mujeres, ¿qué esperan ustedes de los hombres en materia de anticoncepción?

Los hombres, ¿qué esperan de las mujeres en materia de anticoncepción? En materia de anticoncepción, ¿qué preocupa a las mujeres?, ¿Qué preocupa a los hombres? ¿Qué es lo más importante para cada uno?

¿Cuáles son las ventajas de hombres y mujeres, respecto a lo que a ellos les concierne?

¿Qué se necesita para que hombres y mujeres compartan equitativamente la responsabilidad de la anticoncepción?

Después de 20 minutos de conversación, realizar una síntesis de los intercambios, preguntando a los observadores que describan los roles que más frecuentemente asumen los hombres y las mujeres en materia de anticoncepción. Releve que la distribución equilibrada de funciones requiere:

Responsabilidad: por un lado, tanto hombres como mujeres deben ser conscientes de los riesgos de un embarazo. De otra parte, tanto hombres como mujeres deben preocuparse por la anticoncepción y ambos participar en su uso (por ejemplo: ver esto como un signo de responsabilidad y madurez, considerarlo como una señal de respeto hacia uno mismo y hacia otros, etc.).

Comunicación: tanto hombres como mujeres deben abordar el tema de la anticoncepción, Cada uno puede expresar la importancia que le atribuyen, lo que cada uno puede hacer, etc.; la comunicación es esencial para compartir los roles en este tema.

CIERRE

Reciprocidad: la mayor parte de los anticonceptivos son utilizados por mujeres, y el embarazo es experimentado por ellas; el apoyo de los jóvenes en el uso de anticonceptivos, cualquiera sean estos, es muy importante; por otro lado, las mujeres deben involucrar a los hombres en la decisión del anticonceptivo

Terminar la actividad, recordando algunos de los siguientes mensajes:

La fertilidad, adquirida durante la pubertad es una de las mayores potencias humanas, dar vida a otro ser humano. Tomando decisiones sobre el uso de anticonceptivos, seamos hombres o mujeres, nos hacemos cargo de esta responsabilidad y no ponemos la fertilidad en las manos de otra persona o del azar.

Es importante que tanto los hombres como las mujeres nos sintamos implicados en el uso de la anticoncepción: es un requisito que ambos se impliquen y compartan la responsabilidad de manera equitativa.

La mayoría de los anticonceptivos son utilizados por las mujeres. La única forma de protección masculina es el uso del condón. En un contexto en el que es fundamental protegerse tanto de las ITS como de los embarazos, lo ideal es combinar el condón con el uso de otro método anticonceptivo, con lo cual, los jóvenes pueden participar activamente en el uso del condón (es decir: adquirirlo, tener varios, contar con él en el momento apropiado, iniciar la comunicación acerca de su uso y ejercitar la práctica de poner uno, fuera de un contexto de relaciones sexuales, con el fin de sentirse más seguro y más eficiente para manejarlo).

Las y los adolescentes de estas edades tienen múltiples inquietudes sobre sexualidad. Algunas de ellas tienen que ver con anticoncepción.

Entender que en este tema aplican también barreras relacionadas con el género implica que tanto mujeres como hombres son corresponsables.

En este tipo de actividades es necesario aclarar que todas las relaciones sexuales deben ser consentidas y voluntarias. Si alguna persona siente algo de inseguridad es mejor no tener relaciones sexuales. Asimismo, refuerce la idea de que si existe violencia o alguien en la pareja se siente forzado a hacer algo, es mejor evitar las relaciones sexuales y pedir apoyo con una persona adulta de confianza.

PARA TOMAR EN CUENTA

Actividad #22 Línea de la vida

OBJETIVOS

Desarrollar la comprensión del cuerpo como un todo integral, donde también se expresan las sensaciones y emociones de la sexualidad.

Reconocer de manera lúdica y sin tabúes los cambios físicos, psicológicos y sociales de la adolescencia, y las nuevas sensaciones que se enfatizan en la adolescencia.

Comprender y aceptar los cambios como un proceso normal del crecimiento y desarrollo del ser humano.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta metodología promueve analizar la historia de vida de cada persona para pensar el cuerpo y sus cambios.													
TIEMPO	25 minutos													
MATERIALES	Hojas de papel, esferos y lápices.													
DESARROLLO	Se explica a las y los participantes que van a recordar cómo ha cambiado su vida desde su nacimiento hasta su edad actual, y que para esto se utilizará un juego que se llama Línea de la Vida.													
	Se entrega hojas de papel o se puede hacer en un cuaderno. Se debe trazar una línea horizontal, como se indica en el siguiente ejemplo:													
	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="343 703 582 792">0-2 años</th> <th data-bbox="582 703 790 792">3 a 5 años</th> <th data-bbox="790 703 997 792">6 a 8 años</th> <th data-bbox="997 703 1212 792">9 a 12 años</th> <th data-bbox="1212 703 1442 792">12 a 14 años</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="343 792 582 882">Cambios</td> <td data-bbox="582 792 790 882"></td> <td data-bbox="790 792 997 882"></td> <td data-bbox="997 792 1212 882"></td> <td data-bbox="1212 792 1442 882"></td> </tr> </tbody> </table>	0-2 años	3 a 5 años	6 a 8 años	9 a 12 años	12 a 14 años	Cambios							
0-2 años	3 a 5 años	6 a 8 años	9 a 12 años	12 a 14 años										
Cambios														
														
CIERRE	Solicite a las y los estudiantes que escriban los cambios físicos (como el cuerpo), psicológicos y sociales (pensando en relaciones con otras personas) por los que han atravesado.													
	Explique que desde sus recuerdos pueden escribir cosas importantes, positivas o negativas, que hayan vivido cuando tenían esas edades. Pueden también dibujar si no quieren escribir.													
PARA TOMAR EN CUENTA	Se pregunta ¿Qué cambios importantes se dieron en cada etapa? ¿Qué has ganado y que has perdido? , ¿Qué te gustaría conservar y guardar? ¿Cómo te gustaría verte cuando tengas 18 años? Se les pide que añadan una columna más y que coloquen lo que les gustaría ser, hacer, tener y vivir de 15 a 18 años.													
<p data-bbox="343 1397 1442 1509">Recuerde a las y los estudiantes que durante toda la vida existirán cambios físicos, psicológicos y sociales. Lo importante es reconocerlos y tener herramientas para aceptarse y comunicarse con los demás.</p> <p data-bbox="343 1532 1442 1599">Algunos cambios son más o menos comunes y otros distintos.</p> <p data-bbox="343 1599 1442 1688">Todas las personas crecemos y vivimos a diferentes ritmos, lo importante es respetar y reconocer las diferencias.</p> <p data-bbox="657 1688 1442 1904">Explique al grupo que en estas sesiones se topan temas delicados y a veces puede surgir información personal, por lo cual es importante que todos y todas nos comprometamos con el principio de la confidencialidad en las sesiones formativas. Cada persona debe decir solamente lo que está dispuesta a expresar en público.</p>														

Actividad #23 Hablemos de menstruación

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">•Desarrollar la comprensión del cuerpo como un todo integral, donde también se expresan las sensaciones y las emociones de la sexualidad.•Informar a mujeres y hombres sobre los procesos biológicos relacionados con la menstruación.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad pretende recuperar los saberes de las y los estudiantes sobre la menstruación para, a partir de ellos, construir nuevos conocimientos.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	<p>6 papelotes, marcadores, masking y copias del texto de apoyo.</p> <p>Texto de apoyo:</p> <p style="text-align: center;">La menstruación</p> <p>La menstruación no es una enfermedad, es un proceso normal que indica que nuestro cuerpo está sano.</p> <p>Durante la menstruación se puede caminar, hacer deporte, pasear y comer todo tipo de alimentos.</p> <p>Cuando tenemos la menstruación nos podemos bañar. En este periodo es muy importante mantenerse aseadas para evitar olores desagradables e infecciones.</p> <p>El sangrado menstrual no es algo sucio. La sangre proviene de los vasos sanguíneos que cubren el endometrio o capa interna del útero, destinada a la alimentación del óvulo en caso de fecundación.</p> <p>La sangre al entrar en contacto con el aire, se descompone, generando un olor fuerte.</p> <p>Antes que llegue la menstruación y durante ella, algunas mujeres experimentan cambios físicos y emocionales, tales como hinchazón en los senos, dolor en el abdomen (cólico menstrual), aumento de flujo vaginal, depresión, mal humor, irritabilidad.</p> <p>Consejo. Cuando tengas cólicos menstruales puedes hacer lo siguiente: ponte una bolsa de agua caliente, hazte masajes en la parte baja del abdomen con aceite o crema: toma agua de anís o aromáticas calientes. Consulta con tu mamá o tu abuela para que te recomienden otros remedios caseros.</p> <p>TOMADO DE: ¿Dónde habita mi sexualidad? Pistas para adolescentes. DESENREDANDO LA SEXUALIDAD: Plan Internacional Colombia.</p> <p>¿Sabías que?</p> <p>Existen opciones más sanas y ecológicas para recoger la sangre menstrual:</p>

toallas de tela de algodón que se lavan en vez de tirarse a la basura o la copa luna que es un recipiente hecho de silicona que se puede lavar y usar durante 5 años. No se contamina el medio ambiente ni tampoco el propio cuerpo con los productos químicos que contienen las toallas higiénicas o los tampones desechables.

¿Qué ocurre en el período menstrual?

A cada lado del útero está un ovario, que contiene muchos óvulos (células sexuales femeninas). Una vez al mes se madura un óvulo y abandona el ovario. Este proceso se llama ovulación. El óvulo maduro avanza por las trompas uterinas y entre los días 12 y 17 del período puede ser fecundado por un espermatozoide (si se tienen relaciones sexuales sin protección). Al mismo tiempo, la pared interna del útero se engrosa y llena de sangre para recibir al óvulo fecundado. Si este óvulo no fue fecundado avanza hasta el útero y el tejido engrosado se desprende, lo que produce un sangrado que saldrá por la vagina, iniciando la menstruación, y se termina el período. Si el óvulo fue fecundado, se anida en este tejido engrosado y continúa el embarazo.

En su inicio los períodos menstruales pueden ser irregulares, duran entre 26 a 34 días, siendo lo más común 28 días.

La ausencia de menstruación posterior a tener relaciones sexuales puede ser un indicador importante de inicio de embarazo, durante el cual no hay menstruaciones; pero también puede suspenderse por otros motivos, en cuyo caso se recomienda hacer una consulta médica con un especialista.

Para empezar esta actividad, se indica a las y los estudiantes que en esta sesión se trabajará sobre la menstruación y los mitos que hemos escuchado de ella.

Así se divide al curso en grupos de máximo 6 personas y se indica que en cada grupo deben anotar una lista de ideas o mitos que han escuchado sobre la menstruación.

Para ello tienen 10 minutos.

Luego, cada grupo expondrá su trabajo en plenaria, identificando aquellos mitos que se repiten.

La persona que facilita la actividad, asigna un solo mito a cada grupo, procurando que no se repita.

Luego, entregará a cada grupo una copia del texto de apoyo sobre menstruación y da la siguiente indicación:

“Con la información en esta hoja, deben generar una explicación entretenida para desmotar el mito que se les asignó”.

Es decir, cada grupo deberá generar una acción educativa para desmitificar, para aclarar el mito que se les asignó y lo presentarán en plenaria.

Para terminar esta actividad, pregunte al curso:
¿Cómo se sintieron en esta actividad?

CIERRE	<p>¿Conocían esta información sobre menstruación?</p> <p>¿Es necesario que los hombres conozcan sobre menstruación?</p> <p>Es importante resaltar que la menstruación no es una enfermedad sino un proceso biológico que ocurre generalmente en la pubertad.</p> <p>La menstruación es una señal de salud física y todas las mujeres la viven de forma distinta.</p> <p>Mujeres y hombres deben conocer sobre los procesos fisiológicos de cada uno, saber que son naturales y conocer su funcionamiento otorga tranquilidad y confianza.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>Los mitos en torno a la menstruación configuran sensaciones de incomodidad en las mujeres y de rechazo en los hombres. Por ello, el entregar información de calidad sobre el tema mejora significativamente la calidad de vida de las personas.</p> <p>La menstruación es un indicador de que es posible un embarazo en las mujeres, sin embargo, en la adolescencia, la existencia de menstruación no es garantía de que una gestación se lleve a término sin complicaciones. El cuerpo de las niñas y adolescentes, aunque exista menstruación, no está preparado para la maternidad.</p> <p>Recalque que nadie puede obligar a las mujeres u hombres a tener relaciones sexuales sin consentimiento. Y, si las personas deciden tenerlas estas deben ser voluntarias y con información suficiente para protegerse. En caso de tener dudas sobre si tener o no relaciones sexuales es mejor evitar tener relaciones y conversar con la pareja o una persona de confianza.</p>

Actividad #24 Mitos sobre sexualidad

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los mitos sobre sexualidad que existen en el grupo. • Entregar información de calidad para promover la vivencia de una sexualidad plena, libre y responsable.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta es una actividad de análisis de caso, promueve el desarrollo del pensamiento crítico y la resolución de conflictos.
TIEMPO	45 minutos
	<p>Tarjetas sobre mitos.</p> <p>Tarjetas sobre mitos:</p> <p>Mito 1: Hay ciertos días seguros en los que es imposible que una mujer quede embarazada.</p>

Falso: Es posible que una mujer quede embarazada al tener relaciones sexuales vaginales en cualquier momento del ciclo menstrual. Por eso es recomendable consultar a un médico por un método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales si no se planea un embarazo. Recordemos que el método del ciclo menstrual suele tener una alta tasa de fracaso y, durante la adolescencia, los ciclos menstruales suelen ser irregulares.

Mito 2: El preservativo no es tan efectivo como dicen.

Falso: La efectividad del condón o preservativo en la prevención de una infección de transmisión sexual es casi total. El condón o preservativo es el único método que, usado correctamente, además de prevenir un embarazo no planeado, previene las infecciones de transmisión sexual.

Mito 3: Siempre debo estar dispuesta/o a tener relaciones sexuales con mi pareja.

Falso: Solamente cuando quieras. Las relaciones sexuales voluntarias, libres de violencia y de presión, permiten el libre desarrollo de cada persona y de esta manera el disfrute de la relación sexual. Una relación sexual forzada es considerada abuso sexual o violación y esto está tipificado como un delito, así suceda entre miembros de la pareja.

Mito 4: Si la mujer no tiene un orgasmo, no hay riesgo de que quede embarazada.

Falso: El placer que una mujer tiene durante una relación sexual no tiene nada que ver con la posibilidad de que quede embarazada. Por eso es recomendable consultar a un médico por un método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales si no se planea un embarazo.

Mito 5: Una mujer no puede quedar embarazada si su pareja retira el pene rápidamente de su vagina.

Falso: Este método no es seguro. Se puede calcular mal o no tener en cuenta los fluidos que se encuentran antes de la eyaculación, como el líquido preseminal, y que contienen espermatozoides. Por eso es recomendable consultar a un médico sobre un método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales para evitar embarazos no planificados.

Mito 6: La doble protección consiste en usar dos preservativos, uno encima de otro, para aumentar su eficacia.

Falso: La doble protección implica el uso del condón o preservativo en todas las relaciones sexuales en las cuales además se puede usar como complemento otros métodos anticonceptivos. En este sentido la doble protección es protegerse de dos situaciones: un embarazo no planeado y las infecciones de transmisión sexual.

Mito 7: Las adolescentes no pueden usar el método anticonceptivo DIU (Dispositivo Intrauterino).

	<p>Falso: Existe el mito de que sólo las mujeres que han tenido hijos pueden colocarse un DIU ya que en décadas pasadas su uso era recomendado sólo para ellas. Actualmente, la Organización Mundial de la Salud lo recomienda para adolescentes, incluso si no han tenido hijos.</p> <p>Mito 8: La primera vez que tengo sexo no me puedo quedar embarazada.</p> <p>Falso: Si no usas ningún método de protección, puedes quedarte embarazada en cualquier oportunidad en que tengas relaciones sexuales. Más allá de que sea tu debut sexual o la primera vez que estás con un chico.</p> <p>Mito 9: Si una mujer está menstruando no puede quedar embarazada.</p> <p>Falso: La mujer puede quedar embarazada incluso si está menstruando porque puede haber ovulaciones en cualquier día del ciclo. Por eso es recomendable consultar a un médico por un método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales si no se planea un embarazo.</p>
DESARROLLO	<p>Se indica al curso que trabajaran analizando algunos mitos relacionados con sexualidad. Para ello, se dividirá en nueve grupos, procurando paridad de género en ellos. A cada grupo se le entrega una tarjeta con el mito y la aclaración respectiva.</p> <p>El trabajo de cada grupo consiste en actuar, en realizar una representación o sociodrama del mito que les fue asignado. En esta actuación se deberá indicar las consecuencias que produce el mito.</p> <p>Por ejemplo, “la primera vez no es posible un embarazo”. La actuación debería indicar a una pareja que tiene relaciones sexuales por primera vez sin protección y el resultado es un embarazo o contagio de infecciones de transmisión sexual.</p> <p>Para esto, cada grupo tendrá 15 minutos para preparar su representación y presentarla.</p> <p>Al finalizar la presentación de cada grupo, la o el docente debe preguntar:</p> <p>¿Habían escuchado antes estos mitos? ¿Conocen otros?</p>
CIERRE	<p>Sobre la sexualidad y las relaciones sexuales existen muchos mitos, estos se constituyen en barreras para vivir la sexualidad de forma plena.</p> <p>Es necesario hablar sobre sexualidad, esta es una dimensión de todas las personas y por lo tanto hablar de ella es natural. Recibir información sobre sexualidad es un derecho que debe ser garantizado por la escuela, la familia y el Estado.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>En cada contexto y territorio existen muchos mitos asociados a la sexualidad. Es necesario que las y los docentes los identifiquen y puedan llevarlo a discusión en los grupos.</p> <p>Recuerde que el mayor número de embarazos que ocurren esta etapa son producto de violencia sexual y muchas veces esta violencia no se reconoce o identifica porque está normalizado a nivel de saberes populares y mitos.</p>

Hablar sobre sexualidad de forma clara, vinculando siempre los derechos es un factor protector frente a la violencia y los embarazos.

Hablar de sexualidad y hacer educación integral de la sexualidad no incentiva a las y los adolescentes a tener relaciones sexuales, sino que les entrega información suficiente para tomar sus propias decisiones con responsabilidad y reconocer cuando son víctimas de violencia para solicitar ayuda.

Actividad #25 ¿Cuándo podemos tener relaciones sexuales?

OBJETIVOS	<p>Abrir espacios de conversación sobre el inicio de su vida sexual.</p> <p>Trabajar el consentimiento como un eje de toda relación afectiva.</p> <p>Promover espacios de prevención de violencia en pareja.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta es una actividad de análisis de caso, promueve el desarrollo del pensamiento crítico y la resolución de conflictos.</p>
TIEMPO	<p>45 minutos</p>
MATERIALES	<p>4 papelotes, marcadores de colores, masking. Tarjetas de casos con preguntas.</p> <p>Casos: Historia 1. Ana y Mauro</p> <p>Ana tiene 12 años y Mauro 14, se vieron un día en el patio del colegio y se gustaron muchísimo. Mauro está triste porque sus padres se están divorciando Se siente solo. En este momento, Ana no se entiende mucho con sus padres, pelean con frecuencia, se siente sola. Mauro consigue el número de teléfono de Ana, la llama y se ven a escondidas. Ambos se sienten muy solos, sienten la necesidad de abrazarse. Mauro no ha tenido novia, está muy presionado por el grupo de amigos. Considera que Ana puede ser su enamorada. Mauro se declara a Ana y ella acepta. Después de muchas salidas Mauro le pide a Ana que tengan relaciones sexuales. Ana acepta la propuesta de Mauro, pues muchas de sus amigas ya han tenido relaciones sexuales y le preguntan si ella las ha tenido. Quedan en un día para verse para hacerlo en la casa de Mauro, pues por las tardes no hay nadie. Mauro tiene muchas dudas, recuerda todas las charlas sobre este tema, pero tiene curiosidad por saber cómo se hace el amor y qué se siente. Ana está en conflicto con su familia y consigo misma; tiene ideas encontradas sobre lo que cree que debe hacer y lo que cree que quiere hacer.</p>

Historia tomada de DES-ENREDANDO LA SEXUALIDAD. Guía para facilitadores y facilitadoras. Plan Colombia. Pág. 123.

Análisis de la Historia. Se contestan las siguientes preguntas:

¿Ana y Mauro están preparados para tener relaciones sexuales? ¿Si o No y por qué?

¿Desde tu punto de vista Ana y Mauro tienen la suficiente edad para tener relaciones sexuales? ¿Si o No y por qué?

¿Cómo pueden manejar Ana y Mauro la presión de grupo?

¿Ana y Mauro pueden tomar la decisión de aplazar su relación sexual? ¿Cómo pueden hacerlo?

Historia 2. Luisa y David

Luisa y David tienen 15 años, se conocen desde que eran niño y niña. Ninguna de las dos familias está de acuerdo con que a esta edad tengan enamorados.

Luisa y David creen que ya son grandes para decidir lo que quieren.

Luisa y David llevan ocho meses de enamorados.

David va a cumplir 16 años, y para celebrarlo le propone a Luisa que tengan relaciones sexuales.

Luisa le pregunta: ¿tú crees que lo debemos hacer?

David le dice "Sí...claro, si nos cuidamos".

Luisa está indecisa pero tiene curiosidad.

Ambos llevan condones que les regalaron en una charla.

Luisa no recuerda cuando fue su última menstruación.

Luisa entra en conflicto. Ahora no sabe qué hacer.

David se pone furioso.

Historia tomada de DES-ENREDANDO LA SEXUALIDAD. Guía para facilitadores y facilitadoras. Plan Colombia. Pág. 124.

Análisis de la Historia. Se contestan las siguientes preguntas:

¿David y Luisa están maduros como para tener relaciones sexuales? ¿Si o No y por qué?

¿Luisa debe hacer tener relaciones sexuales con David? ¿Si o No y por qué?

¿Si David y Luisa usan el condón, pueden tener relaciones sexuales? ¿Si o No y por qué?

¿Qué problemas tendrían si hacen el amor sin condón y no saben la fecha de la última menstruación de Luisa?

¿Consideras que se justifica la furia de David ante las dudas de Luisa?

Historia 3. Carlos y Cristina

Carlos tiene 17 años y Cristina 13.
Se conocieron en el recreo del Colegio. Son novios hace un mes.
Cristina se siente un poco rara con Carlos, pues a veces la presiona para hacer cosas que ella no quiere.
Carlos insiste a Cristina para tener relaciones sexuales.
Cristina se niega, pero Carlos amenaza con terminar con ella si no accede.

Análisis de la Historia. Se contestan las siguientes preguntas:

¿Consideran que Carlos y Cristina están listos para tener relaciones sexuales?

¿Les parece extraño algo en esta relación?

¿Consideras que se justifica la amenaza de Carlos en este caso?

¿Qué debería hacer Cristina?

Historia 4. Jéssica y Julián

Son pareja desde hace un año. Se conocieron cuando estaban en noveno y ahora están en primero de bachillerato.
Decidieron tener relaciones sexuales, Julián utiliza condón y Jéssica toma pastillas anticonceptivas.
Jéssica habla siempre con su madre y ella la acompaña a la doctora para que le entreguen las pastillas.
Julián ha conversado con su madre sobre su vida sexual, ella le recomienda que siempre use condón.
Hay ocasiones en que Jéssica no quiere tener relaciones sexuales y Julián lo respeta. También hay ocasiones en que Julián no quiere tenerlas y Jéssica lo respeta.

Análisis de la Historia. Se contestan las siguientes preguntas:

¿Están preparados Julián y Jéssica para tener relaciones sexuales?

¿Hablarían ustedes con sus padres sobre su vida sexual?¿Cómo lo harían?

¿Conocen un caso parecido?

La o el docente indica al estudiantado que realizarán análisis de casos, para esto divide al curso en 4 grupos y entrega una historia a cada grupo, con sus respectivas preguntas.

Cada grupo, deberá reflexionar sobre el caso y presentar sus respuestas en un papelote.

Luego de cada presentación, la persona que facilita la actividad pregunta a los otros grupos si hubiesen hecho o respondido algo diferente a lo que plantean sus compañeras y compañeros

Una vez se han presentado todos los grupos, la persona que facilita debe conducir la reflexión hacia el consentimiento y la identificación de situaciones violentas con las siguientes preguntas:

¿Cuál es la edad adecuada para tener relaciones sexuales?

¿Qué pasa si una persona en la pareja no quiere tener relaciones o tiene dudas?

¿Encontraron una relación de violencia?

Se debe hacer énfasis en que no existe una edad ideal para tener relaciones sexuales, algunas personas están listas antes que otras. Tener relaciones sexuales es una decisión personal y de pareja, si un integrante de la pareja no está de acuerdo o tiene dudas, es mejor no tener relaciones sexuales.

Si la joven o el joven se sienten incómodos o forzados, es probable que estén atravesando una relación de violencia. Recuerde que siempre pueden hablar con una persona adulta de confianza para recibir orientación.

Recuerde, que las personas para ser felices no necesitan estar en pareja, y que las relaciones saludables se construyen con base en el respeto mutuo y la confianza. Si esto, probablemente sea mejor terminar la relación.

En el primer caso, Mauro y Ana tienen dudas sobre si tener relaciones sexuales. En este caso, es mejor que aplacen esta decisión y puedan conversarlo con más calma. También pueden informarse sobre los métodos de prevención con una persona adulta de confianza o en el DECE.

Aunque en un inicio hayan aceptado tener relaciones, esto no quiere decir que en algún momento no puedan cambiar de idea. Tanto mujeres como hombres tienen el derecho de cambiar de idea y no tener relaciones sexuales si no se sienten a gusto con ello.

En el caso de Luisa y David, no se justifica la furia y violencia del joven. Esto es un indicador de una relación desigual. Considere que en una relación de pareja debe haber respeto y confianza en las decisiones del otro. En este caso, es mejor no tener relaciones sexuales y hablar de la reacción de David. También puede buscar apoyo en el DECE o con una persona adulta de confianza. Recuerde que nadie puede obligarla a hacer algo que no quiere y, la reacción de David, es una forma de violencia.

Para el caso tres, vemos que es un caso de violencia sexual. Toda relación sexual con una persona menor de 14 años es violación según las leyes ecuatorianas. En este caso, vemos que un adolescente mayor busca tener relaciones con una mujer mucho menor y además está utilizando el chantaje como mecanismo. Esta es una relación de violencia. En estos casos se recomienda hablar con el DECE o una persona adulta de confianza para que pueda brindar la orientación del caso. Este tipo de relaciones no son normales y es necesario buscar ayuda.

El caso cuatro es más frecuente de lo que parece. Muchos adolescentes hablan de sexualidad con sus parejas de forma abierta y pueden tomar decisiones consensuadas. Respetando el ritmo de cada integrante de la relación. La

confianza en las personas adultas para hablar de sexualidad es importante, pueden guiar para identificar situaciones de violencia y orientar para el uso adecuado de métodos anticonceptivos.

Lo importante en una relación sexual es que sea una decisión voluntaria, con información suficiente sobre métodos de prevención y confianza en el otro

Actividad #26 Consentimiento consciente

<p>OBJETIVOS</p>	<p>Comprender lo que implica el consentimiento consciente en las relaciones sexuales y la importancia de que las y los adolescentes desarrollen esa capacidad en el marco de su derecho a tomar decisiones libres, informadas y progresivas en cualquier situación de tipo sexual</p>	
<p>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>Esta es una actividad de análisis de caso, promueve el desarrollo del pensamiento crítico y la resolución de conflictos.</p>	
<p>TIEMPO</p>	<p>45 minutos</p>	
<p>MATERIALES</p>	<p>Papelotes tarjetas con ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE Estudios de caso. Hoja de respuestas a cada caso para quien facilita.</p>	
	<p>TARJETAS FOTOCOPIABLES ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE</p>	
	<p>Estar convencida-o de que tienes el derecho a decidir por ti misma/o si deseas o no una relación sexual.</p>	<p>Tener la madurez para comprender lo que implica una relación sexual.</p>
	<p>Tener poder y control sobre tu propia vida.</p>	<p>Conocer los riesgos y cómo protegerte tú y tu pareja de un embarazo no planificado o de una infección de VIH -SIDA.</p>
	<p>Estar en una situación o relación en la que tu decisión será respetada.</p>	<p>Tener la mente clara, no afectada por el alcohol o las drogas.</p>
<p>Conocer el estado de la salud sexual de la pareja.</p>	<p>Poder identificar la presión: manipulación, amenaza, seducción, chantaje para tener relaciones sexuales.</p>	

ANEXO FOTOCOPIABLE Y RECORTABLE ESTUDIOS DE CASO

Carlos y Coty tienen veinte años. Ellos han estado saliendo durante un año y han hablado con franqueza acerca de sus relaciones pasadas. A ellos les gustaría tener relaciones sexuales. Han hablado sobre ello y se han puesto de acuerdo para ir a un centro de salud para obtener información y entonces decidir juntos cómo proceder de forma segura y evitar consecuencias no deseadas. ¿Puede Carlos y Coty dar su consentimiento consciente?

Evita tiene 14 años y está en el colegio. Eduardo tiene 20 años y trabaja con el padre de Evita. Ella lo conoció cuando visitó su casa. Han empezado a reunirse fuera de la casa de ella. Algunas veces, Eduardo da a Evita regalos y plata si ella lo necesita. Él ha empezado a decir a Evita cuánto la ama, que quiere casarse con ella y le insinúa el deseo de tener relaciones sexuales con ella. ¿Puede Evita dar su consentimiento consciente?

Gloria tiene 17 años, está en una fiesta en casa de una amiga y está bebiendo demasiado. Su enamorado de la misma edad, la llevará una habitación y empieza a quitarle la ropa. Ella pierde y recupera el conocimiento una y otra vez. ¿Puede Gloria dar su consentimiento consciente?

Esteban tiene 22 años y sabe que está infectado con el VIH pero no se lo ha dicho a nadie. Él ha estado saliendo con Bachi que tiene 17. Recientemente, él le ha estado insinuando su deseo de tener relaciones sexuales. Esteban piensa usar un condón en lugar de decirle su condición de VIH. ¿Puede Bachi dar su consentimiento consciente?

Sergio tiene 20 años y tiene costumbre de tener relaciones sexuales en los prostíbulos. Él le insiste a su primo Luis que tiene 14 años, que debe acompañarlo para que “gane experiencia” “que ya es hora”. Luis tiene mucha preocupación de la insistencia de su primo y de lo que él le puede hacer si no accede. ¿Puede Luis dar su consentimiento consciente?

Honorio tiene 16 años, él ayuda a su madre en la tienda todas las tardes y noches. Marta, es una joven de 25 años que ha empezado a coquetearle frontalmente, va a la tienda muy seguido y aprovecha cuando él está solo. Ella le ha ofrecido dinero para que se compre ropa y lo ha invitado a pasear solos los dos un fin de semana. Él se siente muy confundido y presionado. ¿Puede Honorio dar su consentimiento consciente?

ANEXO PARA EL FACILITADOR-A RESPUESTAS A LOS ESTUDIOS DE CASO

Caso 1. Carlos y Coty. Respuesta: SI

Ambos han decidido por sí mismos y están de acuerdo; están tomando la decisión con sus mentes despejadas, no hay motivo material o financiero que influya en ellos; son capaces de comunicar su decisión, de saber lo que ello implica y saber que ellos necesitan tener protección; han hablado honestamente sobre su comportamiento pasado; tienen edad y madurez para otorgar su consentimiento y tener relaciones sexuales consensuadas y en igualdad.

Caso 2. Evita y Eduardo. Respuesta: NO.

El consentimiento sexual de una persona de 14 años de edad NO es consciente, debido a que su madurez y sexualidad todavía está en desarrollo. Las preocupaciones sobre la madurez y los derechos de los niños y niñas establecen leyes en nuestro país que prohíben el matrimonio infantil y definir que en este caso, es un abuso sexual.

Caso 3. Gloria. Respuesta NO.

Gloria está borracha y casi inconsciente. Es incapaz de decidir por sí misma y su pareja no se está comunicando con ella ni la respeta. Es un caso de violencia sexual.

Caso 4. Eduardo y Bachi. Respuesta NO.

Bachi no tiene información exacta sobre el estado de salud de su pareja. La diferencia de edad, conocimiento y experiencias previas hace que Eduardo ejerza poder hacia la adolescente, esto limita la libertad de ella de poder decidir. Es un caso de abuso sexual.

Caso 5. Sergio y Luis. RESPUESTA NO.

El consentimiento sexual de una persona de 14 años de edad NO es consciente, debido a que su madurez y su sexualidad todavía está en desarrollo. El no tiene capacidad de enfrentar la manipulación y amenazas de su pariente, éste ejerce poder sobre el niño adolescente por su edad, sus experiencias dañinas y su actitud violenta.

Caso 6. Honorio y Marta. RESPUESTA NO.

El consentimiento sexual de un adolescente de 16 años frente a una mujer de 25 años NO es consciente. La confusión que experimenta Honorio se debe a que sus conocimientos y experiencia sobre su sexualidad es limitada, además que se siente presionado por el estatus económico de ella. La frustración y temor que tiene Honorio también es causada por la creencia de que sus amigos lo van a criticar si no acepta; esta presión social la viven muchos adolescentes y les impide decidir libremente y ser víctimas de abuso sexual, como en este caso.

Presente la actividad con la siguiente explicación y preguntas:

Tenemos responsabilidades; por ejemplo, en casa, en la escuela, en la familia. Algunas veces, se nos pide o indica hacer algo que no es parte de nuestras responsabilidades, pero lo hacemos. Para presentar este concepto con mayor detalle, amplíe la presentación como sigue: Qué significa dar consentimiento de algo? Si hay dificultad explore con: para estar de acuerdo, para indicar o expresar la voluntad de hacer algo, decir que yo si quiero.

Explique: Nosotros damos nuestro consentimiento por diferentes razones: Algunas veces damos nuestro consentimiento para hacer algo porque queremos hacerlo. Pida que den ejemplos: jugar, ir a una fiesta, estudiar, participar.

Continúe: Podemos dar nuestro consentimiento para algo que no queremos hacer realmente, pero aceptamos porque es importante para nosotros. Pida ejemplos: despertarnos de mañanita para las labores de la casa o del campo, ayudar a los padres, ayudar a los hermanos, etc.

Invíteles a conversar y revisar lo que significa dar consentimiento consciente en una situación que tenga que ver con las relaciones sexuales.

Lluvia de ideas: Pregunte (y escriba las respuestas en un papelote, dividido en dos partes) ¿Qué significa "consentimiento consciente"? ¿Qué necesitamos para dar un "consentimiento consciente?"

Forme grupos / tríos (de acuerdo al número de participantes) y entregue los siguientes elementos del Consentimiento consciente en TARJETAS.

Pídales que lean y conversen de la importancia de ese elemento para poder dar un consentimiento consciente en las relaciones sexuales.

Luego de que hayan conversado en grupos/tríos, pregúnteles sus opiniones sobre cada aspecto y asegúrese que lo comprenden.

Pegue en un papelote cada uno de los elementos/requisitos en un lugar visible para todos y todas.

Invíteles a los mismos grupos a analizar un caso, y que respondan la siguiente pregunta:

¿La persona puede o no dar un consentimiento consciente?

¿Qué requisitos/elementos del consentimiento consciente se cumplen y cuáles no?

CIERRE

Realice un diálogo para el cierre. Explique: Sabemos que existen circunstancias en las que una persona no tiene el control para decir no, especialmente en casos de niñas, niños y adolescentes, cuando son presionados por el poder de autoridad, status, edad, o nivel económico de una persona mayor o adulta. Esto es una violación a los derechos humanos.

Indíqueles claramente que la comprensión interior de que tenemos el derecho de dar o no dar consentimiento para tener relaciones sexuales, puede hacer la diferencia. Indíqueles que el conocimiento significa poder. Y que es también una capacidad que las personas adultas confiables deben desarrollar en las niñas, niños y adolescentes.

Preguntas de cierre:

- ¿De qué manera las personas adultas estamos ayudando a niñas, niños y adolescentes a que desarrollen su capacidad de tomar decisiones sobre su sexualidad?
- ¿Cómo influyen los patrones culturales en la toma de decisiones y en la sexualidad de niñas, niños y adolescentes?
- ¿Qué podemos hacer frente a esta situación?

PARA TOMAR EN CUENTA

Las niñas, niños y adolescentes tienen derechos y estos deben ser protegidos y garantizados por la escuela, la familia, la sociedad y el Estado.

La mayor parte de embarazos que se producen en estas edades son el resultado de violencia sexual. Frente a esto, nuestro papel como docentes y adultos responsables es generar estrategias de prevención que incluyan la entrega de información para identificar situaciones o hechos de violencia, escuchar sin juzgar a las y los estudiantes y denunciar cuando tenemos conocimiento de estos casos. Para ello, puede apoyarse en las rutas y protocolos del Ministerio de Educación, así como en el Departamento de Consejería Estudiantil.

Actividad #27 ¿Prevención? ¡De eso sí hablamos en mi institución!

OBJETIVOS

- Desarrollar la comprensión sobre la importancia de conocer y desarrollar de habilidades para lograr el acceso y uso correcto de los métodos anticonceptivos y métodos de protección.
- Desarrollar capacidades de auto cuidado y mutuo cuidado como parte de una vivencia sana de la sexualidad.
- Clarificar mitos y creencias erradas sobre la protección y la anticoncepción.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Esta es una actividad grupal de recuperación de saberes, que permite identificar los mitos sobre anticoncepción presentes en el grupo y a la vez entregar información de calidad.

TIEMPO

45 minutos

Hoja de trabajo grupal y guía para la facilitación.

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Dispositivo intrauterino DIU de cobre			
Dispositivo intrauterino DIU liberador hormonal			
Condón de hombre			
Condón de mujer			
Anticonceptivos orales (píldoras)			
Anticonceptivos inyectables			
Espermicidas			
Implantes subdérmicos			
Anticoncepción oral de emergencia.			
Ligadura de trompas			
Vasectomía			

MATERIALES

Dispositivo intrauterino DIU de cobre

Es un dispositivo de plástico flexible con brazos horizontales y alambre de cobre; se los inserta por vía vaginal. Funciona evitando que el óvulo y los espermatozoides se encuentren. La mayoría de las mujeres pueden usar el DIU, incluidas las mujeres que nunca han estado embarazadas.

La usuaria puede colocarse el DIU idealmente durante los días de sangrado menstrual como signo de certeza de ausencia de embarazo.

Es un método muy efectivo, con muy poca información que recordar, si lo desea la mujer puede quedar embarazada muy pronto después de la extracción del DIU. Es efectivo hasta por 10 años según el tipo de dispositivo que se use, no interfiere con las relaciones sexuales, no hay posibilidad de un proceso de oxidación del DIU dentro del cuerpo, aun después de muchos años, no produce infertilidad en la mujer.

Puede haber cambios en el sangrado.

El DIU es un método que NO protege de la Infección de Transmisión Sexual, incluido el VIH.

Dispositivo intrauterino DIU liberador hormonal

Es un dispositivo de plástico en forma de T que libera constantemente pequeñas cantidades de una hormona llamada levonorgestrel cada día. Se lo coloca en el útero de la mujer por vía vaginal, evita el encuentro entre el óvulo y el espermatozoide, espesando el moco cervical lo que dificulta el paso de los espermatozoides.

Puede colocarse dentro de los 7 días posteriores al inicio de la menstruación o en cualquier momento si existe certeza de que no hay embarazo.

Alta eficacia.
Cinco años de duración. En algunos modelos se llega incluso a diez años.
Fácil implantación y adaptación.
Puede extraerse en cualquier momento.
Es estéril, no provoca infecciones.
No es abortivo.
Es reversible, restableciéndose el ciclo normal y con posibilidad de embarazo de forma inmediata al ser retirado.
No está contraindicado con la toma de medicamentos como barbitúricos o antibióticos.

El DIU de cobre puede llevarse en periodo de lactancia, se puede insertar a las cuatro semanas del parto y después de un aborto. Puede utilizarse en el climaterio y durante un año después de la última menstruación. No es necesario periodo de descanso.

El DIU hormonal es un método que NO protege de la Infección de Transmisión Sexual, incluido el VIH.

Guía para la persona que facilita:

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
<p>Condón de hombre</p>	<p>Los condones pueden ser de látex, poliuretano, Aunke también es cierto que el mejor condón es el de látex porque brinda la mejor protección, tanto para el embarazo precoz y no planificado, como para la protección contra las enfermedades de transmisión sexual.</p> <p>El condón, no es el único anticonceptivo para hombres, pero sí el más usado.</p> <p>La eficacia del condón es de un 80 a 90% y su efectividad es mucho mayor cuando se utiliza con espermicidas ya que puede llegar al 97%. Si se emplea un lubricante éste debe ser soluble en agua, porque el lubricante soluble en aceite hace que pierda efectividad el condón.</p> <p>Los fallos en la efectividad del condón en general se deben al uso inapropiado del mismo, como rotura o deslizamiento completo durante la relación sexual.</p>	<p>Ofrece una protección óptima contra las enfermedades de transmisión sexual.</p> <p>El uso del condón es muy sencillo e inmediato.</p> <p>No tiene efectos negativos para la salud.</p> <p>Está recomendado para aquellos hombres que mantienen relaciones sexuales esporádicas con diferentes parejas.</p> <p>Se utiliza un solo condón en el pene. El uso de doble condón puede ocasionar rotura del latex.</p>	<p>Cuando es mal colocado se puede romper. En ese caso no debes asustarte, acude a tu médico para que sea él quien valore si te debes usar la pastilla del día después, hay que acudir antes de 72 horas.</p>
<p>Condón de mujer</p>	<p>El condón femenino también llamado preservativo femenino, condón de mujer o preservativo mujer.</p> <p>El condón femenino es una funda holgada y suave que tiene forma cilíndrica. Su composición suele ser de poliuretano o látex, siendo muy resistente, casi más que el condón masculino.</p> <p>Tiene dos anillos flexibles en cada uno en los orificios del condón femenino.</p> <p>La efectividad del condón femenino es similar a otros métodos anticonceptivos de barrera, tales como el diafragma y el condón masculino, es decir tiene una eficacia del 90%. Si es usado sin los cuidados que requiere, su efectividad es de solo 79%.</p>	<p>La mujer es quien decide si se pone o no el condón.</p> <p>Cubre gran parte de los órganos genitales femeninos externos y constituye una barrera más amplia que los condones masculinos contra las enfermedades de transmisión sexual, como el VIH, el Virus del Papiloma Humano o la hepatitis B.</p> <p>Ofrece mayor protección frente a verrugas genitales o herpes porque con el condón quedan cubiertas la vagina, la vulva y el cuello del útero.</p> <p>No aprieta el pene, como lo hacen los preservativos masculinos y a diferencia del látex, el material de poliuretano del condón femenino permite la transferencia de calor corporal, lo cual puede mejorar la sensibilidad para ambos miembros de la pareja.</p> <p>Se puede usar con cualquier tipo de lubricante.</p> <p>Supone una alternativa para aquellas personas que tienen alergia al látex.</p> <p>No requiere de receta médica.</p> <p>Puede colocarse 4 horas antes de mantener la relación sexual, de esta manera no se interrumpe el juego sexual preliminar para colocártelo.</p> <p>No afecta en ningún caso a la fertilidad de la mujer.</p> <p>Cuando el condón está intacto es impenetrable para los espermatozoides, etc.</p>	<p>Es más costoso que el condón masculino.</p>



MÉTODO

EN QUÉ CONSISTE

Consiste en la toma de una tableta diaria que contienen hormonas. La usuaria puede iniciar la toma del anticonceptivo oral dentro de los 5 días de haber iniciado la menstruación, idealmente el primer día. Evita la ovulación y espesa el moco cervical, lo pueden usar todas las mujeres en edad reproductiva. Se toma una tableta diaria, 21 o 28 días dependiendo de la presentación, de preferencia tomarla todos los días. No hay descanso entre un paquete de pastillas y otras.

Anticonceptivos orales (píldoras)

VENTAJAS

Es muy eficaz en comparación con otros métodos anticonceptivos, ya que si se toma de manera correcta brinda una alta protección para no embarazarse.

- Los ciclos de la menstruación serán regulares, menos abundantes y en consecuencia menos dolorosos.

Reduce los dolores pre-menstruales, como pueden ser inflamación de la tripa o abdomen y dolor en las mamas.

Previene la anemia por deficiencia de hierro.

Puede reducir el riesgo de cáncer del útero y de ovario, el riesgo de quistes en los ovarios, miomas, endometriosis, enfermedad pélvica inflamatoria, etc.

Tiene efectos positivos en la piel (menos acné).

Puede ser usada por mujeres con hijos o sin hijos.

No interfiere en las relaciones sexuales.

Permite el retorno de la fertilidad, tan pronto como interrumpimos su uso.

DESVENTAJAS

- Requiere un control médico periódico.
 - Puede ocasionar dolores de cabeza, cambios de temperamento, un menor deseo sexual y depresión.
 - Se puede sentir una sensibilidad anormal en el pecho.
 - No se recomienda a mujeres que están amamantando a sus bebés porque puede afectar a la cantidad y calidad de la leche.
 - Puede producir cambios de peso.
 - Puede producir sangrado en goteo o sangrado entre períodos menstruales, especialmente si se olvida tomar las pastillas o si se demora en tomarlas (muy común en los primeros tres meses).
 - Hay que acordarse de tomar la pastilla anticonceptiva a la misma hora todos los días así se corre menos riesgo de olvidarse de la ingesta de esta.
 - No protege frente a enfermedades de transmisión sexual, por eso no es conveniente usarla si no tienes una pareja estable.
- Es importante saber que si olvidas tomar un comprimido y te das cuenta después de las 12 horas siguientes a la hora habitual de la ingesta de la pastilla anticonceptiva, existe riesgo de embarazo. En este caso debes tomar inmediatamente el comprimido olvidado, aunque esto implique tomar dos comprimidos el mismo día, sigue el tratamiento hasta que acabes el envase y utiliza simultáneamente otro método anticonceptivo como el condón durante los 7 días siguientes.
- Es importante saber también que existen medicamentos que restan efectividad a la pastilla anticonceptiva, esto quiere decir que se puede producir entonces un embarazo, por lo tanto, debes informar al doctor o a tu proveedor de medicamentos si estas tomando a o has tomado recientemente cualquier medicamento. Entre estos medicamentos que restan efectividad a la pastilla anticonceptiva se encuentran, algunos antibióticos, algunos antiepilepticos, sustancias para levantar el ánimo, etc.
- No protegen de las infecciones de transmisión sexual.

Las inyecciones anticonceptivas son un anticonceptivo en forma de inyección intramuscular que contiene hormonas. Su aplicación es entre el primer y el quinto día de la menstruación. Siempre es el ginecólogo el que inyecta el anticonceptivo. Las inyecciones anticonceptivas se pueden administrar mensualmente, bimestralmente o trimestralmente.

Los hormonales inyectables tienen tres mecanismos de acción; evitar la ovulación, generar cambios en el endometrio y dificultar el paso de los espermatozoides.

Cuando las inyecciones anticonceptivas se inyectan de manera mensual contiene las dos hormonas, es decir, estrógeno y progesterina, es conocida como inyección combinada.

Cuando las inyecciones anticonceptivas se inyecta de manera bimestral o trimestral ésta sólo contiene la hormona de progesterina.

Algunas de las ventajas del uso de las inyecciones anticonceptivas pueden ser:

- Reduce el riesgo de la formación de quistes en los ovarios.
- Puede darle protección frente a la enfermedad pélvica inflamatoria.
- Protegen del embarazo en tan solo 24 horas.
- Disminuye el sangrado de la menstruación.
- Es un anticonceptivo que no requiere de una rutina diaria.
- Puede reducir los cólicos menstruales.
- Te permite espontaneidad en las relaciones sexuales, porque no interfiere en la misma.

Algunas de las desventajas del uso de las inyecciones anticonceptivas pueden ser:

- Pueden incrementar, hacer que disminuya o incluso que desaparezca la menstruación.
 - Puede aumentar el peso.
 - No protege frente a las enfermedades de transmisión sexual.
 - No se puede retrasar más de tres días la próxima inyección.
 - Una vez interrumpida su aplicación se deben esperar unos meses para quedarte embarazada. La fertilidad de la mujer no es inmediata.
 - Los hormonales inyectables no pueden ser utilizados por mujeres que están embarazadas o que sospechan estarlo.
 - No es un anticonceptivo recomendado para aquellas mujeres que tienen enfermedades de la sangre y varices, etc.
 - Pueden producir dolor de cabeza, vómitos, pérdida de sangrado menstrual, depresión leve, etc.
- No todas las mujeres pueden utilizar las inyecciones anticonceptivas, como es el caso de: Mujeres con enfermedades del hígado, enfermedades vasculares, etc. Mujeres que padecen diabetes, migrañas, depresión, etc. Aquellas mujeres que tengan 35 años o más.

MÉTODO

EN QUÉ CONSISTE

Los espermicidas son métodos anticonceptivos que contienen productos químicos que impiden el movimiento de los espermatozoides. Los espermicidas se encuentran disponibles en distintas formas, como cremas, películas, espumas, geles y supositorios.

Se pueden usar solos o se pueden usar con otro método anticonceptivo para aumentar su eficacia. Se usan siempre con el diafragma y con el capuchón cervical.

Espermicidas

VENTAJAS

Es un método que se puede adquirir sin prescripción médica.

-No necesita de control médico periódico.

-No requieren colaboración de la pareja.

-Es seguro si se utiliza adecuadamente, sobre todo asociado al diafragma, como complemento de los dispositivos y del condón, en la etapa fértil del ciclo y durante la lactancia.

-Tiene un valor casi nulo cuando se utiliza como método de anticoncepción de emergencia.

-Una ventaja es su efecto en la prevención de ETS como sífilis, gonorrea e infecciones por clamidia y de otras menos peligrosas como tricomoniasis, hongos y herpes; sin embargo, existen dudas sobre la prevención en la transmisión del virus del VIH, por el efecto de irritación de la mucosa que tiene el nonoxynol-9 que puede favorecer la penetración del virus.

-También se ha estudiado qué efecto puede tener una fecundación por un espermatozoide afectado por el espermaticida, pero los resultados no han revelado ningún problema.

DESVENTAJAS

-Puede ser poco efectivo si no se usa correctamente y, además, requiere una alta motivación porque interfiere con el coito.

-Pueden interrumpir el acto sexual.

-Esto sucede con casi todos los métodos de barrera, con todas las implicaciones sexuales y psicológicas que puede producir el tener que detener el acto sexual para producir cualquiera de las barreras o tener que esperar a que se disuelva en vagina antes de la eyaculación.

-Las únicas complicaciones locales son las reacciones alérgicas al espermaticida o al vehículo en que está contenido y la irritación local por la acción química del producto, sobre las paredes vaginales y el pene.

-Estas son complicaciones menores que ceden sin tratamiento específico al discontinuar su uso o al cambiar la marca del producto.

MÉTODO

EN QUÉ CONSISTE

Es un dispositivo compuesto por una o dos varillas, del tamaño de un fósforo, que se insertan debajo de la piel del brazo de la mujer y liberan un progestágeno que actúa como anticonceptivo.

Se coloca para un largo periodo de tiempo, esto disminuye el riesgo de olvido. Tiene una acción prolongada (de 3 a 5 años dependiendo del producto). Su efectividad similar a la de los Anticoncepción oral de emergencia, se encuentra en torno al 99%.

El mecanismo primario de acción es la inhibición de la ovulación. Modifican el moco del cuello del útero que lo hace más espeso y el paso de los espermatozoides es más difícil, cuando se dejan de toma la fertilidad regresa rápidamente.

Implante subdérmicos

VENTAJAS

- Requiere de una visita inicial con el médico y otra a los 3 años para retirarlo e insertar uno nuevo.
- Se puede retirar el cualquier momento que lo desee, porque lo tolere mal o porque desea un embarazo.
- No debe recordarse todos los días, ni todos los meses, ya que tiene una efectividad de 99% en un plazo tres años.
- No tiene los riesgos del olvido, muy común en los casos de anticonceptivos orales.
- Aunque su costo inicial es elevado, el hecho que dure 3 años, hace que la relación costo-beneficio sea adecuada.
- La inserción y extracción son procesos rápidos y sencillos. La inserción es fácil y puede ser realizada en menos de 5-8 minutos en la consulta del ginecólogo y, a las 8-10 horas siguientes, ya es capaz de prevenir un embarazo.
- El implante consta de una sola varilla, a diferencia del otro método que se usaba antes, que debían insertarse 6 de ellas. Esto hacía más lento el proceso de inserción y más difícil su localización y extracción.
- El implante no se nota en el brazo, aunque usted lo puede palpar. Al poco tiempo luego de la inserción, se forma un tejido inflamatorio a su alrededor que lo mantendrá en su lugar.
- Mantiene una liberación estable y pareja de la hormona; con esto se evitan los grandes desníveles que se obtienen con la píldora y los métodos inyectables.
- Está diseñado para entregar cantidades decrecientes de hormonas, de esta forma al segundo año recibe una menor cantidad de hormonas que el primer año, y en el tercer año, esta cantidad disminuye aún más, manteniendo al mismo tiempo la misma seguridad anticonceptiva.
- Tiene la ventaja que un porcentaje importante de mujeres tienen reglas escasas o las mismas desaparecen completamente.

DESVENTAJAS

- Tiene un alto costo inicial, pero el hecho que dure 3 años, hace que la relación costo-beneficio sea adecuada.
- Siempre son necesarias la colocación y la extracción por un ginecólogo experto o una enfermera especializada.
- El sangrado vaginal puede volverse más frecuente o prolongado, con alteración del patrón menstrual.
- En otras mujeres, el sangrado puede volverse con manchas o estar completamente ausente (amenorrea). Se debe incluir un examen para descartar la posibilidad de un embarazo o una patología ginecológica.
- Las complicaciones locales en el sitio de la inserción son: moretones, irritación, dolor o prurito local leve.
- Se han descrito como posibles efectos secundarios: acné, cefaleas, tensión mamaria, aumento de peso, quistes ováricos, caída de cabello, cambios de humor, cambios en la libido, cloasma, especialmente en mujeres con antecedentes de cloasma gravídico.
- No altera la coagulación de la sangre, pero si puede elevar ligeramente la tensión arterial. Si el aumento es significativo y no responde al tratamiento antihipertensivo, se deberá considerar interrumpir el uso del implante.
- La mujer con diabetes deberá ser observada cuidadosamente durante el uso de anticonceptivos con progestágeno, como ocurre con los implantes.
- Si algunos de estos implantes no se ven y es difícil ubicarlos, el ecosonograma y la resonancia magnética pueden ser útiles en la ubicación.
- Los implantes no protege contra el VIH-SIDA, ni las infecciones de transmisión sexual

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
<p>Anticoncepción oral de emergencia.</p>	<p>Es un método que contiene levonorgestrel que es el único fármaco aprobado como anticonceptivo de emergencia. La píldora de emergencia inhibe la penetración de los espermatozoides en el útero de la mujer, también inhibe la ovulación si esta todavía no se ha dado.</p> <p>No es un método de anticoncepción regular, ya que su eficacia para prevenir el embarazo disminuye si se utiliza en ciclos sucesivos.</p>	<p>Es el único método que previene el embarazo después de haber tenido la relación sexual.</p> <p>No afecta la fertilidad</p>	<p>No protege de ITS. Puede producir alteraciones del ciclo menstrual (adelanto o retraso de la menstruación). Puede condicionar la presencia de sangrados irregulares (manchados). Menor efectividad que otros métodos hormonales.</p>
<p>Ligadura de trompas</p>	<p>Es la anticoncepción permanente para mujeres que no desean tener más hijos e hijas. Es un procedimiento quirúrgico donde se realiza un pequeño corte en el abdomen para cortar o bloquear las trompas de Falopio, por lo tanto los óvulos liberados no pueden moverse por las trompas, lo que impide de manera definitiva el encuentro del óvulo con el espermatozoide</p>	<p>Es el único método que previene el embarazo después de haber tenido la relación sexual.</p> <p>No afecta la fertilidad</p>	<p>No protege de ITS. Puede producir alteraciones del ciclo menstrual (adelanto o retraso de la menstruación). Puede condicionar la presencia de sangrados irregulares (manchados). Menor efectividad que otros métodos hormonales.</p>
<p>Vasectomía</p>	<p>Es pequeño corte en el escroto, que es la bolsa que contiene a los testículos. Se ubican ambos conductos que transportan el esperma el pene (conductos deferentes) y los secciona o bloquea mediante ligadura o cauterización, no permite el paso de los espermatozoides, el hombre eyacula pero no puede embarazar.</p>	<p>No se extirpan los testículos, no disminuye el deseo sexual, no afecta la potencia sexual.</p>	<p>La vasectomía tiene toda la eficacia solo 3 meses después, por lo cual en ese periodo el hombre debe usar preservativo.</p>

DESARROLLO

Divida al curso en cuatro grupos.

Entregue a cada grupo la hoja para estudiantes y solicite que completen los cuadros con la información que conocen.

El grupo uno trabajará sobre los métodos de barrera (condón masculino, condón femenino y espermicida),

El grupo dos trabajará con métodos quirúrgicos (Vasectomía y ligadura).

El grupo tres trabajará con dispositivos intrauterinos (T de cobre y DIU hormonal) y;

El grupo cuatro trabajará con pastillas e inyecciones.

Luego, solicite que presenten la información y realice las aclaraciones pertinentes utilizando la información disponible en la guía para la facilitación.

Luego de esto pregunte:

¿Conocían todos estos métodos anticonceptivos?

¿Sabemos que es la prevención?

¿Conocen el doble método o doble protección?

¿Conocen sobre anticoncepción de emergencia?

CIERRE

Para cerrar esto, indique que es un derecho de todas las personas acceder a métodos anticonceptivos. Pueden encontrar algunos de forma gratuita en los centros de salud y hospitales públicos, y otros a bajo costo en fundaciones y farmacias.

En ocasiones, cuando existen relaciones sexuales de riesgo, se recomienda realizar anticoncepción oral de emergencia. Esto es tomar una pastilla anticonceptiva de emergencia y se puede hacer hasta 72 horas luego de tener una relación sexual de riesgo. Resalte que este es un método de emergencia y no algo que debe ser una práctica continua.

Recuerde que todas las personas pueden acercarse a los centros de salud a pedir información sobre anticoncepción, y también es una buena idea hablarlo en familia o con personas adultas de confianza para que les puedan orientar en el tema.

PARA TOMAR EN CUENTA

Protección:

La protección en el ámbito de la salud sexual y salud reproductiva se refiere al hecho de tomar los cuidados posibles para que, cuando la persona haya decidido iniciar su vida sexual en pareja sea de forma plena y placentera, pero evitando exponerse a riesgos.

¿Cuáles son los posibles riesgos?

El riesgo es la probabilidad de que ocurra un evento no deseado o considerado negativo para las personas. En este caso la protección minimiza el riesgo de contraer una Infección de Transmisión Sexual (ITS), el VIH o un embarazo precoz y no planificado.

¿Cómo me protejo?

Los métodos de protección son dispositivos que se convierten en una barrera física para evitar la transmisión de fluidos como el semen o líquidos vaginales o microorganismos causantes de enfermedades. Los principales son el condón masculino y el condón femenino.

¿Qué es la doble protección?

Consiste en usar un método anticonceptivo que evite al mismo tiempo embarazos e infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH. También consiste en usar un método principal y uno secundario, por ejemplo utilizar píldoras anticonceptivas para prevenir un embarazo y preservativo para evitar la transmisión de una ITS o el VIH.

Me informo y actúo

Las y los estudiantes de este nivel atraviesan una nueva etapa educativa en la que coincide generalmente con la pubertad y nuevos requerimientos educativos que tienen que ver con la distribución de asignaturas y docentes diferenciados.

La participación en la vida escolar también se incrementa y debe ser respaldada no solo para este tema sino en general en las actividades que se desarrollen en la institución educativa. Asimismo, las actividades que se generen deben estar en línea con aquello que se desarrolle en otros programas, principalmente con Educando en Familia.

Para este nivel, se proponen generar información sobre anticoncepción con base en la siguiente actividad.

Actividad #28 ¿Derechos?, ide eso si hablamos!

OBJETIVOS

- Difundir los derechos sexuales y derechos reproductivos para su ejercicio en la institución educativa.
- Identificar las formas en que estos derechos se cumplen o no en la institución educativa.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad promueve el análisis crítico de los derechos sexuales y derechos reproductivos, así como visibiliza estrategias de difusión y conversación sobre este tema en la comunidad educativa.

Texto de apoyo: Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos.

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS DE LA CONSTITUCION DEL ECUADOR 2008

Derechos sexuales:

1. Derecho a una educación en sexualidad, desde el enfoque de derechos, en entidades educativas.
2. Derecho a tomar decisiones libres, informadas, voluntarias y responsables sobre su sexualidad.
3. Derecho al acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud sexual.
4. Derecho a la integridad sexual.
5. Derecho a guardar reserva sobre su salud y vida sexual.
6. Derecho a no ser discriminada o discriminado por su orientación sexual.
7. Derecho a atención prioritaria a víctimas de violencia sexual.
8. Derecho de niños, niñas y adolescentes a la protección y atención contra todo tipo explotación sexual.

Derechos reproductivos:

1. Derecho al acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud reproductiva.
2. Derecho a tomar decisiones libres, responsables e informadas sobre su salud y vida reproductiva y a decidir cuándo y cuántas hijas e hijos tener.
3. Derecho a la eliminación de riesgos laborales que afecten la salud reproductiva.
4. Derecho al acceso y estabilidad en el empleo sin limitaciones por embarazo o número de hijas e hijos.
5. Derechos de maternidad (lactancia y trabajo).
6. Derecho a licencia por paternidad.
7. Derecho a la no discriminación vinculada con los roles reproductivos.
8. Derecho a acciones y servicios de salud reproductiva, durante el embarazo, parto y postparto.

DESARROLLO

Se indica a las y los estudiantes que realizarán una campaña sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos.

Indique que estos son Derechos Humanos que los Estados deben garantizar y muchos de ellos se señalan en la Constitución del Ecuador.

Para este trabajo, se divide al curso en ocho grupos, a cada grupo se le asignan un derecho sexual y un derecho reproductivo del texto de apoyo. Luego, en cada grupo deben discutir sobre como estos derechos se cumplen o no en la institución educativa, sus ciudades y el país en general.

Luego de esta discusión, cada grupo deberá generar una estrategia informativa para que toda la comunidad educativa pueda informarse sobre estos derechos. Algunos ejemplos de actividades son:

Generación de afiches, video foros, debates, etc. Lo importante es que el curso en general pueda desarrollar una actividad informativa en el año sobre este tema.

CIERRE

Luego de generada la campaña, es importante preguntar a las y los estudiantes:

¿Cómo se sintieron en esta actividad?

¿Conocían los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Conocen que es derecho de todas las personas vivir una vida libre de violencia?

¿Conocían que es un derecho decidir si se tiene o no pareja así como si tener o no hijos?

¿Piensan que esta actividad le sirvió a la comunidad educativa?

PARA TOMAR EN CUENTA

Las y los adolescentes deben conocer sus derechos sexuales y derechos reproductivos, esto promueve que tomen decisiones informadas y puedan observar cuando son víctimas de algún tipo de vulneración.

Difundir información sobre derechos es una responsabilidad compartida en las instituciones educativas. Desde esta metodología, las y los estudiantes se empoderan y asumen su responsabilidad en la prevención de embarazos y violencia.

Hablemos en casa también.

Recuerde, la prevención de embarazos empieza en casa y se complementa con la información que entrega la escuela. La familia tiene una gran responsabilidad en torno a la educación integral de la sexualidad de sus hijas e hijos. Por ello es necesario que dispongan de los recursos suficientes para resolver las dudas que se presenten y también para establecer alternativas de prevención de violencia.

En estas edades, los embarazos se producen principalmente por situaciones de violencia dirigida a niñas y adolescentes. Por ello es necesario entregar información de calidad y generar además espacios de confianza que permitan a las niñas, niños y adolescentes hablar de forma clara sobre estos temas en casa.

Entre las mayores dudas que se generan en este nivel está la masturbación y autoconocimiento así como el uso adecuado de métodos anticonceptivos.

La evidencia demuestra que es necesario entregar información sobre estos temas antes del inicio de la actividad sexual. Asimismo, el establecer espacios de diálogo en familia basados en el respeto, la confianza y el cariño promueve la vivencia de una sexualidad integral y responsable en nuestras hijas e hijos.

Para trabajar sobre estos temas recomendamos realizar las siguientes actividades:

Actividad #29 Videoforo en familia. Autoconocimiento

Una de las principales dudas que tienen las familias de niñas, niños y adolescentes de este nivel tienen que ver con la masturbación y el autoconocimiento. Estas son prácticas naturales en las personas como parte del desarrollo integral.

Es importante hablar de temas como la privacidad y el auto respeto. Asimismo, reconocer que las niñas, niños y adolescentes son sujetos individuales que están explorando su cuerpo y sexualidad. Esta exploración debe ser realizada en lugares que garanticen la privacidad, sin temores.

Para tratar este tema, sugerimos ver el siguiente video en familia:



<https://www.youtube.com/watch?v=EbuM-Re5qf0>

Actividad #30 Videoforo en familia. Protección

Otro de los temas que los y las adolescentes quisieran tratar con su familia es la protección y anticoncepción. Entregar esta información en familia es un factor de protección que incide directamente en la prevención de embarazos precoces y no planificados.

En ocasiones, este tema puede parecer complejo, sin embargo, debe tratarse de forma clara y oportuna con mujeres y hombres.

Muchas veces como madres y padres no disponemos de la información suficiente, para ello se pueden utilizar estos recursos y complementarla visitando a profesionales de la salud.

Para abrir la discusión sobre este tema, recomendamos mirar en familia el siguiente video:



Video protección

<https://www.youtube.com/watch?v=X2uFEOGp9KU>

Recuerde que tener información sobre sexualidad permite a las personas sentirse más seguras, tomar decisiones informadas, identificar situaciones de violencia y estrategias para buscar ayuda. Es importante resaltar que las relaciones sexuales deben ser consentidas. Nadie puede obligar a ninguna persona a tener actividad sexual sin consentimiento.

Nivel 5: Estudiantes de 1.º, 2.º y 3.º de Bachillerato

Las y los adolescentes de este nivel están en proceso de afirmación de su identidad y consolidación de sus planes y proyectos de vida, para acompañar este proceso, además del trabajo con la guía de proyectos de vida publicada por el Ministerio de Educación, es necesario trabajar en prevención de embarazos.

Recuerde que la prevención es un proceso que debe realizarse a lo largo de la vida y, en esta etapa, se reflejan los resultados de todo el trabajo educativo realizado anteriormente.

En esta etapa, la participación estudiantil adquiere

mayor importancia y, en esta línea, las actividades que se desarrollen necesitan mayor compromiso por parte del estudiantado.

Las y los estudiantes de este nivel son más sensibles y tienen mayor disposición para trabajar en temas de derechos y de género, por ello es importante capitalizar esta energía en actividades educativas que les permitan integrar mayores herramientas no solo para su uso individual, sino también para fortalecer procesos de protección y prevención dirigidos a sus compañeras y compañeros.

Desarrollo de proyecto de vida.

Las actividades diseñadas para esta sección pueden ser utilizadas durante las horas de clase programadas como durante espacios extracurriculares.

Se espera que las y los docentes tutores puedan utilizar las metodologías propuestas y para ello se sugiere:

- 1.** Lea atentamente la descripción de la actividad, identifique los materiales necesarios en caso de corresponder y observe si las guías de respuesta son suficientes. En caso de requerir mayor información sobre los temas que se desarrollan consulte al equipo del Departamento de Consejería Estudiantil de la institución, en caso de existir o a la persona encargada en la Dirección Distrital.
- 2.** Procure realizar la actividad como se señala en la guía. Luego de aplicarla puede innovarla o adaptarla para otros contenidos y temas.
- 3.** Si existen conceptos o categorías con las que no está familiarizado, revise la parte 2 de este documento.
- 4.** Las actividades están diseñadas para ir de la mano con el currículo nacional, en este sentido, puede utilizar esta información en las clases en que los temas conecten.

Actividad #31 Cuando la anticoncepción anula el uso del condón

OBJETIVOS	A partir de la evaluación de los riesgos de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) en distintas situaciones, explicar la importancia de la doble protección.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad consiste en realizar análisis de situaciones para establecer comparaciones.
TIEMPO	75 minutos.
MATERIALES	Tarjetas con casos
	CASOS <ol style="list-style-type: none">1. Román y Amelia (16 años) tienen una relación estable hace nueve meses. Desde hace un mes, su relación se ha vuelto difícil... Amelia piensa que Román tiene a alguien más en mente.2. Yasmine (15) y Matías (16 años) se conocieron hace un mes. Tienen la sensación de ser el uno para el otro. Antes de Yasmine, Matías ya había tenido relaciones sexuales.3. Jacinta (15) tiene su primera relación sexual con un amigo de su hermano, Fernando (19), en una fiesta en su casa. A ella le gustaría que él fuera su novio.4. Hugo (16 años) y Vanesa (16 años) han tenido relaciones sexuales después de la fiesta de graduación. Ambos habían terminado hace poco con sus respectivas parejas y habían bebido mucho.5. Simón (17) y Manuela (16 años) han sido amigos desde el jardín infantil y los mejores confidentes del mundo. Cada uno ha tenido una pareja sexual por su lado. Ahora que ambos tienen el "corazón roto", tienen una relación sexual ocasional.6. Carlos y Margarita (16 años) Durante el último año, han roto un par de veces, pero de nuevo están juntos hace una semana. En su última separación, que duró cuatro meses, los dos estuvieron con otra persona.7. Patricio y Ema (16 años) han estado juntos durante dos meses y nunca han tenido relaciones sexuales con otras personas.
	Anunciar que durante esta sesión trabajarán acerca de la doble protección, es decir, el uso de métodos de barrera y hormonales para hacer frente al riesgo de embarazo y de infecciones de transmisión sexual. Indicar que, a pesar de que los jóvenes actualmente son conscientes del doble riesgo de embarazo y de ITS cuando tienen relaciones sexuales, no siempre utilizan doble protección. ¿Por qué? Debido a que en algunos contextos o con ciertos tipos de parejas, no ven los riesgos o creen que estos son muy bajos, ya sea para un embarazo o para una ITS.

Invite al estudiantado a realizar un ejercicio con todo el grupo, en el que tendrán que posicionar diferentes situaciones en un continuo que va desde "riesgo bajo" a "alto riesgo" de infecciones de transmisión sexual. Para ello, dibuje en el pizarrón o en papelotes el siguiente gráfico:



Aclarar que en todos los escenarios que serán presentados, las mujeres utilizan correctamente y sin interrupción, un método anticonceptivo. Los jóvenes tendrán que posicionarse según la importancia del uso del condón en cada situación, determinando así la importancia de la doble protección en cada situación.

Divida al curso en cuatro grupos y entregue una copia con todos los casos a cada grupo. Cada caso debe posicionarse a lo largo del continuo en función del nivel de riesgo de adquirir una ITS; es decir, que ubiquen los casos de menor a mayor riesgo según el criterio del grupo.

Deben ser explicadas las razones por las que estas situaciones se encuentran en ese lugar del continuo, en relación a las demás.

Es posible expresar los acuerdos o desacuerdos acerca de los argumentos de los demás.

Recuerde: No hay respuestas correctas o incorrectas; los casos se pueden desplazar a lo largo del continuo durante el ejercicio, en función de la evolución de las reflexiones.

El objetivo de esta actividad es que los estudiantes ubiquen cada caso según el nivel de riesgo que perciben de adquirir una ITS.

Tenga en cuenta los argumentos que los jóvenes utilizan para justificar la importancia de la doble protección. Si los jóvenes presentan problemas para el análisis, sugerir considerar, por ejemplo, el tipo de relación y sus características, los sentimientos entre la pareja, el contexto de las relaciones sexuales, el número de relaciones presentes o pasadas, el nivel de riesgo de su comportamiento sexual, etc.

Haga un cierre de la actividad. Lo importante aquí no es tener "la respuesta correcta", sino hacer presente las percepciones de los jóvenes, es decir, los elementos que ellos asocian o los riesgos de adquirir infecciones de transmisión sexual. Será esta evaluación de riesgos lo que ayudará a modificar la percepción de los jóvenes acerca de la importancia de utilizar doble protección. Vuelva a los elementos que los hacen juzgar importante o no utilizar condones en cada situación y, si es necesario, complementé con lo siguiente:

Lo que sugiere que los riesgos de adquirir ITS son bajos:

1. Tener una relación estable (ej.: Román y Amelia, Patricio y Ema)
2. Tener una relación de confianza (ej.: Carlos y Margarita)

3. Conocerse mucho (ej.: Simón y Manuela)
4. Estar enamorados (ej.: Yasmine y Matías, Jacinta)
5. Relaciones exclusivas (ej.: Román y Amelia)
6. No haber tenido relaciones sexuales previamente o haber tenido una sola pareja anterior (ej.: Yasmine y Matías)
7. Estar en su primera relación sexual (ej.: Patricio y Ema)

Lo que sugiere que los riesgos de adquirir ITS son altos:

1. Relación de una sola vez (ej.: Jacinta y Fernando, Hugo y Vanesa)
2. Relación ocasional (ej.: Simón y Manuela)
3. Haber tenido otras relaciones sexuales antes de la presente relación (ej.: Carlos y Margarita, Simón y Manuela, Hugo y Vanesa)
4. No haber planificado tener relaciones sexuales (ej.: Jacinta y Fernando)
5. Haber consumido alcohol o drogas (ej.: Hugo y Vanesa)

Enfatizar en que los sentimientos de confianza o de compromiso son, a menudo, la causa de una falsa percepción de estar a salvo de contraer infecciones de transmisión sexual (por ej: Nos conocemos bien, nos amamos, hemos establecido una buena relación, somos fieles entre nosotros, somos amigos, estamos juntos desde hace mucho tiempo, etc.) y que, en estos casos, la única preocupación que se mantiene es la de un embarazo. Por lo tanto, si utilizan anticonceptivos, los jóvenes se despreocupan del uso del condón. Añadir que los casos no proporcionan detalles sobre los tipos de comportamiento sexual. Sin embargo, hay que considerar que algunos comportamientos presentan mayor riesgo de contraer ITS que otros (por ejemplo: Una penetración sin condón es de mayor riesgo de la masturbación mutua).

Concluir la actividad señalando que las y los jóvenes a menudo hacen una evaluación subjetiva de los riesgos que corren en sus relaciones, a partir de los sentimientos que tienen unos de otros y del conocimiento que tienen de la otra persona (ej., ex parejas, experiencias sexuales, etc.). Esto, desafortunadamente, les puede llevar a subestimar el riesgo de embarazo y sobre todo los riesgos de infecciones de transmisión sexual. Aun cuando la estabilidad y la exclusividad de una relación ayudan a reducir el riesgo de infecciones de transmisión sexual, esto no confiere ninguna inmunidad respecto a lo vivido con parejas anteriores. La doble protección es un hábito a privilegiar desde la primera relación en adelante.

Además de reforzar la idea de la doble protección, es necesario recordar a las y los estudiantes que las relaciones sexuales deben ser consentidas por ambas partes. Si alguien en la pareja no se siente cómodo o cómoda con lo que están haciendo es mejor parar y conversar sobre la incomodidad y aplazar las relaciones sexuales.

Asimismo, si alguien en la pareja se siente forzada o forzado a tener relaciones sexuales, probablemente esté en una relación de violencia que debe ser analizada y atendida.

Promueva la confianza en el Departamento de Consejería Estudiantil o en una persona adulta en con quien puedan hablar para recibir orientación y apoyo en estos temas.

Actividad #32 Hablar de sexualidad en familia. ¡Si se puede!

OBJETIVOS	Promover la comunicación entre adolescentes y jóvenes con sus familias en temas relacionados con sexualidad, afectividad y género.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad consiste en definir la posición desde la cual las personas se sitúan para hablar sobre sexualidad.
TIEMPO	45 minutos.
MATERIALES	<p>Texto de apoyo: "La facilidad y la apertura para hablar sobre sexualidad, desde el punto de vista de los padres y de los jóvenes"</p> <p>La comunicación entre los jóvenes y sus padres a menudo parece estar teñida de incomodidad, sentida por ambas partes. La literatura indica que los y las jóvenes se sienten más cómodos hablando de sexo con su padre del mismo sexo (Guzmán y otros, 2003; Kirkman, Rosenthal y Feldman, 2005; Jerman y Constantine, 2010), pero la mayoría dice que, de todos modos es más cómodo abordar el tema con su madre que con su padre (Guzmán y otros, 2003; Frappier, Duong y Malo, 2006). Esta facilidad es compartida por las madres: Un estudio canadiense mostró que la mayoría de ellas se consideran "muy cómodas" o "lo suficientemente cómodas" para hablar de sexualidad con sus hijos adolescentes (Frappier, Duong y Malo, 2006). Sin embargo, parece que los jóvenes no siempre comparten la misma visión que tienen los padres sobre lo que significa estar abierto a hablar de sexualidad. Para los jóvenes, la apertura de los padres es la disposición de "los padres" para responder a cualquier pregunta, mientras que para los padres, una comunicación abierta sobre sexualidad, se establece cuando el o la joven lo invita a ser parte de sus emociones, pensamientos y cuando los temas son tratados en profundidad (Xiao, Li y Stanton, 2011). Ahora bien, no es sencillo ni evidente para un joven, establecer sus ideas, preguntas y sentimientos acerca de la sexualidad.</p>
	<p>Invite a los jóvenes a hablar acerca de cómo ven una discusión sobre sexualidad con su padre o su madre. Puede inspirarse en alguna de las siguientes preguntas para animar la conversación:</p> <p>¿Cómo se siente con la idea de hablar de sexualidad con sus padres?</p> <p>¿Cuáles son las ventajas y desventajas de una discusión sobre sexualidad con sus padres?</p> <p>Distribuir una copia del recuadro inserto más abajo, y comente a los y las participantes el objetivo de la actividad. Especifique que se trata de un ejercicio de reflexión individual, por lo que no es necesario que pongan su nombre en la hoja, pues después la podrán conservar. Dar unos 15 minutos para que los y las participantes respondan a las preguntas.</p>

Imagina que tienes una conversación sobre sexualidad con tus padres... Si tuviera que imaginar la discusión "ideal" sobre el tema de la sexualidad con tus padres, ¿cuáles son las características (ubicación, tiempo, sentimientos que tendrías, la actitud de tus padres, el tema conversado, el tono de la conversación, etc.)?

- ¿De qué se trataría la conversación?
- ¿Qué obstáculos se presentarían durante la conversación?
- ¿Cómo superarías estos obstáculos?
- ¿Es posible que esta discusión "ideal" se produzca?
- ¿Cómo podrían intencionar que se haga realidad?

Pida a los estudiantes decir cuáles son los beneficios de conversar acerca de sexualidad con sus padres, y bajo cuáles circunstancias suelen conversar de estos temas con ellos.

Preguntas para hacer durante el debate:

¿Cuáles son las características de la discusión ideal que imaginaste? ¿Cómo la describirías?

¿En qué circunstancias se producen las discusiones acerca de la sexualidad con tus padres? Da ejemplos de lo que se discute.

¿Cuáles son las situaciones relacionadas con la sexualidad en las que te sentiría cómodo consultando a tus padres, creyendo que te podrían ayudar a ver más claramente la situación?

¿Cuáles son las situaciones que parecen más delicados para conversar con tus padres y que dudarías de discutir con ellos?

CIERRE

Concluir la reunión entregando información acerca de la comunicación de los jóvenes y sus padres Material de apoyo: "La facilidad y la apertura para hablar sobre sexualidad, desde el punto de vista de los padres y de los jóvenes" y dirija la conversación a partir de la siguiente pregunta:

Desde tu punto de vista, ¿qué podría hacerte sentir más cómodo para establecer una conversación acerca de sexualidad con tus padres?

PARA TOMAR EN CUENTA

La mayor parte de las y los adolescentes quisieran hablar de sexualidad en familia, sin embargo, las diferencias generacionales, los mitos y prejuicios sociales limitan esta posibilidad, generando una barrera para el desarrollo integral tanto de las personas jóvenes como de sus madres y padres.

Es importante motivar al estudiantado a discutir los temas que se abordan en la escuela con sus familias y así promover mejores formas de comunicación en relación con este tema.

Actividad #33 Mi primera vez

OBJETIVOS	<p>Identificar las formas en que nos construimos como hombres y mujeres en esta sociedad.</p> <p>Reconocer las desigualdades que se generan en torno al género para una vivencia plena de la sexualidad.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad es una reflexión personal y grupal sobre la primera vez en que las personas se sienten hombres o mujeres, promueve el análisis de las relaciones desiguales de género e incide en la transformación de patrones socioculturales de violencia.</p>
TIEMPO	<p>45 minutos.</p>
MATERIALES	<p>Cartulinas, papelotes, marcadores, tijeras, pegamento, revistas.</p>
DESARROLLO	<p>Se invita al curso a recordar cuándo fue la primera vez que se sintieron mujeres u hombres, que recuerden una experiencia o anécdota en la que tuvieron claridad de ser reconocidos y reconocerse como uno u otro. Enfatice que en esta actividad no existen respuestas correctas o incorrectas, sino que todas las experiencias son igual de valiosas.</p> <p>Para ello, se divide al curso en cuatro grupos, cada grupo conversará sobre sus experiencias y luego realizarán una presentación grupal sobre sus experiencias. Para esta presentación pueden utilizar los materiales señalados anteriormente.</p> <p>Luego se invita a los grupos a presentar su trabajo.</p>
CIERRE	<p>Para cerrar se realizan las siguientes preguntas:</p> <p>¿Encontraron experiencias comunes con sus compañeras y compañeros? ¿Son iguales las experiencias para las mujeres y para los hombres?</p> <p>En este tipo de actividades generalmente salen a la luz los estereotipos y desigualdades relacionadas con el género que se reproducen en las sociedades. Así, generalmente las mujeres reconocen como primeras experiencias hechos relacionados con la forma de vestirse (les compraron un vestido y les dijeron que son bonitas), hechos biológicos como la primera menstruación o el embarazo y situaciones de violencia sexual. Mientras que los hombres suelen reconocerse como tales a través de ejercicios de comparación y violencia, como la primera pelea, el primer partido de fútbol o la atracción sexual hacia las mujeres.</p> <p>Mientras que las experiencias para los hombres son generalmente asociadas a sentimientos positivos, para las mujeres, esto no necesariamente es así. Por ello, es necesario cambiar los patrones culturales que sostienen estas desigualdades, para que tanto mujeres como hombres puedan vivir su sexualidad de forma feliz y placentera.</p>

**PARA TOMAR
EN CUENTA**

En sociedades como las nuestras, las desigualdades relacionadas con el género se viven de forma cotidiana, por ello, 6 de cada 10 mujeres han sido víctimas de violencia alguna vez en la vida (INEC 2011), las adolescentes embarazadas o madres tienen menores posibilidades de concluir sus estudios y en general tienen menores posibilidades de desarrollo.

Esto no es casual ni natural, responde a un sistema injusto que puede ser modificado. Recordemos que antes, las mujeres no tenían derecho a la educación ni al voto y, solamente a través de luchas sociales y procesos educativos, esta realidad se transformó. De la misma manera se puede incidir para que las desigualdades que hoy nos afectan puedan transformarse.

**Actividad #34 Educación integral de la sexualidad.
Nuestro derecho**

OBJETIVOS	<p>Poner en discusión el derecho a la educación integral en sexualidad para niñas, niños y adolescentes.</p> <p>Promover la participación e involucramiento del estudiantado en procesos de prevención de embarazos precoces y no planificados.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	<p>Esta actividad es un análisis de mitos asociados a la educación en sexualidad, promueve la reflexión del estudiantado y les invita a tomar acciones para informar a sus pares.</p>
TIEMPO	<p>30 minutos.</p>
MATERIALES	<p>Papelotes, tarjetas de mitos y marcadores.</p> <p>Mitos y verdades sobre Educación en Sexualidad.</p>
	<p>Tarjetas para estudiantes</p> <p>La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.</p> <p>La educación en sexualidad priva a los niños y niñas de su “inocencia”.</p> <p>La educación en sexualidad está en contra de nuestra cultura o religión.</p> <p>La educación en sexualidad ya se ha cubierto en otras asignaturas (Biología, Ciencias Naturales).</p> <p>La educación en sexualidad debe promover valores.</p>

Se indica al curso que el trabajo a desarrollar se basará en los mitos sobre educación en sexualidad, para ello se pide al estudiantado dividirse en cuatro grupos. A cada grupo se le entregan las tarjetas con mitos, un papelote y marcadores.

Cada grupo deberá identificar si las afirmaciones son falsas o verdaderas según su criterio.

Posteriormente, cada grupo presenta su trabajo en plenaria.

Para finalizar, la persona que facilita la actividad pregunta:

¿Fueron todas las respuestas iguales?

¿En qué puntos no están de acuerdo?

¿Piensan ustedes que la educación en sexualidad es necesaria? ¿Para qué sirve la educación en sexualidad?

¿Desde cuándo se debe hacer educación en sexualidad? ¿Quién debe hacerlo? Para apoyar el análisis de los mitos, puede usar la siguiente información

Inquietudes	Respuestas
La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.	Las investigaciones realizadas en todo el mundo señalan en forma inequívoca que, nunca, o rara vez, la educación en sexualidad conduce a un inicio temprano de la actividad sexual. Mas bien, esta retarda y hace más responsable el comportamiento sexual o bien no tiene efectos notables en el comportamiento sexual.
La educación en sexualidad priva a los niños y niñas de su "inocencia".	<p>Todos los niños, las niñas y los y las adolescentes se benefician de un proceso gradual de educación en sexualidad desarrollado desde el comienzo de la educación formal. Este proceso debe incluir información completa, científicamente correcta, libre de prejuicios y apropiada a la edad.</p> <p>De no contarse con ella, es probable que el niño, la niña o las personas jóvenes reciban mensajes contradictorios y en ocasiones perjudiciales desde sus pares (otros niños, niñas o adolescentes), los medios de comunicación, o desde otras fuentes.</p>
La educación en sexualidad está en contra de nuestra cultura o religión.	Las orientaciones técnicas internacionales enfatizan la necesidad de pertinencia cultural y de adaptación al contexto local a través de la participación y el apoyo de

CIERRE

	<p>las personas integrantes de la comunidad responsables de preservar la cultura.</p> <p>La forma que tomará la educación en sexualidad se determinará a través de la participación de todos los actores relevantes, incluyendo a líderes religiosos. Sin embargo, las orientaciones también destacan la necesidad de modificar las normas sociales y prácticas dañinas que no estén en armonía con los Derechos Humanos y aumenten el riesgo y la vulnerabilidad, especialmente de las niñas y las adolescentes.</p>
<p>La educación en sexualidad ya se ha cubierto en otras asignaturas (Biología, Ciencias Naturales)</p>	<p>En muchos países los ministerios, las escuelas, los maestros y las maestras están respondiendo al desafío que implica mejorar la educación en sexualidad.</p> <p>Si bien estos esfuerzos se valoran, la utilización de las orientaciones técnicas internacionales ofrece la oportunidad de evaluar y fortalecer el currículo, la práctica pedagógica y la base de evidencia, en un campo caracterizado por su naturaleza dinámica, y su rápida evolución.</p>
<p>La educación en sexualidad debe promover valores.</p>	<p>Las orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad se sustentan en un enfoque basado en los derechos, donde valores como el respeto, la tolerancia, la igualdad, la empatía y la reciprocidad, se encuentran íntimamente vinculados a derechos humanos universalmente aceptados. Es imposible hablar de sexualidad sin tener en consideración estos valores.</p>

PARA TOMAR EN CUENTA

La educación en sexualidad es un derecho de las niñas, niños y adolescentes. Está garantizado por la Constitución de nuestro país y constituye un factor protector para la prevención de violencia, embarazos y contagio de infecciones de transmisión sexual incluido el VIH. La educación en sexualidad promueve el ejercicio de derechos de las personas y debe ser abordada con responsabilidad por la comunidad educativa.

Las y los estudiantes también pueden educar en sexualidad a sus pares así como a sus compañeras y compañeros de cursos inferiores. Para ello, necesitan informarse y tomar responsabilidad de este proceso.

Actividad #35 Relaciones sexuales consentidas.

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Promover el consentimiento como un eje central para la decisión de tener relaciones sexuales.• Identificar formas de violencia en las relaciones de pareja.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Es una actividad que involucra análisis de caso y sociodramas realizados por el estudiantado sobre relaciones de pareja y autonomía.
TIEMPO	45 minutos.
MATERIALES	<p>Tarjetas con casos.</p> <p>Caso 1. Fede y Kristina</p> <p>Fede y Kris son compañeros de aula, se enamoraron a principios de año y ahora están pensando en tener relaciones sexuales. Fede quiere tener una experiencia mágica y natural, por eso habló con su pareja para hacerlo sin condón. A Kris no termina de convencerle esa idea.</p> <p>Caso 2. Manuela y Mateo</p> <p>Manuela tiene 18 años y Mateo 17. Ella toma pastillas anticonceptivas desde hace tres meses para regular su periodo menstrual. Cuando se lo contó a Mateo, el reaccionó de forma agresiva puesto que piensa que Manuela toma estas pastillas para acostarse con otros hombres. Manu no sabe que hacer.</p> <p>Caso 3. Esteban y Dayanara</p> <p>Ambos tienen 17 años y son compañeros de curso. Hace tiempo hablaron sobre tener relaciones sexuales y decidieron usar condón. Sin embargo, desde hace un tiempo Dayanara ya no quiere tener relaciones con Esteban y no sabe como decirlo, tampoco quiere que termine la relación.</p> <p>Caso 4. Rafaela y Luis</p> <p>Rafaela siempre ha sido una chica muy responsable e inteligente. Asiste a un curso de inglés después del colegio donde conoció a Luis quien es 10 años mayor que ella. Él le pidió ser su novio hace un tiempo y ella aceptó. Ahora Luis le pide que tengan relaciones sexuales pero Rafaela no está segura, siente que hay algo extraño. Tampoco quiere decepcionar a Luis.</p>
DESARROLLO	<p>Se indica al curso que trabajarán analizando casos y representándolos. Se divide al estudiantado en 4 grupos y a cada grupo se le asignará un caso. La tarea de cada grupo es discutir sobre la situación que se presenta y darle un final, para ello deberán representarlo.</p> <p>Luego de que cada grupo se presenta, la persona que modera la actividad pregunta al curso:</p> <p>¿Qué les pareció este caso? ¿Conocen alguno similar? ¿Qué final le hubiesen dado ustedes?</p>

CIERRE

Para finalizar esta actividad, luego de haberse presentado todos los casos, la o el docente debe hacer énfasis en que, si existen dudas sobre si tener o no una relación sexual, es mejor aplazarla y hablarlo con calma. También, si existe algún indicador de violencia, es preferible no tener relaciones sexuales y buscar ayuda con una persona de confianza o el DECE de la institución.

En el primer caso, se observa que si bien ambos tienen ganas de tener relaciones sexuales, no se puede obligar a nadie a hacerlo sin protección. Es necesario hablar de esto en pareja y si existe comunicación y respeto, se tomarán decisiones en conjunto, en cambio, si se producen reacciones agresivas, es mejor no tener relaciones sexuales y evaluar la relación.

En el segundo caso, hay una demostración evidente de violencia hacia Manuela, esto no es natural ni normal. Frente a estos casos de violencia hay que buscar apoyo y no callarlos.

Para el tercer caso, la comunicación es vital en la pareja. Dayanara tiene todo el derecho de ya no querer tener relaciones sexuales y debería poder hablarlo con su pareja. Las relaciones de pareja van más allá de las relaciones sexuales.

En ocasiones los hombres mayores, con más experiencia suelen impresionar a las personas más jóvenes y les exigen tener relaciones sexuales, muchas veces sin protección. Hay que tener mucho ojo con esto, puesto que se tiende a generar relaciones desiguales en las que se produce violencia. En este caso, hay que pedir apoyo y orientación a personas adultas de confianza.

PARA TOMAR EN CUENTA

La sexualidad se vive de múltiples formas a lo largo de la vida, y la adolescencia no es una excepción. Existen muchos tipos de relaciones y cada una de ellas será distinta.

Las personas jóvenes tienen la capacidad para reconocer el tipo de relación en la que se encuentran y pueden decidir si tener relaciones sexuales o no. Para ello, necesitan información adecuada y espacios de confianza en los que puedan hablar y expresar sus inquietudes.

Actividad #36 ¿Cómo elegimos los métodos anticonceptivos?

OBJETIVOS

- Identificar pautas para la utilización adecuada de métodos anticonceptivos.
- Identificar las diferencias que se producen en relación con el género y el acceso a métodos anticonceptivos.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad es una revisión de casos que permiten identificar algunos criterios para seleccionar métodos anticonceptivos, así como prevenir ITS.

TIEMPO

45 minutos.

MATERIALES**Hoja de trabajo: Estudiantes**

Caso	Método recomendado	Motivo
1. Hombre. No tiene pareja, pero existe posibilidad de tener relaciones sexuales.		
2. Mujer. No tiene pareja, pero existe posibilidad de tener relaciones sexuales.		
3. Mujer que tiene pareja estable y decidieron tener relaciones sexuales.		
4. Hombre que tiene pareja estable y decidieron tener relaciones sexuales.		
5. Mujer que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales frecuentes (más de dos veces al mes).		
6. Hombre que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales frecuentes (más de dos veces al mes).		
7. Mujer que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).		
8. Hombre que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).		

Guía de facilitación docente

Caso	Método recomendado	Motivo
1. Hombre. No tiene pareja, pero existe posibilidad de tener relaciones sexuales.	Condón	Es un método seguro que no tiene contra indicaciones y además previene ITS.

2. Mujer. No tiene pareja, pero existe posibilidad de tener relaciones sexuales.	Condón	Es un método seguro que no tiene contra indicaciones y además previene ITS.
3. Mujer que tiene pareja estable y decidieron tener relaciones sexuales.	Doble protección, condón más método hormonal.	Previene embarazos e ITS.
4. Hombre que tiene pareja estable y decidieron tener relaciones sexuales.	Doble protección, condón más método hormonal.	Previene embarazos e ITS.
5. Mujer que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales frecuentes. (más de dos veces al mes)	Doble protección, condón más método hormonal.	Previene embarazos e ITS.
6. Hombre que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales frecuentes (más de dos veces al mes)	Doble protección, condón más método hormonal.	Previene embarazos e ITS.
7. Mujer que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).	Condón	Es un método seguro que no tiene contra indicaciones y además previene ITS.
8. Hombre que tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).	Condón	Es un método seguro que no tiene contra indicaciones y además previene ITS.

DESARROLLO

Se indica al grupo que trabajarán con información sobre anticoncepción y para ello se pide que se dividan en grupos de cinco o seis personas.

A cada grupo se le entrega una hoja de respuestas para estudiantes. Luego, se pide que discutan que método utilizarían y que expliquen las razones del mismo.

Cuando los grupos hayan terminado de exponer su trabajo, la persona que facilita la actividad pregunta:

¿Dónde se pueden conseguir los métodos anticonceptivos que recomendaron?
¿Son de fácil acceso?

Para cerrar esta actividad, es necesario realizar las siguientes interrogantes:
¿Quién tiene la responsabilidad sobre la anticoncepción?

CIERRE

¿Cómo vemos a un hombre que tiene condones en su mochila? ¿Cómo vemos a una mujer que tiene condones en su mochila?

En sociedades como la nuestra, la responsabilidad de la anticoncepción generalmente recae sobre las mujeres. Sin embargo esto no es justo, las relaciones sexuales son responsabilidad de la pareja y es deber de ambos cuidarse. Hay que considerar que el autocuidado es fundamental, tanto hombres como mujeres, estemos o no en pareja, tenemos responsabilidad para evitar embarazos e infecciones de transmisión sexual como un acto de cuidado hacia nosotros y los demás.

Adicionalmente existen brechas de género en la elección anticonceptiva, así, mientras los hombres que tienen anticonceptivos consigo son vistos como “machos”, las mujeres en la misma situación son vistas como “fáciles”. Esto es parte de la cultura machista.

Tanto hombres como mujeres tenemos derecho a vivir nuestra sexualidad de forma plena y segura.

PARA TOMAR EN CUENTA

La decisión especialmente cuando se requiere hormonas debe estar acompañada por una consejería médica. Para ello es necesario conocer el servicio de salud más cercano e indicar a las y los estudiantes como acceder a servicios de salud sexual y salud reproductiva.

Los procesos de educación en sexualidad que buscan prevenir embarazos y contagios de ITS tienen alta efectividad cuando se vinculan con el acceso a servicios de consejería en salud y al conocimiento sobre donde conseguir los métodos.

Actividad #37 Anticoncepción de emergencia.

OBJETIVOS	•Identificar las condiciones para utilizar Anticoncepción Oral de Emergencia.																
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	•Esta metodología pretende generar una reflexión sobre las condiciones para utilizar anticoncepción de emergencia y las formas de acceder a ella.																
TIEMPO	30 minutos.																
MATERIALES	Hoja de trabajo: estudiantes																
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Caso</th> <th>Si</th> <th>No</th> <th>Motivo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. El condón se rompió mientras tenían relaciones sexuales y no usaban un método hormonal.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2. Tuvieron una relación sexual sin condón.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. Fue víctima de violencia sexual.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Caso	Si	No	Motivo	1. El condón se rompió mientras tenían relaciones sexuales y no usaban un método hormonal.				2. Tuvieron una relación sexual sin condón.				3. Fue víctima de violencia sexual.			
	Caso	Si	No	Motivo													
	1. El condón se rompió mientras tenían relaciones sexuales y no usaban un método hormonal.																
2. Tuvieron una relación sexual sin condón.																	
3. Fue víctima de violencia sexual.																	

4. Lo toma en lugar de las pastillas o inyecciones mensuales.			
5. Toma más de dos veces al mes.			
6. El condón se rompió y utilizaban doble protección (condón más método hormonal).			
7. Tuvieron una relación sexual sin condón pero el terminó afuera.			

Guía de facilitación docente

Caso	Sí	No	Motivo
1. El condón se rompió mientras tenían relaciones sexuales y no usaban un método hormonal.	X		Evitará posibles embarazos pero no ITS.
2. Tuvieron una relación sexual sin condón.	X		Evitará posibles embarazos pero no ITS.
3. Fue víctima de violencia sexual.	X		Evitará posibles embarazos pero no ITS. Se sugiere asistir a un centro de salud y denunciar el hecho.
4. Lo toma en lugar de las pastillas o inyecciones mensuales.		X	Las pastillas anticonceptivas de emergencia no reemplazan la anticoncepción hormonal. Pueden resultar poco o nada efectivas si se las toma de esta manera.
5. Toma más de dos veces al mes.		X	Si se tiene relaciones sexuales de forma frecuente, se recomienda utilizar condón mas método de barrera. Tomar pastillas de emergencia de forma habitual disminuye su eficacia.
6. El condón se rompió y utilizaban doble protección (condón más método hormonal).		X	No es necesario, tienen protección frente a un embarazo pero no frente a ITS.
7. Tuvieron una relación sexual sin condón pero el terminó afuera.	X		El eyacular afuera no es un método eficaz para la prevención de embarazos.

Indique al grupo que trabajarán sobre casos para identificar cuando se debe utilizar anticoncepción de emergencia.

Para ello, utilizarán la hoja de estudiantes y la llenarán de forma individual.

DESARROLLO	<p>Posteriormente, la o el docente escribirá los casos en la pizarra y pedirá a las y los estudiantes que voten por las opciones si o no dependiendo de cada caso.</p> <p>La persona que facilita la actividad contabilizará los votos que cada opción tiene.</p>
CIERRE	<p>La persona que facilita la actividad contabilizará los votos que cada opción tiene y complementará la información con la guía para el docente.</p> <p>Resalte que las pastillas anticonceptivas de emergencia son para eso, emergencias. No constituyen métodos regulares para prevenir embarazos. Si se decide tener relaciones sexuales de forma frecuente, se recomienda utilizar la doble protección, condón más un método hormonal.</p> <p>En casos de violencia sexual, se recomienda tomar de forma inmediata y acceder a servicios de salud para prevención de contagio de ITS y VIH así como recibir atención integral y apoyo.</p> <p>Recuerde que es deber de la institución educativa denunciar y acompañar los procesos de violencia sexual.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>Acceder a Anticoncepción Oral de Emergencia es un derecho de todas las personas. Sin embargo, en el caso de adolescentes suele ser complicado acceder a este método. Por ello es necesario establecer una red de apoyo con el centro de salud más cercano a la institución educativa para identificar las formas que tienen las y los estudiantes de acceder a este método. Esta información debe ser entregada a las y los estudiantes.</p>

Me informo y actúo

Este nivel se marca por una mayor participación de las y los estudiantes en las actividades curriculares como extracurriculares.

Coincide con el programa de participación estudiantil y con los consejos estudiantiles, esas son dos instancias en las que se puede aprovechar para insertar actividades dirigidas a la prevención de embarazos y de violencia sexual.

Es necesario fomentar la corresponsabilidad de las y los estudiantes de este nivel para implementar procesos educativos y de protección dirigidos tanto a sus pares como a sus compañeras y compañeros de cursos menores.

Existen metodologías validadas por el Ministerio de Educación y que han sido implementadas anteriormente con resultados positivos en este ámbito. Por ello, se sugiere implementar al menos dos de ellas en la institución.

Recorrido de la Prevención. Manual para la facilitación del Recorrido Participativo para la Prevención de la Violencia Sexual. Disponible en el siguiente link.

<https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/05/recorrido-de-la-prevencion.pdf>

Esta metodología entre pares se está implementando actualmente con el objetivo de fortalecer las habilidades de las y los adolescentes para la prevención de las violencias y el embarazo en niñas y adolescentes.

- **¡para Hacerlo! Rurankapak.** En la ruta para prevenir el embarazo a temprana edad. Disponible en el siguiente link **https://www.unicef.org/ecuador/06_Para_Hacerlo_Ruta.pdf**

Esta metodología producida por el Fondo de Población de las Naciones Unidas ha demostrado ser efectiva. Tiene una lógica similar al recorrido participativo en prevención de violencia y puede ser implementada de forma paralela en las instituciones educativas.

Adicionalmente, se plantea que las y los estudiantes de este nivel generen sus propias actividades dirigidas a prevenir el embarazo y la violencia. Para esto recomendamos la siguiente actividad de diagnóstico.

Actividad #38 Mi escuela Habla

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> •Identificar las diferentes formas en que la violencia ocurre en función del género. •Identificar los lugares seguros que existen en la institución.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta metodología pretende generar una reflexión sobre las condiciones para utilizar anticoncepción de emergencia y las formas de acceder a ella.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Papelotes, marcadores, maskin
DESARROLLO	<p>Solicite al curso que se dividan en grupos de máximo seis personas. Procure que exista paridad de género en los grupos. A cada grupo le entregará un papelote y marcadores.</p> <p>Luego, se solicita al estudiantado que se imaginen a la su institución educativa, y la dibujen, Puede ser como un mapa, un esquema, algo más abstracto. Depende de cómo el grupo acuerde dibujarla.</p> <p>Luego, indique que en su representación de la escuela deben identificar con una X los lugares donde ocurre o violencia o se sienten inseguros o inseguras. Luego, marquen con un signo de más (+) aquellos lugares en que sienten seguridad.</p> <p>Una vez terminado, cada grupo presenta su trabajo.</p>
CIERRE	<p>Para terminar la actividad, pregunte:</p> <p>¿Existen lugares comunes donde existe violencia o inseguridad?</p> <p>¿Es la misma inseguridad o violencia para mujeres y hombres?</p> <p>Generalmente las mujeres y los hombres tenemos experiencias distintas sobre la sensación de seguridad y violencia aunque compartamos el mismo espacio y al mismo tiempo.</p> <p>En sociedades desiguales como la nuestra, los hombres ocupan el espacio de forma más agresiva y sin notarlo, como cuando juegan en el patio, ocupan las gradas o pasillos. Terminan desplazando a las mujeres. También la experiencia de las mujeres se cruza generalmente con una sensación de intranquilidad porque sienten que pueden ser acosadas por el uniforme, tocadas o golpeadas, etc.</p> <p>Si la experiencia de esto es desigual, es misión de todas y todos realizar cambios para que la comunidad educativa en general pueda sentir seguridad en la escuela. Por ello, ahora que identificaron los lugares más críticos, les invitamos a hacer una campaña para trabajar en este tema.</p>
PARA TOMAR EN CUENTA	<p>La escuela es un lugar que debería ser seguro, sin embargo, esto no pasa siempre y en ocasiones se constituye en un lugar donde se reproduce la violencia. Muchas veces las salas de clases, oficinas de rectorado e inspección, baños y DECE, en lugar de ser espacios seguros, son lugares de vulneración de derechos.</p> <p>Este ejercicio permite identificar en la voz de las estudiantes aquellos lugares que deben ser intervenidos y adicionalmente hace que los estudiantes hombres perciban las formas violentas en que ocupan el espacio y dejen de normalizarlas.</p>

Hablemos en casa también.

Las y los estudiantes de este nivel tienen mayor autonomía personal y se proyectan a su vida futura luego de terminar el bachillerato.

Muchas veces, la comunicación con la familia es escasa y poco se habla de las relaciones de pareja y la vivencia de la sexualidad con esta población.

Niñas, niños, adolescentes y personas adultas tienden a replicar los patrones de relación de pareja que aprendieron en sus hogares, en sus relaciones personales. Muchas veces estas están permeadas por violencia y desigualdad. Como estos factores son aprendidos, también se pueden desaprender.

Muchas veces, hablar de sexualidad y prevención de embarazos con nuestras hijas e hijos parece un reto complicado, sin embargo esto resulta muy fluido cuando existe disposición en casa para abordar el tema.

Recuerde, la mejor estrategia para la prevención es la información y confianza.

Actividad #39 Video Foro en familia. Relaciones de pareja.

Para facilitar el diálogo sobre sexualidad en familia, se recomienda observar el siguiente video:



Disponible en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=QmH6NHT3R9k>

Considere que no todas las y los adolescentes tienen relaciones de pareja a esta edad, sin embargo, esta es una situación más o menos frecuente. Por ello, hablar con naturalidad y brindar confianza al interior del hogar es clave para prevenir embarazos no deseados y fortalecer el desarrollo del proyecto de vida de las personas. Para complementar esta información, se recomienda el siguiente texto de apoyo.

Texto de apoyo 4. Hablemos de sexualidad en familia.

Para muchos papás y mamás es muy importante desarrollar confianza con sus hijos e hijas para hablar de temas relacionados con la sexualidad, las relaciones sexuales, sus amistades y sus enamorados. Como hemos dicho, esta confianza debe iniciarse en los primeros años cuando se les responde con la verdad a todas las inquietudes que nos plantean. A veces tenemos mucho miedo de hablar de estos temas, o no sabemos qué decir. Mostremos a nuestros hijos e hijas que queremos cambiar, escuchémosles sin juzgar, su forma de pensar o de actuar. Estos son ingredientes básicos para conversar y comunicarnos mejor.

Papás, mamás, hijos e hijas necesitamos conversar sobre estos temas.

Relaciones sexuales: inicio y práctica

Con los cambios de la pubertad, el inicio de la menstruación, y la eyaculación, se inicia en las personas una función importante de la sexualidad, la posibilidad de tener relaciones sexuales y por tanto de procrear. Sin embargo, necesitan un desarrollo adecuado de muchos años para tener la madurez que requiere la maternidad y la paternidad.

Los y las adolescentes sienten gran curiosidad sobre las relaciones sexuales, quieren empezar a tenerlas, y se hacen muchos cuestionamientos. Reciben muchos estímulos contradictorios, por un lado la televisión, internet, publicidad, están llenos de temas sexuales; y por otro, el mundo adulto les llena de miedos, mitos, y prejuicios con la intención de que no tengan relaciones sexuales. Por tanto, chicos y chicas no saben cómo controlar su deseo y curiosidad. Quieren sentirlo por sí mismos.

Por ello, es importante que la educación sexual iniciada en edades tempranas continúe durante toda la infancia para que llegada la pubertad y adolescencia nuestros hijos e hijas confíen en nosotros, nos cuenten sus inquietudes para recibir las respuestas que requieren.

Inicio de las relaciones sexuales

Con una actitud comprensiva y cariñosa, los padres y las madres podemos ayudarles a encontrar las respuestas más adecuadas a las siguientes preguntas:

¿Cuándo iniciar las relaciones sexuales? No es una cuestión de edad, sino de madurez, para realizarlas en forma sana, responsable y, por ende, placentera.

¿Con quién? Con la persona que se quiere, el novio o novia, pelado o pelada, a quien les une un sentimiento de cariño, amor y, sobre todo confianza, para hacerlo en forma responsable y de mutuo acuerdo.

¿Cómo hacerlo? Primero es necesario conversar con la pareja sobre la necesidad de usar un anticonceptivo seguro que sirva para evitar un embarazo y les proteja de las enfermedades de transmisión sexual; por lo tanto, es imprescindible usar un preservativo y mejor aún si lo combinan con otro anticonceptivo. Para tomar la mejor decisión, conviene hacer una consulta médica o acudir a un centro de salud.

¿Dónde? Esta es la pregunta más complicada. La sociedad no brinda posibilidades de lugares seguros para que las y los adolescentes tengan relaciones sexuales, y por eso, suelen exponerse a situaciones de riesgo. Muchas familias no conciben la idea que sea en su propia casa, cuando este puede ser el lugar más seguro. Valdría la pena que padres y madres consideremos esa posibilidad.

¿Para qué? Para un crecimiento personal, porque se ama a la pareja, para saber qué se siente. Muchos chicos sienten la presión del grupo para hacerlo, o que el deseo es incontrolable y por esto no lo hacen con protección. Otros simplemente lo hacen por seguir algunos mitos: “los hombres deben hacerlo por necesidad, como una descarga fisiológica, los hombres son más hombres cuando lo hacen.” Muchas veces los chicos exigen la famosa “prueba de amor”, luego de la cual, con frecuencia, terminan con la chica, o la dejan ante un embarazo no planificado, sin reconocer la responsabilidad propia en dicha consecuencia.

¿Cuál es nuestro papel como padres y madres?

Muchas personas adultas todavía quieren prohibir las relaciones sexuales de los y las adolescentes, lo cual puede impulsarles a hacerlo en ambientes riesgosos, es decir, a no tomar precauciones para evitar embarazos no planificados y transmisión de infecciones de transmisión sexual.

Los intentos por impedir las relaciones sexuales de adolescentes y jóvenes con prohibiciones religiosas, prejuicios sociales o miedo. Y no han tenido los efectos deseados. La mayoría de las adolescentes y jóvenes tienen relaciones sexuales, y seguirán teniéndolas, por lo que el desconocimiento de cómo hacerlo saludablemente y con responsabilidad puede afectar sus vidas drásticamente.

Tengamos presente que es muy importante dar una educación sexual integral, pues de esa manera podemos contribuir a que nuestros hijos e hijas no tengan relaciones sexuales tempranas, forzadas, riesgosas y no placenteras sino a que, llegado el momento, las vivan en forma responsable, sin miedos y prejuicios, que tanto daño han causado. Es un derecho de todas las personas tener una vida sexual sana, segura, responsable y placentera, ya que es una de las manifestaciones más hermosas de la vida de los seres humanos.

Prevención de embarazos, responsabilidad compartida.

La prevención de embarazos en niñas y adolescentes es una responsabilidad de todas y todos. La familia, la escuela, las y los estudiantes y el Estado tienen un papel que desempeñar en este proceso y deben asumir sus responsabilidades.

Entregar información de calidad y de forma oportuna, promover la construcción de proyectos de vida saludables y la vivencia de una sexualidad integral son factores que se pueden implementar y generan grandes resultados.

Si usted tiene esta guía en sus manos, recuerde: La violencia y la desinformación son las mayores causas de embarazo en el país, por ello le invitamos a revisar nuevamente el documento, leer con atención las actividades sugeridas y adaptarlas para su contexto.

Implementación y seguimiento.

Finalmente, es necesario generar un sistema de planificación y seguimiento para la implementación de las actividades sugeridas. Como se mencionó al inicio de la guía, esta debe estar anclada al Proyecto Educativo Institucional y al Código de Convivencia Institucional.

Adicionalmente, para evaluar el impacto de la implementación de las actividades señaladas en la guía, se recomienda utilizar el siguiente formato:

Nivel	Grado/Año EGB o Bachillerato	ACTIVIDAD		Observaciones
		Quimestre 1	Quimestre 2	

BIBLIOGRAFÍA.

Metodologías revisadas:

Asociación Chilena de Protección de la Familia (2018). Currículo de formación en Educación Integral de la Sexualidad para docentes. Santiago de Chile.

Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (2014). Diez derechos fundamentales de las niñas, niños y adolescentes. Ecuador. Disponible en <https://www.unicef.org/10-derechos-fundamentales-la-version-final.pdf>

Fundación Salud Amazónica, UNFPA, y otros. Ecuador. (2005). Aprendiendo a vivir bien: UN MODULO INTERCULTURAL DE EDUCACION PARA LA SEXUALIDAD. Kawsayta yachaspa kawsana.

Ministerio de Educación-CEPAM Guayaquil. (2012). Recorrido participativo en prevención de violencia de género y violencia sexual. Guayaquil-Ecuador

Ministerio de Educación (2017). Protocolo de actuación frente a situaciones de embarazo, maternidad y paternidad. Quito.

Ministerio de Educación (2015). Orientación vocacional y profesional para los departamentos de consejería estudiantil Quito.

Ministerio de Educación - Plan Internacional (2015). Educación de la sexualidad y afectividad. Guía para docentes tutores. Programa Educando en Familia. Quito.

Ministerio de Educación (2016). Educación de valores. Guía para docentes tutores. Programa Educando en Familia. Quito.

Ministerio de Educación (2013). Educación de la sexualidad y afectividad, Guía para familias. Quito.

Ministerio de Educación de la Nación (2010). Educación sexual integral para la educación inicial. Contenidos y propuestas para las salas. Buenos Aires, Argentina.

Ministerio de Educación de la Nación (2009). Educación sexual integral para la educación Primaria. Contenidos y propuestas para el aula. Buenos Aires, Argentina.

Ministerio de Educación de la Nación (2009). Educación sexual integral para la educación Secundaria. Contenidos y propuestas para el aula. Buenos Aires, Argentina.

Ministerio de Salud Pública (2012). DVD primero en familia. ENIPLA.

Municipio de Quito (2017). Saber pega full. Formación de promotores en educación integral de la sexualidad. Quito.

Plan Internacional Ecuador (2013). Video Educación para la sexualidad adolescente. PROYECTO PROTECCION DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES FRENTE AL ABUSO Y VIOLENCIA SEXUAL.

Plan Internacional Ecuador (2015). Zonas libres de embarazo en adolescentes. Quito.

Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia. (2018). Abusos sexuales y embarazo forzado en la niñez y adolescencia : lineamientos para su abordaje interinstitucional. - 1a ed . - Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. Disponible en http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/AbusoSexual_Digital_Oct2018.pdf

UNESCO 2014(2018). Orientaciones Técnicas. Internacionales sobre Educación en Sexualidad. Santiago de Chile.

UNFPA-SENDAS. (2017) Para hacerlo. Rurankapak. En la ruta de la prevención del embarazo a temprana edad. Metodología para informar y sensibilizar a adolescentes y jóvenes sobre sexualidad, derechos y prevención de embarazo. Ecuador.

Visión Mundial, Viviendo en Armonía 2, Guía para el

facilitador, Promoción de la Salud Sexual Reproductiva, y Prevención de ITS, VIH-SIDA, desde una perspectiva de sexualidad integral en Adolescentes, 2008.

Documentos conceptuales

Banco Mundial. (2012). Embarazo adolescente y oportunidades en América Latina y el Caribe. Washington.

Banco Interamericano de Desarrollo. (2017). TRES ENFOQUES QUE HAN GUIADO LAS POLÍTICAS DE PREVENCIÓN DEL EMBARAZO ADOLESCENTE. Disponible en <https://blogs.iadb.org/salud/2017/01/09/prevencion-del-embarazo/>

Gutiérrez, Ricardo. (2018). Evaluación programa Zonas Libres de Embarazo Adolescente. Plan Internacional. Quito.

Ministerio de Salud Pública. (2011). Estrategia Nacional Intersectorial de Planificación Familiar y Prevención del Embarazo en Adolescentes. Dossier para periodistas. Quito.

INEC. (2018). Estadísticas Vitales. Registro estadístico de nacidos vivos y defunciones 2017. Disponible en http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Poblacion_y_Demografia/Nacimientos_Defunciones/2017/Presentacion_Nac_y_Def_2017.pdf

Duarte, K. (1999). Masculinidades Juveniles en Sectores Empobrecidos, ni muy cerca ni muy lejos, entre lo tradicional y lo alternativo. Universidad de Chile, Santiago de Chile. Recuperado de http://menengage.org/wp-content/uploads/2014/06/Masculinidades_juveniles_en_sectores_empobrecidos.pdf

Duarte, K.. (2000). ¿Juventud o Juventudes? Acerca de cómo mirar y remirar a las juventudes de nuestro continente. 13, 8, 59-77.

Foucault, M. (1999). Vigilar y castigar. Círculo de Lectores.

Foucault, M. (2007). Historia de la sexualidad. Siglo XXI.

Estrella, Sonia. Salgado, Judith. 2011. Estudio sobre la

incorporación del enfoque de equidad de género en la educación básica en el Ecuador. Currículo y textos de Educación Básica. Quito: UNESCO.

Giroux, Henry. 2004. Teoría y resistencia en educación. Una pedagogía para la oposición. Buenos Aires: Siglo XXI editores.

International Planned Parenthood Federation. Western Hemisphere Region. 2012. Evaluación de la implementación de la declaración ministerial Prevenir con Educación. Del Acuerdo a la acción. Avances en Latinoamérica y el caribe. New York.

International Planned Parenthood Federation. Western Hemisphere Region. 2011. Un Solo Currículo. New York.

ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD (2005). Consejería orientada en los jóvenes para prevenir VIH/ITS y para promover la salud sexual y reproductiva: una guía para proveedores de primera línea. Washington, D.C. ISBN 92 75 32615

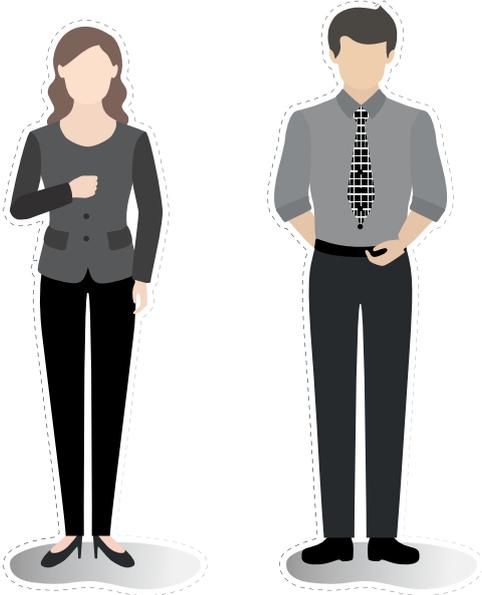
Organización Mundial de la Salud. (1986). La Salud de los jóvenes: un desafío para la sociedad : informe de un grupo de estudio de la OMS acerca de los jóvenes y la "Salud para todos en el año 2000." Ginebra:

ANEXOS

Anexo Actividad #5



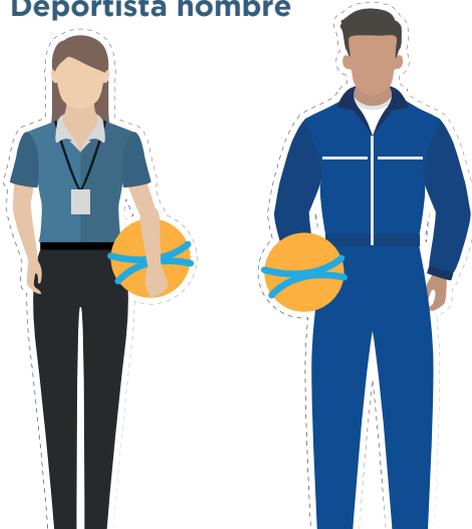
**Vendedora-vendedor
(tienda)**



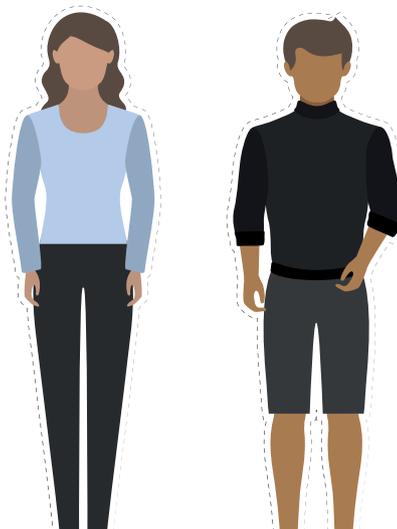
Panadera-panadero



**Deportista mujer
Deportista hombre**



Bailarina-bailarín

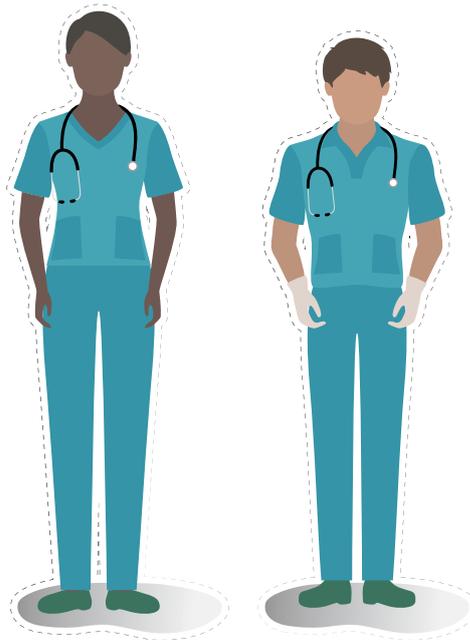




Doctora-Doctor



Veterinaria-veterinario



Conductor-conductora (taxi)



Campesino-campesina





Constructora-constructor



Cantante mujer-cantante hombre



Bombrera-bombero



Policía mujer-policía hombre





Profesora-profesor



Peluquera-peluquero



**Manicurista mujer
Manicurista hombre**



Zapatera-zapatero

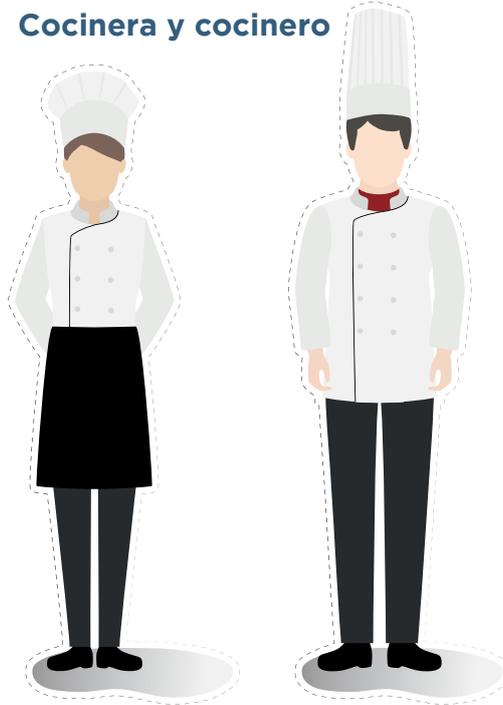




Vendedora y vendedor de flores



Cocinera y cocinero



Lavandera-lavadero



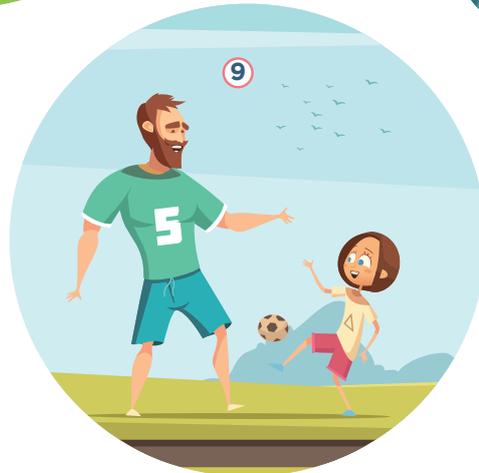
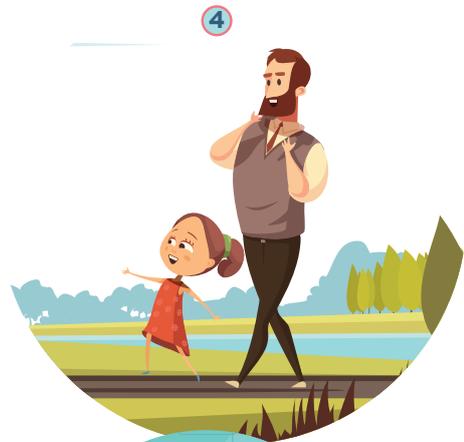
Pescador-pescadora



Anexo Actividad #6



Anexo Actividad #12





 @MinisterioEducacionEcuador

 @Educacion_EC

 /MinEducacionEcuador

 /Educacionecuador



Dirección: Av. Amazonas N34-451 y Av. Atahualpa. Quito-Ecuador
Teléfono: 593-2-396-1300 / 1400 / 1500 **Código Postal:** 170507
www.educacion.gob.ec