



Guía metodológica para la **PREVENCIÓN DEL EMBARAZO ADOLESCENTE**



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN





Guía metodológica para la
PREVENCIÓN DEL
EMBARAZO ADOLESCENTE

PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA
Lenín Moreno Garcés

MINISTRA DE EDUCACIÓN
Monserrat Creamer Guillén

Viceministra de Educación
Susana Araujo Fiallos

Viceministro de Gestión Educativa
Vinicio Baquero Ordóñez

Subsecretaria para la
Innovación y Buen Vivir
Isabel Bermeo Bermeo

Directora Nacional de Educación
por la Democracia y el Buen Vivir
Laura Salvador Puig

Elaboración
Diego Paz Enríquez

Revisión y actualización
Sonia Sobrino Andrade

Equipo técnico
María Salomé Parreño
Gloria Vinueza
Carla Terán
Gabriela Chamorro

VVOB Educación para el Desarrollo
Caroline Decombel
Programme Manager VVOB
María Gracia Fonseca Ashton
Asesora educativa

Diseño y diagramación
Adriana Pozo Vargas

Corrección de estilo
Mauricio Montenegro Zabala



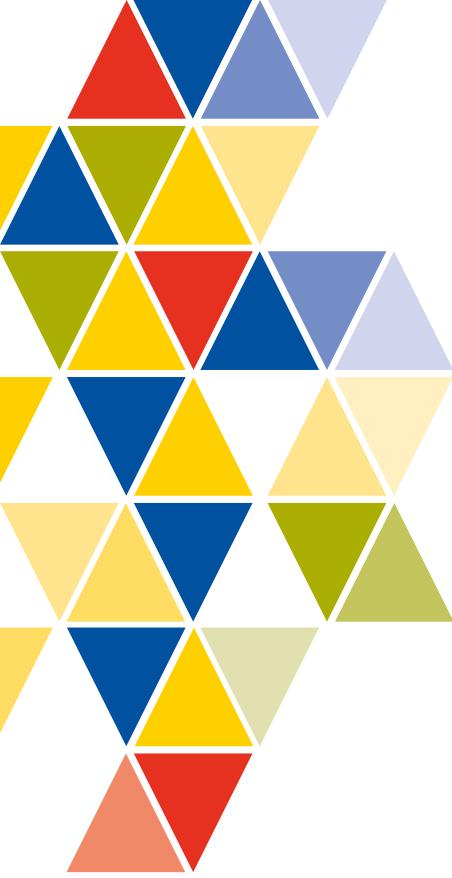
Segunda edición, 2019
© Ministerio de Educación
Av. Amazonas N34-451 y Av. Atahualpa
Quito, Ecuador
www.educacion.gob.ec

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.

ISBN: 978-9942-22-476-7
DISTRIBUCIÓN GRATUITA - PROHIBIDA SU VENTA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN





Índice

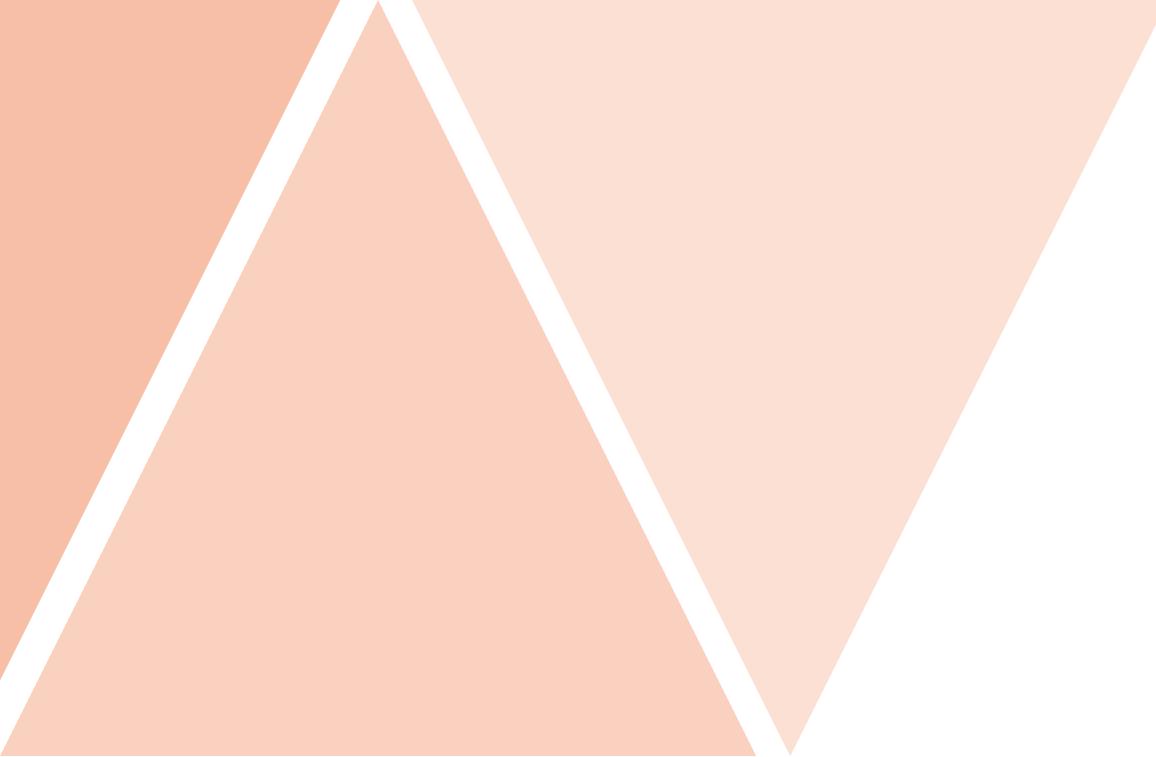
Capítulo 1: Presentación	5
Capítulo 2: Cómo funciona la guía	9
Capítulo 3: Enfoques de abordaje	15
Enfoque de derechos	17
Enfoque de género	18
Enfoque de bienestar	18
Enfoque intercultural	19
Enfoque intergeneracional	19
Enfoque inclusivo	20
Enfoque pedagógico	20
Capítulo 4: Embarazos de niñas y de adolescentes como fenómenos diferentes	21
¿Por qué se debe prevenir el embarazo no planificado y a edades tempranas?	25
Causas del embarazo en adolescentes	27
Causas del embarazo en niñas	29
Capítulo 5: El papel de la escuela en la prevención del embarazo	31
Conceptos y orientaciones mínimas	33
Derechos sexuales y derechos reproductivos	33
Sexualidad	35
Sexo	35
Género	36
Relación entre género y sexualidad	36
Algunos apuntes sobre el desarrollo de la sexualidad en niñas, niños y adolescentes	37
Sexualidad y afectividad en la niñez	38
Recomendaciones para abordar la sexualidad en la infancia	40
Sexualidad y afectividad en la adolescencia	42
Recomendaciones para abordar la sexualidad en la infancia	43
Construcción sociocultural de la sexualidad	44
Construcción de la sexualidad de las mujeres	44
Construcción de la sexualidad de los hombres	45

El rol de la escuela en el abordaje de la salud sexual y reproductiva	46
El rol de la escuela en materia de prevención del embarazo en niñas y de embarazos forzados en adolescentes	50
El rol de la escuela en materia de prevención del embarazo no planificado en adolescentes	51
Capítulo 6: Antes de empezar	59
Reflexiones sobre el rol docente frente a la EIS	61
1. Reflexión: la educación sexual que recibí en mi niñez y adolescencia	63
2. Revisando lo que pienso y siento sobre sexualidad	66
3. Un cambio positivo	67
4. Derechos sexuales y derechos reproductivos	69
5. Derechos sexuales y derechos reproductivos en mi institución educativa	71
Características de la persona que facilita procesos de Educación Integral de la Sexualidad	73
Capítulo 7: Estrategias metodológicas para trabajar en la prevención del embarazo adolescente	75
Nivel 1: Educación Inicial 1 y 2 y Primer Año de EBG	79
Nivel 2: Segundo, Tercer y Cuarto Años de EBG	99
Nivel 3: Quinto, Sexto y Séptimo Años de EBG	120
Nivel 4: Octavo, Noveno y Décimo Años de EBG	141
Nivel 5: Primero, Segundo y Tercer Años de Bachillerato	187
Capítulo 8: Bibliografía	219



Presentación

1



Las propuestas de prevención de embarazos no deseados en adolescentes tienen larga data en la región. En Ecuador, los procesos de prevención se vincularon con el desarrollo de planes y programas de planificación familiar, principalmente en el marco de la Ley de Maternidad Gratuita (1994), que, en su artículo primero, garantizaba el acceso de las mujeres a programas de salud sexual y salud reproductiva. Sin embargo, el incremento de las tasas de natalidad vinculadas a mujeres menores de 19 años no se redujo, por lo que se identificó como alternativa y complemento el desarrollo de acciones desde el ámbito educativo. Así, en 1998 se expidió la ley 73 o Ley de Educación para la Sexualidad y el Amor, y, a partir de allí, los planes y programas dirigidos a la educación en sexualidad se han ido modificando en función de las necesidades de la sociedad y las formas en que la sexualidad se ha ido resignificando.

Las políticas en materia de prevención han ido transformándose en el tiempo en función de los nuevos requerimientos sociales, así como la evidencia científica provista de la evaluación de los programas ejecutados anteriormente. Como señala la evidencia nacional e internacional (Unesco 2014, 2018; Banco Mundial 2012; BID 2017; Enipla 2011; Plan Internacional 2018), las estrategias efectivas de prevención de embarazos:

- Garantizan el acceso a información sobre salud sexual y reproductiva y a servicios de salud amigables, así como a los mecanismos de protección social en temas de violencia.
- Promueven no solo el acceso a la información, sino también el desarrollo de habilidades y la transformación de roles de género perniciosos.
- Permiten coordinar la respuesta estatal a través de una intervención intersectorial que articule respuestas integrales frente a la prevención

de los embarazos; esto implica la coordinación entre educación, salud y comunidad.

- Se ejecutan en múltiples niveles (centrales, regionales, provinciales y comunitarios), integrando actividades puntuales. Las estrategias mencionadas se articulan en torno al enfoque de derechos y transversalizan la perspectiva de género.

En este sentido, la apuesta del Estado ecuatoriano actualmente consiste en una política intersectorial de prevención de embarazos en niñas y adolescentes, que articula los esfuerzos de los Ministerios de Educación, Salud e Inclusión Económica y Social, así como con el sector justicia, considerando las múltiples dimensiones y particularidades del fenómeno del embarazo en niñas y adolescentes.

La prevención de embarazos no planificados en niñas, adolescentes y jóvenes es un proceso integral, en el que el Estado, la escuela y la familia comparten responsabilidades. El Gobierno ecuatoriano, a través del Ministerio de Educación, asume la responsabilidad que le corresponde en cuanto a 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 la serie de herramientas que se presentan como apoyo al proceso educativo.

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



**Cómo
funciona
la guía**

2



El Ministerio de Educación, en el marco de sus competencias, promueve el desarrollo de material educativo basado en la evidencia científica y en experiencias exitosas en temas de prevención. Estas herramientas tienen como objetivo dar respuesta a las necesidades de la población, incluyendo siempre la perspectiva de género y el enfoque de derechos, para fortalecer el Proyecto de Vida de las personas. El objetivo es brindar el máximo acceso a información suficiente, de modo que las personas puedan decidir sobre su vida y sexualidad de forma plena, libre y responsable, en ambientes libres de violencia, en línea con el mandato constitucional de 2008 y los instrumentos de derechos humanos y educación de los cuales el país es signatario.

Para el desarrollo de este documento se revisaron diferentes estrategias, metodologías, contenidos y propuestas para trabajar en materia de prevención de embarazos. Es fundamental aclarar que el enfoque y las estrategias de prevención del embarazo en niñas difieren mucho de las dirigidas a adolescentes, ya que en el caso de las niñas siempre debe ser abordado desde la prevención de la violencia sexual. Por esto, la presente guía está orientada principalmente a prevenir el embarazo no planificado en adolescentes, siempre y cuando no sea producto de una violación. Por lo tanto, es una guía metodológica para trabajar con estudiantes de ambos sexos.

Una vez aclarado esto, las estrategias seleccionadas para ser incluidas en esta guía son aquellas que cumplen con los siguientes parámetros:

- Integran el enfoque de derechos y la perspectiva de género de forma transversal.

- Los contenidos presentados tienen respaldo científico, que puede ser verificado, así como información actualizada.
- Los contenidos y metodologías no reproducen patrones de violencia.
- Las metodologías son suficientemente flexibles como para ser aplicadas en los diferentes contextos de la realidad ecuatoriana.

Sobre este análisis y considerando la evidencia producida tanto en el país como en la región, se identifica que los procesos educativos que tienen impacto en la reducción de embarazos en adolescentes presentan las siguientes características:

- Son parte de todo el proceso formativo de las personas, diferenciando contenidos y estrategias en función de las etapas del desarrollo a lo largo del ciclo de vida.
- Integran de forma transversal la perspectiva de género y el enfoque de derechos, reconociendo a la sexualidad como un derecho y a la persona como protagonista autónoma en el proceso.
- Promueven la vinculación de la escuela y la familia con la comunidad y servicios públicos que se prestan en los territorios.
- Trascienden un enfoque biomédico de prevención del riesgo, centrado en aspectos biológicos y en prevenir las consecuencias en la salud, y se ubican en el desarrollo de habilidades, el autoconocimiento y en los procesos de toma de decisiones desde una perspectiva de género que permite cuestionar y transformar estereotipos que sostienen relaciones de poder entre hombres y mujeres.

Estas características posibilitaron diseñar la presente guía como una estrategia que permite incidir en la comunidad educativa, al mismo tiempo que genera un proceso de autoformación para quien la utiliza. Vale señalar que en todo el diseño de este documento se tomó en cuenta la participación de las diferentes partes actoras, principalmente considerando la experiencia del personal docente así como las necesidades de estudiantes y familias.

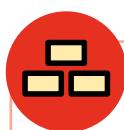
Secciones de la guía

Este documento consta de tres secciones. La primera consiste en una contextualización del fenómeno de los embarazos en niñas y en adolescentes en el país, incluyendo un breve análisis de sus causas y consecuencias para, a partir de esta información, desarrollar estrategias educativas que permitan trabajar el tema.

La segunda parte del documento integra recomendaciones generales para las instituciones educativas, vinculando esta guía con las herramientas institucionales que actualmente se utilizan en las escuelas. Finalmente, se presenta una propuesta metodológica para trabajar en este tema, organizada en cinco niveles de progresión, considerando las necesidades específicas que tiene la comunidad educativa en función de la etapa de aprendizaje por la que atraviesa el grupo de estudiantes, esto en línea con los estándares de calidad educativa. Así, existirán actividades para:

- **Nivel 1:** Estudiantes de Inicial 1 y 2 y Primer Año de Educación General Básica (EGB)
- **Nivel 2:** Estudiantes de Segundo, Tercer y Cuarto Años de EGB
- **Nivel 3:** Estudiantes de Quinto, Sexto y Séptimo Años de EGB
- **Nivel 4:** Estudiantes de Octavo, Noveno y Décimo Años de EGB
- **Nivel 5:** Estudiantes de Primer, Segundo y Tercer Años de Bachillerato

Ocasionalmente, a lo largo de la guía se presentan estrategias complementarias dirigidas a estudiantes, docentes y familias, organizadas de la siguiente manera:



Construcción del Proyecto de Vida

Consiste en actividades dirigidas a estudiantes que pueden ser desarrolladas en la hora de Desarrollo Humano Integral 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.



Me informo y actúo

Consiste en actividades como campañas o estrategias de participación estudiantil, en las que 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.



Hablemos en casa también

Considera la importancia y responsabilidad de las familias para hablar de sexualidad con sus hijas e hijos con información pertinente a cada etapa del desarrollo. Esta sección aporta información para garantizar estos diálogos.

La escuela es un espacio privilegiado para trabajar temas vinculados con la sexualidad. En este espacio se perpetúan las lógicas de reproducción social vinculadas con los estereotipos de género, los factores de riesgo, la violencia, las miradas negativas sobre la sexualidad y la falta de información sobre derechos. Sin embargo, también es un espacio en el que todos estos aspectos pueden modificarse, a través de un ejercicio crítico, con contenidos pertinentes, científicos y laicos que, adicionalmente, deben estar mediados por metodologías adecuadas al ciclo vital y con la flexibilidad suficiente para que sean adaptadas a las diferentes realidades territoriales del país. En este proceso, es necesario no descuidar los contenidos mínimos que permitan incidir en la reducción efectiva de embarazos no planificados, ampliando de esta manera las posibilidades de cada estudiante de ejercer sus derechos.

Para esto, es necesario considerar que la educación en sexualidad permite a las personas acceder a información correcta sobre sus derechos sexuales y derechos reproductivos, promoviendo la eliminación de mitos y la vivencia de una sexualidad plena y placentera. Pero, sobre todo, promueve el desarrollo de habilidades y aptitudes para la vida como pensamiento crítico, empatía, aptitudes de comunicación y negociación, desarrollo del sentido de sí mismo y capacidad para tomar decisiones autónomas, en el marco del desarrollo integral la construcción de proyectos de vida que integren la vivencia de una sexualidad segura y satisfactoria, reconociéndola como un derecho humano fundamental.

Finalmente, es necesario indicar que este documento trabaja principalmente un aspecto de la Educación Integral de la Sexualidad (EIS): la prevención de embarazos 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. En este sentido, los contenidos de esta guía metodológica se engranan con los materiales y políticas del MinEduc que tienen que ver con el desarrollo de un ambiente seguro y promotor del bienestar estudiantil, así como la orientación para la construcción de Proyectos de Vida de estudiantes.



Enfoques de abordaje

3



Como se ha mencionado, la prevención del embarazo prematuro es una tarea fundamental del Estado y de la sociedad en su conjunto. La escuela es parte indispensable del proceso y constituye un espacio de encuentro y formación, no solo del estudiantado, sino de toda la comunidad educativa a lo largo de la vida.

Por otro lado, el fenómeno de los embarazos no intencionados se relaciona con varios factores que tienen que ver con aspectos socioculturales, escaso acceso a información, barreras en torno a servicios de calidad, roles de género estereotipados y, en muchas ocasiones, situaciones de violencia. Esta guía busca brindar información y herramientas a los equipos docentes para que puedan promover el desarrollo de habilidades de niños, niñas y adolescentes durante su proceso formativo que les permitan construir Proyectos de Vida autónomos basados en la toma de decisiones informadas.

En esta línea, para realizar un abordaje adecuado es necesario trabajar desde los siguientes enfoques:

Enfoque de derechos

Se fundamenta en el reconocimiento de que niños, niñas y adolescentes son titulares plenos de derechos en ejercicio de su ciudadanía. El Estado debe brindar protección y garantizar una Educación Integral de la Sexualidad que promueva la construcción de ciudadanía, el acceso a servicios de salud amigables y una vida libre de violencia.

El trabajo de prevención de los embarazos prematuros es prioritario, así como la garantía de los derechos sexuales y reproductivos, que deben ser un marco de referencia y guía de las acciones y abordajes que se proporcionen a esta línea de acción, según las competencias de cada persona

dentro de la comunidad educativa. Cabe mencionar que en el Modelo de Funcionamiento de los Departamentos de Consejería Estudiantil, presentado por el Ministerio de Educación, se menciona que se debe mantener el principio de universalidad de los derechos y se invita a reconocer la obligación del Estado, representado por el Ministerio de Educación, de establecer las condiciones en el ejercicio, la protección y la restitución de los derechos (MinEduc, 2016). Los derechos sexuales y derechos reproductivos, por tanto, son derechos humanos universales que se fundamentan en la libertad, la dignidad y la igualdad, inherentes a todas las personas.

Enfoque de género

Permite entender las diferencias socialmente construidas que existen entre hombres y mujeres, y cómo estas han estructurado relaciones de poder inequitativas entre ambos sexos, limitando el acceso en igualdad de condiciones a oportunidades sociales, educativas y laborales, entre otras. Este enfoque también permite identificar y reflexionar sobre los estereotípos de género que crean situaciones de discriminación y marginación y que limitan el desarrollo integral de las personas; asimismo, comprender las incongruencias entre clases sociales, etnias, edades, territorios, etc., que dificultan el ejercicio pleno de los derechos humanos.

La educación debe estar orientada en la formación para la igualdad, considerando los aspectos culturales, sociales, físicos y psicológicos presentes en el terreno de la sexualidad, promoviendo el derecho de todas las personas (hombres y mujeres) a una educación que promueva el ejercicio de los derechos humanos. Trabajar desde el enfoque de género en la prevención del embarazo en la infancia y la adolescencia permite entender y abordar las causas y consecuencias que se derivan de la desigualdad entre los géneros además de formular estrategias de prevención que tomen en cuenta a hombres y mujeres y el respeto mutuo, no solo desde los contenidos, sino desde la integralidad de la gestión escolar.

Enfoque de bienestar

El enfoque de bienestar orienta medidas multisectoriales encaminadas a la promoción de la salud durante todo el ciclo vital, para garantizar a las personas un desarrollo saludable en la niñez y la adolescencia y evitar, de esta forma, posibles alteraciones físicas y mentales en la edad adulta y la vejez. Considerar el enfoque de bienestar implica que las estrategias de promoción y prevención que se diseñen deben estar encaminadas a garantizar la salud integral desde el ámbito educativo, teniendo en cuenta la comprensión de los diferentes procesos biológicos, psicológicos (afectivos, emocionales y subjetivos) y sociales que presentan niños, niñas y adolescentes. Especial énfasis se ha de poner en la promoción de una Educación Integral de la Sexualidad (EIS) con pro-

cesos permanentes de formación y capacitación que apoyen al fortalecimiento de las capacidades de niños, niñas y adolescentes y el fomento del liderazgo estudiantil. Asimismo, la preparación docente en el tema y la vinculación de la escuela con el entorno educativo y familiar asegurarán la duración y el seguimiento del proceso de prevención del embarazo adolescente en el sistema educativo nacional.

Enfoque intercultural

La interculturalidad abarca el reconocimiento, la aceptación, la valoración, el aprendizaje y el respeto de culturas diferentes, así como de la diversidad de las cosmovisiones, opciones, concepciones y prácticas de vida existentes, aspectos que permiten ampliar la visión frente a las diferentes formas de vivir según la edad, la etnia, el género, la religión, la opción sexual, la ideología o la posición política. Por tanto, el diálogo intercultural se centra en el reconocimiento de las personas de diferentes culturas como sujetos de derechos, sin ninguna barrera ni jerarquía social. La adecuada contextualización étnica y cultural de la vivencia de la sexualidad apoyará en la definición de aquellos mecanismos de prevención que se implementarán en el contexto educativo, promoviendo el diálogo entre diferentes saberes culturales para la construcción de relaciones equitativas.

Enfoque intergeneracional

El enfoque intergeneracional reconoce las necesidades específicas que poseen las personas en relación con la etapa de desarrollo en la que se encuentran. Es decir, reconocer que la Educación Integral de la Sexualidad es relevante para cada persona a lo largo de toda su vida, analizando cómo cambian las perspectivas individuales en lo que se refiere a los factores biológicos, sociales y de comportamiento. El modo en que cada persona transita las diferentes etapas de la vida está condicionada, a su vez, no solo por aspectos del desarrollo biológico, sino también por los condicionantes socioculturales de lo que implica ser de una determinada edad en cierto contexto social.

El adultocentrismo establece condiciones para pensar, actuar y decidir en nombre de quienes no son considerados como personas adultas, pudiendo provocar abusos y excesos en contra de niñas, niños, adolescentes y personas mayores, bajo una dinámica de relaciones de poder inequitativas. Por tanto, este enfoque permite reconocer las diferencias y las necesidades que existen en cada una de las etapas vitales, poniendo en diálogo a personas de distintas edades, reconociendo las aportaciones que cada una de ellas realiza a la construcción de una sociedad más justa y equitativa. Este enfoque, en lo que se refiere a la prevención del embarazo en la adolescencia, permite el reconocimiento de las diferencias y particularidades que poseen niños, niñas y adolescentes en

concordancia con la edad y el desarrollo evolutivo, por lo que las metodologías, actividades, prácticas y formas de abordaje deben realizarse en función del respeto, el reconocimiento de las etapas de desarrollo evolutivo y la trayectoria educativa de cada estudiante.

Enfoque inclusivo

Busca hacer efectivo el derecho a la educación y la promoción de los derechos sexuales y derechos reproductivos independientemente de la diversidad de necesidades educativas especiales (NEE) asociadas o no con la discapacidad que presenten niños, niñas y adolescentes. Brindar una Educación Integral de la Sexualidad desde el enfoque inclusivo implica reconocer los diferentes modos de estar en el mundo y distintas maneras de vivir la sexualidad, así como orientar las intervenciones de tal forma que se puedan identificar y abordar las barreras de acceso (no solo físicas sino también sociales) que las personas con NEE tienen para vivir una sexualidad plena y ejercer sus derechos.

Enfoque pedagógico

Se fundamenta en los conceptos de educación para la vida, que posibilitan la formación y el desarrollo humano desde una visión integral, donde cada estudiante tiene contacto con experiencias significativas de distinta naturaleza, afines a sus intereses, aptitudes y actitudes. Este marco filosófico educativo incentiva la toma de decisiones personales y el debate de experiencias científicas, culturales, sociopolíticas y tecnológicas diseñadas a través de metodologías acordes con las necesidades del estudiantado.



Embarazos de niñas y de adolescentes como fenómenos diferentes

4

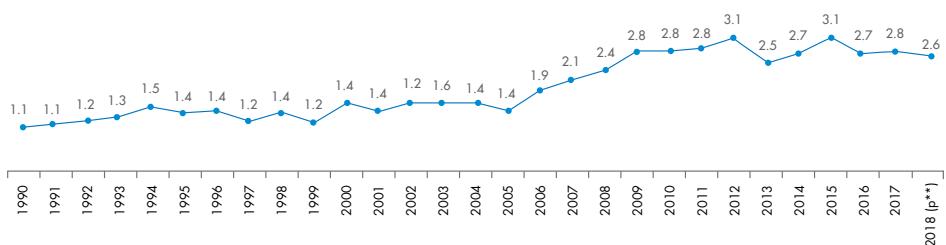
La información disponible en torno al embarazo en adolescentes y jóvenes en el país es extensa. Existen series de datos comparables entre sí que muestran cómo se ha comportado este fenómeno a través del tiempo y, además, permiten identificar factores que inciden en el aumento o disminución de tasas de 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 de edad, así como en adolescentes de entre 15 y 19 años. Es sumamente importante hacer esta desagregación en el análisis de los datos para entender los distintos abordajes que, desde el sistema educativo, se tienen que realizar sobre el embarazo temprano.

Gráfico 1
Tasa específica de nacidos vivos de madres adolescentes de 10 a 14 años

Período: 1990-2018 en el año ($\dagger+1$)

En el año 2018, se obtuvo 2089 nacidos vivos de madres de 10 a 14 años de edad que corresponden a 2,6 nacidos vivos por cada 1000 mujeres en ese rango de edad.



Los nacidos vivos registrados ($\dagger+1$): corresponden a los nacidos vivos ocurridos en el año de estudio, e inscritos hasta el 31 de diciembre del año siguiente.

($\dagger+1$) cifras provisionales: correspondientes a los datos e indicadores que se generan con información de los nacidos vivos ocurridos en el 2018 y que están sujetos a ajustes por registros posteriores

Fuente: Registro Estadístico Nacidos Vivos 1990-2018

Estos datos son, sin duda, alarmantes: en 2017, un total de 2470 niñas quedaron embarazadas producto de violación sexual. Estos datos equivalen a que 7 niñas dan a luz cada día en nuestro país. El marco legal ecuatoriano claramente establece que el contacto sexual con menores de 14 años de edad es violación.

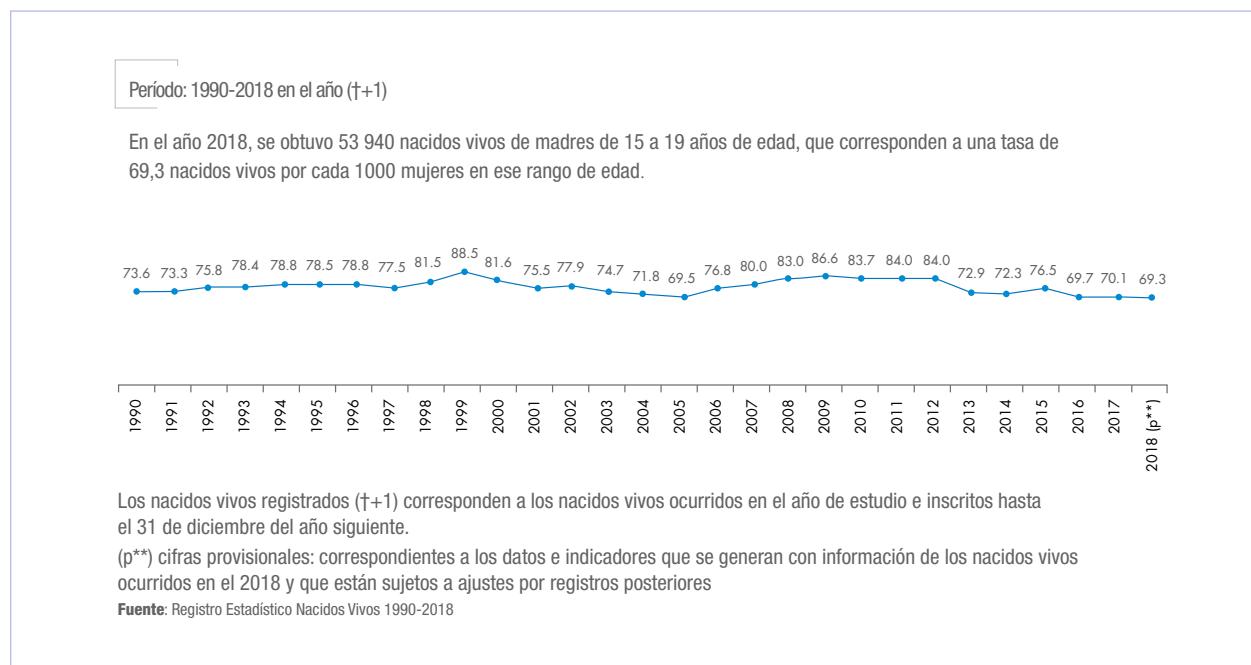
Esto permite evidenciar la persistencia de casos de violencia sexual contra niñas, que tienen como una de sus consecuencias más visibles el embarazo y la vivencia de una maternidad forzada. Estas situaciones coartan el ejercicio de sus derechos a la salud sexual y reproductiva, a un desarrollo oportuno acorde a su edad, a disfrutar de una vida libre de violencia, entre otros.

Sobre esto, es obligación de las instituciones educativas y familias generar estrategias de prevención que permitan:

- Desnaturalizar los patrones socioculturales de género que promueven las relaciones violentas entre hombres y mujeres. Esto se logra a través de la promoción de una cultura de paz y de la formación en igualdad y equidad entre los hombres y las mujeres.
- Identificar posibles situaciones de violencia y las formas de prevenirla, así como enseñar a los niños y niñas a conocer su cuerpo, cuidarlo y protegerlo; a reconocer situaciones de violencia; y a tener la capacidad de avisar a una persona adulta de confianza cuando sienten amenazas o les atacan.
- Identificar las rutas y protocolos de actuación en casos de violencia y ejecutarlos.

Para más información sobre las acciones que se deben llevar a cabo en la escuela para abordar el embarazo de niñas, se puede complementar esta guía con los documentos *Protocolo de actuación frente a situaciones de violencia cometidas o detectadas en el sistema educativo* y *Protocolo de actuación frente a situaciones de embarazo, maternidad y paternidad de estudiantes en el sistema educativo*, ambos emitidos por el Ministerio de Educación.

Gráfico 2
Tasa específica de nacidos vivos de madres adolescentes de 15 a 19 años de edad



Esta gráfica da cuenta de cómo se manifiesta el fenómeno de los embarazos en adolescentes en Ecuador. En este rango de edad se produce el 18 % de embarazos del país, según datos del INEC (2018). El embarazo en adolescentes, como vamos a ver más adelante, es el resultado de múltiples factores que se interrelacionan en las diferentes esferas: individual, familiar, comunitaria, sociocultural y política. Entre las causas del embarazo en adolescentes se encuentra también la violencia sexual. Sin embargo, no existen datos separados sobre el porcentaje de casos de embarazo producto de violencia sexual, ya que es una situación que, por sus características, tiende a ser invisibilizada o no es denunciada. No obstante, según el INEC (2011) de cada 10 víctimas de violación, 6 son niñas, niños y adolescentes, lo que nos permite dar cuenta de la magnitud de las cifras de violencia sexual que resultan en embarazos tempranos.

¿Por qué se debe prevenir el embarazo no planificado y a edades tempranas?

El embarazo, cuando es no intencionado o forzado, tiene unas consecuencias determinantes sobre la vida de las mujeres que alteran su Proyecto de Vida y limitan sus oportunidades de desarrollo. A la par, esas graves consecuencias pueden darse cuando el embarazo también lo enfrenta un hombre adolescente. Por esto, su prevención debe ser una estrategia primordial dentro de la planificación educativa.

Debido a la estructura de género, se demandan diferentes niveles de responsabilidad de hombres o de mujeres frente a un embarazo. Mientras que a las mujeres se les exige dedicarse al cuidado bajo la amenaza de “convertirse en una mala madre”, a los hombres generalmente esto se les plantea como una opción. No obstante, asumir el cuidado de un hijo o hija tiene consecuencias para ambas partes.

Entre las principales consecuencias de un embarazo durante la niñez y la adolescencia se encuentran las siguientes. Esta temática es abordada con mayor profundidad en el *Protocolo de actuación frente a situaciones de embarazo, maternidad y paternidad de estudiantes en el sistema educativo* (MinEduc, 2018).

- **Deserción escolar.** Durante la niñez y la adolescencia existe una mayor probabilidad de abandonar la educación, como consecuencia de las nuevas responsabilidades que se adquieren.
- **Pobreza y efectos intergeneracionales en la familia de origen y en descendencia.** Unfpa destaca que tener un hijo o una hija en la adolescencia reduce el nivel de ingresos de una mujer en un 30 % (2007), cuestión que se relaciona con el aumento de la probabilidad de encontrarse en situación de pobreza (Celade y Cepal, 2008). Además, como consecuencia del abandono de los estudios, tanto el padre como la madre se ven expuestos a transitar por trabajos precarios o informales.
- **Deterioro de la salud de la madre.** Según la Organización Mundial de la Salud, “las complicaciones del embarazo y el parto son la principal causa de muerte en mujeres adolescentes” (OMS, 2012), ya que las madres adolescentes tienen hasta el triple de posibilidades de morir por causas maternas, en comparación con las adultas (Flasog, 2010). En menores de 15 años de edad, estos riesgos son cinco veces mayores, según datos recogidos por Unfpa (2013). A su vez, el embarazo adolescente se relaciona con un mayor riesgo de problemas de salud asociados, además, a trastornos emocionales.
- **Matrimonios forzados.** En Ecuador, el 3 % de las adolescentes y los adolescentes entre 12 y 17 años de edad vive o ha vivido en pareja. De este grupo, el 1 % tiene un compromiso en unión libre y el 0,6 por ciento se ha casado (INEC, 2012). Esta cifra se eleva cuando se trata de mujeres adolescentes: 2 % de ellas vive en unión libre (Observatorio Social del Ecuador, 2014).



Causas del embarazo en adolescentes

El embarazo en adolescentes es un fenómeno multicausal, tanto para los hombres como para las mujeres jóvenes. Existen factores sociales, familiares, escolares y personales que potencian la prevalencia de este fenómeno.

La gestación, maternidad y paternidad son opciones válidas para todas las personas. Por lo tanto, debe ser una decisión tomada en libertad, con información suficiente y en ambientes libres de violencia.

- “Al principio me daba miedo, no sabía qué hacer... Pero estaba cansada de estar sola; ahora, con él, voy a estar acompañada”. Cristina, 16 años, Quito
- “No quería ser papá, pero toca. Así también 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. Por ahora, quiero trabajar y viajar”. Sergio, 16 años, Loja

Estos factores pueden ser agrupados en algunas categorías amplias que permiten identificar las formas en que se conectan y operan en lo cotidiano. Así, se observa que la violencia y los ambientes en que esta se produce potencian el aparecimiento de embarazos no intencionados.

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

Perdura un generalizado **desconocimiento de los derechos humanos**, particularmente los sexuales y reproductivos, así como las barreras de acceso a información, Educación Integral de la Sexualidad (EIS) y servicios de consejería sobre salud sexual y reproductiva. Limita el ejercicio de estos derechos en amplios sectores de la sociedad.

A continuación, se numeran los factores de riesgo y de protección que inciden en la probabilidad de tener un embarazo no planificado ni deseado, recogidos más ampliamente en el *Protocolo de actuación frente a situaciones de embarazo, maternidad y paternidad de estudiantes en el sistema educativo* (MinEduc, 2017).

Factores de riesgo

INDIVIDUAL	FAMILIAR	ESCOLAR
<ul style="list-style-type: none"> • Características demográficas (edad, educación, ingreso económico) • No ser deseados/as o acogidos/as • Presentar necesidades especiales, asociadas o no a discapacidad • Escasas habilidades de interacción social • Experiencias de rechazo, humillación o exclusión • Uso de drogas • Desconocimiento de lo que implica la violencia • Aspectos relacionados al género (por ejemplo, en Ecuador, ser mujer es un factor de riesgo) • Rasgos físicos o culturales distintos a los de la mayoría (minorías étnicas o culturales) • Baja autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para establecer vínculos afectivos con el NNA • Antecedentes de violencia familiar • Consumo problemático de alcohol, tabaco u otras drogas por integrantes de la familia • Participación en actividades delictivas • Dificultades económicas • Problemas físicos, mentales o de desarrollo de algún miembro de la familia • Ruptura familiar • Aislamiento de la comunidad o falta de una red de apoyo • Desconocimiento de lo que implica la violencia • Delegación de la crianza a otras personas (padrinos, madrinas, amistades, vecinos) • Historial de posesión o uso de armas en la familia 	<ul style="list-style-type: none"> • Desigualdades sociales y de género • Estereotipos de género, estereotipos sobre orientación sexual (homofobia, misoginia y lesbofobia, entre otros) • Falta de condiciones de vida básicas (vivienda y/o alimentación) o de servicios de apoyo a las familias • Niveles elevados de desempleo o pobreza • Fácil acceso al alcohol, tabaco y otras drogas • Normas sociales y culturales que debilitan el estatus del niño, niña o adolescente en las relaciones con su familia o fomentan la violencia hacia las demás personas, como los castigos físicos o la rigidez de los roles asignados a cada sexo • Vivir en una zona marginal • Naturalización e invisibilización social de la violencia • Acceso a armas

Fuente: Organización Mundial de la Salud

Factores de protección

INDIVIDUAL	FAMILIAR	ESCOLAR	SOCIAL
<ul style="list-style-type: none"> • Empoderarse sobre los derechos, a través de conocerlos y exigirlos • Poseer información sobre aquellos factores internos y externos que inciden en la toma de decisiones • Estar dentro del sistema educativo hasta el final de los estudios obligatorios • Contar con educación integral de la sexualidad enmarcada en el enfoque de derechos y el desarrollo de habilidades para la vida • Tomar conciencia sobre los valores, mejoramiento de la autoestima y toma de decisiones 	<ul style="list-style-type: none"> • Participar en cursos y talleres que fomentan el diálogo familiar • Tomar conciencia sobre la prohibición del matrimonio temprano • Ser conscientes sobre la importancia de la familia y el respeto y afectividad que se debe brindar a niños, niñas y adolescentes, siempre encaminada al respeto de los derechos • Ser familias que promueven el diálogo con sus hijos • Involucrarse en los procesos de socialización y afectividad de sus hijos e hijas, es decir, conocer a dónde van y quiénes son sus amistades • Generar actitudes responsables con la propia vida y la toma de decisiones assertivas 	<ul style="list-style-type: none"> • Constituirse en un centro que brinda información clara y oportuna sobre temas de educación sexual y prevención de la violencia • Facilitar el acceso a la educación y su permanencia, evitando deserciones para las presuntas víctimas • Ser una comunidad educativa abierta al diálogo sobre temas de importancia social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Procurar un entorno libre de violencia • Brindar información libre de estereotipos sustentados en información científica • Practicar valores como la solidaridad, el respeto a la diferencia y la honradez en todas las relaciones sociales

Fuente: Organización Mundial de la Salud

Causas del embarazo en niñas

Muchos embarazos se dan en el marco de situaciones de violencia sexual. Sin embargo, en aquellos que ocurren en niñas menores de 14 años (2,4 % del total de embarazos en menores), se considera que TODOS son producto de violencia sexual en los que el agresor, por lo general, resulta ser una persona cercana que pertenece al entorno familiar, comunitario o escolar.

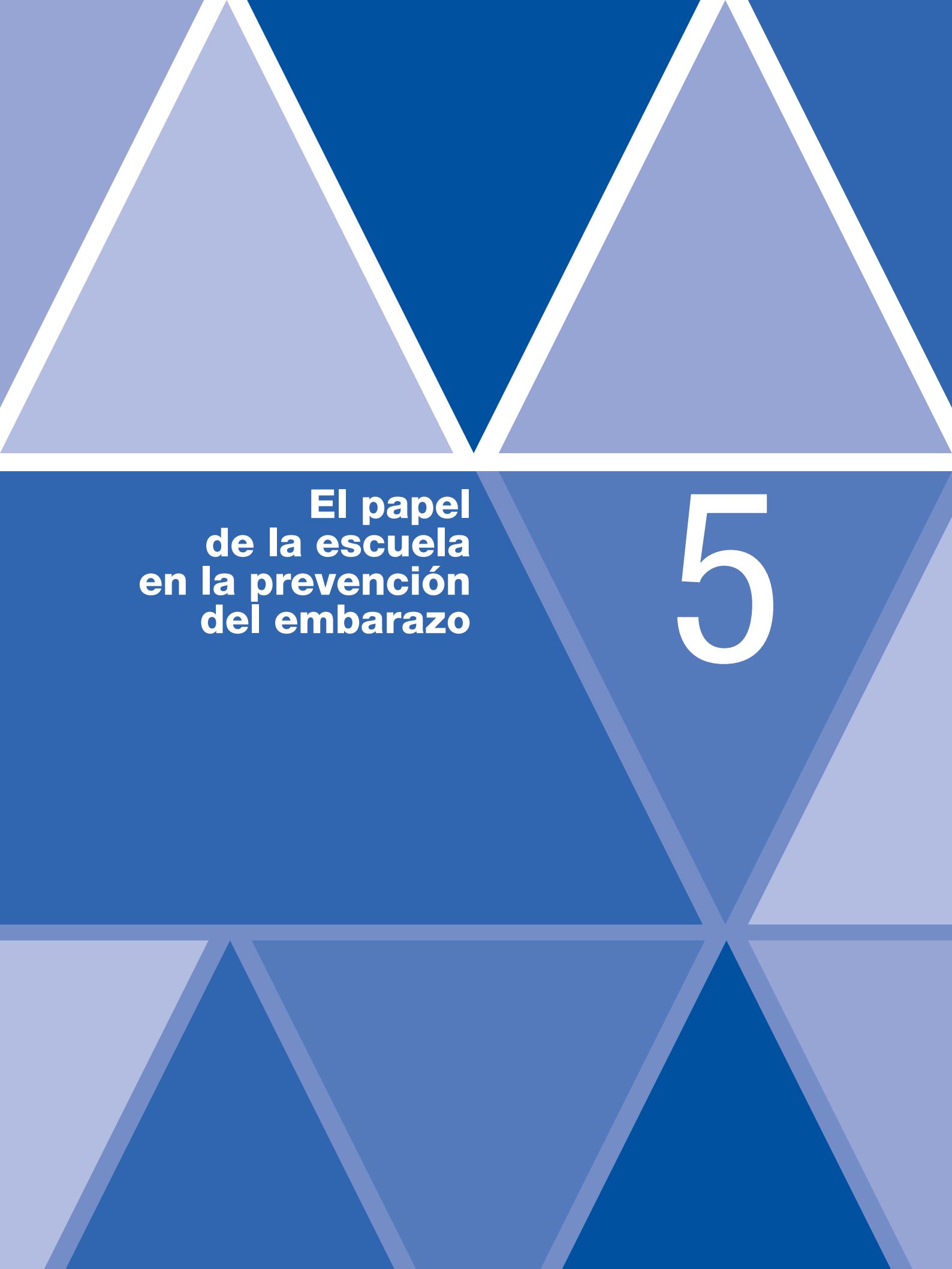
La violencia sexual es consecuencia de factores estructurales que establecen relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres a partir de concepciones socioculturales estereotipadas en torno al género y/o la sexualidad. Al respecto, cerca de 120 millones de niñas, adolescentes y jóvenes menores de 20 años en todo el mundo (alrededor de una de cada diez) han experimentado relaciones o actos sexuales por la fuerza u otros mecanismos (Unicef, 2013). Así, la primera experiencia sexual de muchas mujeres jóvenes ocurre de manera forzada (Krug et al., 2002; García-Moreno et al., 2005; Unfpa y Consejo de Población, 2009). A nivel nacional, según la *Encuesta Nacional de Violencia de Género y la Agenda Nacional de las Mujeres e Igualdad de Género 2014-2017*, una de cada diez mujeres han sufrido abuso sexual antes de cumplir los 18 años y el 70 % de las adolescentes (entre 15 y 19 años de edad) que se ha unido con una pareja sufre violencia de género.

Como se indica en el *Protocolo de actuación frente a situaciones de violencia detectadas o cometidas en el ámbito educativo*, los factores de riesgo y protección de la violencia sexual son:

Factores de riesgo

PERSONALES	FAMILIARES	SITUACIONALES
<ul style="list-style-type: none">• Ser menor de edad o encontrarse en la etapa de la adolescencia (12-17 años de edad)• No ser deseados/as o acogidos/as por no cumplir las expectativas familiares• Presentar necesidades especiales, asociadas o no a discapacidad• Escasas habilidades de interacción social• Experiencias de rechazo, humillación o exclusión• Uso de drogas• Desconocimiento de lo que implica la violencia• Aspectos relacionados con el género• Rasgos físicos o culturales distintos a los de la mayoría (minorías étnicas o culturales)• Baja autoestima	<ul style="list-style-type: none">• Dificultad para establecer vínculos afectivos con el NNA• Antecedentes de violencia familiar• Falta de conocimientos o expectativas no realistas sobre el desarrollo infantil• Consumo indebido de alcohol, tabaco u otras drogas• Participación en actividades delictivas• Dificultades económicas• Problemas físicos, mentales o de desarrollo de algún miembro de la familia• Ruptura familiar• Aislamiento de la comunidad o falta de una red de apoyo• Desconocimiento de lo que implica la violencia• Delegación de la crianza a otras personas (padrinos, madrinas, amistades, vecinos)• Historial de posesión o uso de armas en la familia	<ul style="list-style-type: none">• Desigualdades sociales y de género• Estereotipos de género, estereotipos sobre orientación sexual (homofobia, misología y lesbifobia, entre otros)• Falta de condiciones de vida básicas (vivienda y/o alimentación) o de servicios de apoyo a las familias• Niveles elevados de desempleo o pobreza• Fácil acceso al alcohol, tabaco y otras drogas• Normas sociales y culturales que debilitan el estatus del niño, niña o adolescente en las relaciones con su familia o fomentan la violencia hacia las demás personas, como los castigos físicos o la rigidez de los roles asignados a cada sexo• Vivir en una zona marginal• Naturalización e invisibilización social de la violencia• Acceso a armas

Por ello, una estrategia que reduzca de forma efectiva los embarazos en niñas y adolescentes debe considerar los riesgos mencionados para reducirlos y, al mismo tiempo, potenciar los factores protectores. Es importante generar procesos educativos que involucren a la comunidad educativa, que sean sostenibles en el tiempo y que se vinculen con las herramientas de gestión institucional, tal como se aborda en la siguiente sección de esta guía. Se debe tener en consideración, especialmente en embarazos de niñas, todo el marco conceptual y estratégico de prevención de la violencia basada en el género, con énfasis en la prevención de la violencia sexual, que no es explícitamente objeto de esta guía y para la cual existen otras herramientas emitidas o difundidas por el Ministerio de Educación.



El papel de la escuela en la prevención del embarazo

5

Conceptos y orientaciones mínimas¹

A continuación se presentan conceptos y orientaciones que constituyen la base de los programas de educación integral en sexualidad. Es importante que se los lea 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 derechos reproductivos son reconocidos como derechos humanos en diferentes instrumentos internacionales y, principalmente, fueron recogidos en el *Programa de Acción de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo de El Cairo* (CIPD, 1994). El reconocimiento de estos derechos promueve el acceso a la educación y a la Educación Integral de la Sexualidad, el acceso a servicios de salud especializados en salud sexual y reproductiva de calidad (CIPD, 1994), independientemente de la edad, sexo, género, opción sexual, etnia, clase social o cualquier situación particular, como discapacidad, vivir con VIH, etc.

Uno de los principales avances logrados durante la mencionada conferencia fue el reconocimiento de que la salud sexual y 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*, que define la salud reproductiva como “un estado general de

¹ Información basada en los documentos del proyecto ZLEA, de Plan Internacional (2015). Puede revisar más detalles en la bibliografía.

bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o 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” (1994).

El Programa de Acción de El 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” (1994).

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud sexual como “un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad; 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”. Asimismo, 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 de 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)”.

La sexualidad es una dimensión importante de la vida de niñas, niños y adolescentes, y uno de los elementos clave que les permitirá desarrollar su pleno potencial y su Proyecto de Vida (PdV) personal. Como indica Unfpa, “la salud sexual y reproductiva y el disfrute completo de los derechos son fundamentales para la transición de las adolescentes y los adolescentes a la adultez y son vitales para la identidad, la salud, el bienestar y su crecimiento personal y para desarrollar y alcanzar su potencial en la vida” (2013).

En este sentido, la Educación Integral de la Sexualidad (EIS) es un derecho que debe ser garantizado por el Estado y abordado desde los diferentes espacios sociales: la familia, el barrio o la comunidad, la escuela y el colegio, los medios de comunicación y las organizaciones comunitarias, entre otros. La EIS busca, a su vez, garantizar los derechos sexuales y derechos reproductivos a través del acceso a la información y el desarrollo de habilidades para la vida, con el fin de promover relaciones basadas en la equidad, la igualdad y el respeto mutuo.



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

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

Sexualidad

La sexualidad es parte de la vida de las personas y de su desarrollo. Es la forma en que estas experimentan y se expresan como seres sexuales. Las personas son seres sexuales a lo largo de sus vidas y de manera diferente: en la niñez, en la adolescencia, en la adultez y en la tercera edad. La actividad sexual² es solamente un aspecto de la sexualidad³. 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 interpersonales. [...] La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales” (OMS, 2006).

La sexualidad es, por lo tanto, una expresión biológica (sexo), psicológica (emociones y sentimientos) y sociocultural (patrones culturales, valoración y posición de los sexos en la comunidad o sociedad, prácticas culturales favorables o desfavorables en relación con la sexualidad) que se construye de forma histórica. 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 relaciones sexuales con penetración. Sin embargo, la definición adecuada hace referencia a las características anatómicas y fisiológicas con las que se nace. Dentro de esta categoría se incluye a mujeres, hombres y 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; se denomina a estas personas como intersexuales (MSP, 2015).

Género

El género hace referencia a aquellos aspectos socioculturales e históricos que se estructuran a partir de una diferencia sexual biológica, el sexo. El género construye identidades y estructura relaciones sociales de poder

2 Se refiere a las relaciones sexuales.

3 Conceptualizaciones adaptadas de *Un solo currículo: Educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos*. IPPF-2011

en función de los mandatos de lo femenino y lo masculino, tanto en el ámbito individual (subjetividad, identidad, conductas apropiadas) como social (organización de la división del trabajo y acceso a oportunidades políticas, económicas, sociales y culturales).

En este sentido, Scott (1986) establece que el género incluye conceptos normativos que “se expresan en doctrinas religiosas, educativas, científicas, legales y políticas, que afirman categórica y unívocamente el significado de varón y mujer, masculino y femenino”. Estos conceptos confieren a las personas una manera de pensar, sentir e interpretar el mundo de forma determinada en función del sexo.

Considerando que la escuela es un espacio de socialización y difusión de patrones de convivencia a partir de “sus estructuras, cultura, currículo oficial y currículo oculto, que forma a los estudiantes y las estudiantes en modos de conceptualizar lo que es masculino y lo que es femenino” (Unfpa, 2012), la educación debe convertirse en un espacio libre de discriminación por género.

Relación entre género y sexualidad

A partir del sexo con que nace una persona (incluso antes de su nacimiento), la socialización de género determina fuertemente la vivencia de la sexualidad y la afectividad, estructurando conductas y actitudes diferenciadas.

Actualmente, desde posiciones adultocentristas, no se reconoce la sexualidad de niñas, niños y adolescentes e, incluso, se mantienen actitudes y prácticas negativas hacia la sexualidad en estas etapas de la vida. No obstante, a través del género se estructura la forma de ver y reconocer la sexualidad de niños, niñas y adolescentes, en función de si se es hombre o mujer.

En algunos contextos, las personas enfrentan muchas barreras para vivir y disfrutar de manera plena su sexualidad y para decidir de un modo autónomo e informado sobre ella y su capacidad reproductiva. Por ejemplo, a las mujeres se les exige restringir sus impulsos y su atracción sexual para mantener una imagen pura, mientras que a los hombres se les motiva para ser autosuficientes, ocultar sus emociones, ser activos sexualmente y a satisfacer sus impulsos de un modo dominante. De igual manera, se incita a los hombres a demostrar su masculinidad y virilidad a través del número de parejas sexuales o de la dominación de las mujeres u hombres homosexuales ; mientras que estos comportamientos en las mujeres son censurados. En este sentido, 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.⁴

A la hora de abordar la sexualidad es necesario tratar estas diferencias de género como un tema transversal que permita cuestionar las relaciones de poder entre hombres y mujeres, pues estas diferencias causan la vulneración de los derechos de las personas. Fraser (2000) refiere que la sexualidad es una construcción cultural que responde a estructuras y relaciones de poder que deben ser modificadas para poder construir relaciones de respeto y empatía mutua entre las personas.

En definitiva, la perspectiva de género en instituciones educativas requiere revisar no solamente los contenidos que se ofrecen, sino también las metodologías y la gestión escolar. Y aunque nada de esto se puede realizar sin la participación de cada docente, es posible identificar a quienes enfrentan un reto personal profundo para reconocer su visión excluyente frente al género y que no siempre cuentan con la reflexividad ni con los conocimientos adecuados para hacer frente a esta tarea. Para alcanzar el éxito en la aplicación en las aulas de estas dinámicas y contenidos, es preciso realizar un proceso masivo y profundo de formación docente.

Algunos apuntes sobre el desarrollo de la sexualidad en niñas, niños y adolescentes

Los seres humanos, durante 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 la sociedad moderna se reconoce a niños y niñas como personas sujetas 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. Estos pueden resumirse, por un lado, en una “inocencia” que hay que conservar a toda costa, y, por otro, en una supuesta “ignorancia” que hay que vencer a través de una educación puritana. Se ha insistido tanto a través de los siglos sobre estas ideas, que algunas personas las toman como verdades irrefutables, lo que ha traído como consecuencia que padres, madres y docentes asuman a los niños y las niñas como “seres asexuados”. De manera contradictoria, muchas veces las personas que mantienen estas ideas desempeñan su

4 En la sección “Construcción social de la sexualidad” se ahonda más sobre cómo influye el género en el ejercicio de la sexualidad y en el embarazo en adolescentes.

labor educadora basándose en la prohibición, la persecución y el castigo a las manifestaciones de aquello que supuestamente no existe.

No obstante, los niños y las niñas son seres sexuados, con necesidades de información y orientación específicas de acuerdo con su nivel de desarrollo. Por eso es importante brindar la información científica correspondiente y de un modo oportuno para que puedan conocerse y desarrollar habilidades de autocuidado de su cuerpo y de su intimidad, así como de respeto al cuerpo y la intimidad de las otras personas. En este contexto, es importante abordar las dudas y las curiosidades que pueden presentarse, explicando cómo funciona la sexualidad sin aludir a mitos que pueden generar miedo, desconocimiento o incomprendición y desembocar en comportamientos poco saludables en cuanto a su salud sexual y reproductiva.

Sexualidad y afectividad en la niñez⁵

- **Etapa de lactancia (primeros dos años de vida)**

Durante el primer y segundo años de vida, el bebé necesita satisfacer sus necesidades básicas de alimentación y cuidado con regularidad para desarrollar sentimientos de seguridad y confianza en el mundo. En caso contrario, se fomentaría una idea de la realidad como un espacio hostil y amenazante. De acuerdo con Piaget, una persona en esta etapa explora su entorno a través de actividades sensomotoras, desarrollando sus sentidos.

- **Etapa preescolar (2 a 5 años de edad)**

Se empieza a desarrollar la capacidad simbólica y el lenguaje que se expresa a través del juego, como una estrategia para poner en práctica, a modo de ensayo, diferentes roles y habilidades que permitirán ir descubriendo y definiendo su identidad. A través de estos juegos se exploran y se definen los roles de género a través de la imitación de la conducta de las personas adultas.

Es por esto también que esta etapa se caracteriza por la oposición a la autoridad como una forma de reafirmarse en su identidad y su autonomía. Para Erikson, esta fase se caracteriza por la autonomía versus la vergüenza, que va a permitir ir desarrollando mayor independencia del adulto, por lo que el niño o niña se debate entre la obediencia y la autonomía.

⁵ La información se ha tomado de la página <http://educacionsexual.uchile.cl/index.php> de la Universidad de Chile y la Escuela de Salud Pública. Las fuentes bibliográficas en las que se basa son las teorías del desarrollo de Erikson, Piaget y Freud.

En esta etapa comienza la curiosidad alrededor de aspectos sexuales, por lo que empiezan a examinar su cuerpo y sus genitales, lo que implica el descubrimiento también del cuerpo del otro sexo, que es diferente al propio. Es típico que en esta etapa haya juegos relacionados con los roles de mamá y papá o con exámenes médicos. En la exploración de su cuerpo es cuando se descubren los genitales y las sensaciones placenteras que generan, por lo que pueden aparecer conductas de masturbación infantil, con sensaciones de culpa o vergüenza en muchas ocasiones, por lo que es importante explicar al niño o niña sobre sus genitales y sobre los lugares adecuados para explorar su intimidad.

En esta etapa la fase del desarrollo moral se relaciona con la obediencia para evitar un castigo o para su propio beneficio.

- **Etapa escolar (6 a 12 años - pubertad)**

En esta etapa se fortalecen las relaciones de amistad y se reafirman los roles de género, por lo que es común que las amistades sean, sobre todo, con personas del mismo sexo. Se refuerza el aprendizaje de las normas sociales y culturales del contexto en el que viven y se continúa con el desarrollo y la puesta en práctica de diferentes habilidades sociales. A su vez, en esta etapa hay bastante curiosidad sexual por lo que pueden continuar los juegos exploratorios de su cuerpo y su intimidad.

Es la fase de desarrollo moral, según Erikson, donde se hace lo correcto para agradar a otras personas o para obedecer la ley. Algunas conductas sexuales anormales que deben ser motivo de preocupación y de evaluación son:

- Conductas que se corresponden con una etapa anterior o posterior acorde a su edad que, además, podrían ser una alerta de que la persona está sufriendo abuso. Por ejemplo, conductas sexualizadas que se asemejan a las de los adultos o la pérdida de la capacidad de control de esfínteres cuando este hito del desarrollo ya había sido alcanzado.
- La masturbación compulsiva en espacios públicos o de manera reiterativa, que podría aludir a situaciones de abuso o indicar alguna enfermedad o retraso en el desarrollo, dificultad cognitiva o discapacidad intelectual.

Recomendaciones para abordar la sexualidad en la infancia

- Es importante que sus estudiantes reciban educación en sexualidad desde la primera infancia hasta que inician la pubertad. Los contenidos deben tener el criterio de progresividad, tomando en cuenta su etapa evolutiva.
- El desarrollo de la sexualidad en niñas y niños debe ser abordado de manera integral y sin mitos o tabúes, ofreciendo orientación para el conocimiento de su cuerpo y reconocimiento de sus sensaciones y emociones, con la construcción de su identidad, con la vivencia en relación con la afectividad con las otras personas.
- Es importante que conozcan su cuerpo y se valoren, lo que va a favorecer el desarrollo de una autoestima positiva. Asimismo, que nombren sin prejuicios las partes de su cuerpo, incluidos sus órganos sexuales genitales, y que sientan comodidad al aceptar que son parte de ellos y ellas.
- También es fundamental que aprendan a reconocer sus propias sensaciones y emociones y a manejarlas, para relacionarse con las otras personas desde el respeto a la intimidad e integridad propia y de los demás.
- Un punto clave es fortalecer su capacidad de apreciarse (autoestima), cuidarse y defender su integridad.
- Es importante que reciban una educación con igualdad de género, sin generar estigma ni desvalorización de las niñas frente a los niños, promoviendo las mismas oportunidades para ambos sexos desde la infancia.
- Es trascendental para ellos y ellas comprender que tanto niñas como niños son personas valiosas, que ambos性os pueden realizar actividades similares, cumplir sus sueños, merecer respeto y ser felices. Los niños y las niñas pueden desarrollar diferentes habilidades que van a depender de sus capacidades e intereses como individuos y no de su sexo biológico.
- 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. También, ofrecer oportunidades para decidir sobre su sexualidad a partir del acceso a información científica y oportuna para su edad.

Qué y cuándo enseñar

INFORMACIÓN BÁSICA	INFORMACIÓN DE PROTECCIÓN
Niños y niñas preescolares (hasta los 3 años)	
Los niños y las niñas son diferentes	Diferencia entre caricias apropiadas y no apropiadas
Nombrar las partes del cuerpo	El respeto y cuidado del propio cuerpo y la intimidad. Tu cuerpo es tuyo
Explicar de dónde vienen los bebés con un lenguaje sencillo pero sin mitos	El derecho a decir "no", especialmente a ser tocados o besados
Establecer límites personales y de intimidad	Nadie tiene el derecho a tocar su cuerpo
Dar respuesta a las inquietudes sobre el cuerpo y las funciones corporales	Ningún adulto puede pedirte que guardes secretos sobre cosas que no están bien. Diferencias entre el secreto sobre una sorpresa, algo que se va a revelar, con aquello sobre algo que debe ser ocultado para siempre
	Identificar personas adultas de referencia y de confianza para poder contarles cuando alguien le pida ocultar un secreto o toque su cuerpo
Niñas y niños pequeños de 4 a 7 años	
Los cuerpos de los niños y niñas cambian	Hablar sobre qué es el abuso sexual y qué hacer frente a una situación así
Abordar cuestiones sobre la fecundación, el embarazo y el parto con claridad	El abuso sexual puede ser cometido por cualquier persona, incluso conocidos o familiares
Abordar la sensación de placer y los espacios y momentos para ello	El abuso sexual nunca es culpa del niño o la niña
Responer preguntas con un lenguaje sencillo	Que nunca se vaya con personas desconocidas y que informe inmediatamente a un adulto de referencia
	Identificar personas a las que contarle si alguien hizo algo inapropiado
Niños y niñas de 7 a 12 años	
Qué esperar y cómo afrontar los cambios corporales y biológicos durante la pubertad, incluyendo la menarquia, espermarquia y la masturbación	Establecer formas para protegerse de un abuso sexual y cómo fijar límites claros sobre su intimidad con otras personas
Información sobre reproducción y sexualidad	Reforzar que puede decir "no" frente a cualquier persona y en cualquier circunstancia
Información sobre la actividad sexual y sobre los riesgos	Abordar qué es el abuso sexual
Información sobre métodos de prevención del embarazo y de ITS	Abordar los mitos sobre el amor romántico, las relaciones de pareja y la "prueba de amor" en el noviazgo
	Reconocer situaciones de riesgo para poderlos evitar
	Establecer reglas que permitan la autonomía y la responsabilidad pero que prevengan situaciones de riesgo (informar dónde está y con quién ha salido, números de contacto de amistades, conocer a las personas con las que sale, horarios de llegada)

Fuente: Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil (NCTSN:
National Child Traumatic Stress Network)

Sexualidad y afectividad en la adolescencia

Esta etapa, que inicia con la pubertad, finaliza con el aprendizaje y desarrollo de habilidades, así como con la adopción de roles y responsabilidades esperadas en una persona adulta. Aparecen nuevas formas de pensar, de sentir y de comportarse en relación con sí mismo o sí misma y quienes le rodean.

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. Por tanto, se trata de una etapa de mucho aprendizaje introspectivo, sobre las demás personas y sobre el mundo, a partir del cuestionamiento crítico de los valores sociales adultos y el inicio de la construcción de su propia posición y su propio sistema de valores.

Se produce la aparición de los caracteres sexuales biológicos secundarios, lo que provoca cambios corporales y de apariencia. El impulso sexual se orienta hacia otras personas, por lo que es una etapa en la que se puede producir el inicio de las relaciones sexuales. También es frecuente la masturbación, lo que permite que el adolescente o la adolescente aumente el conocimiento de su propio cuerpo y de sus sensaciones.

Las personas en esta etapa pasan por una fase cognitiva y emocional centrada en sí y sienten que son el centro de la atención, lo que se ha denominado “audiencia imaginaria”. También les caracteriza sentimientos de invulnerabilidad, por lo que tienen mayor propensión a asumir conductas de riesgo ya que presentan la falsa sensación de que no les va a suceder nada malo; esto se denomina “fábula personal”. A su vez, como se ha mencionado, hay una mayor predisposición para fantasear e imaginar idílicamente otras posibilidades de vida, así como asumir una posición crítica y reivindicativa contra el mundo adulto y las normas convencionales.

Desde el desarrollo moral, la etapa adolescente se relaciona con una moral autónoma, en la que se definen los valores y principios propios con mayor autonomía y distancia del grupo social al que pertenecen.

Recomendaciones para abordar la sexualidad en la adolescencia⁶

- La adolescencia es una etapa de cambios físicos, emocionales y sociales y, por ende, de aprendizaje y consolidación de roles, intereses y habilidades, incluidos los hábitos y estilos de vida saludables relativos a la salud sexual y reproductiva. Es un momento en el que descubren el mundo desde una posición más autónoma y desarrollan más conciencia de su cuerpo y su sexualidad. Muchas veces estos aprendizajes ocurren en soledad o acompañados por las amistades, quienes se enfrentan a las mismas dudas, miedos y falta de información. Por esto, es importante acercarse a sus estudiantes desde una posición abierta y comprensiva, brindar la información que requieren y orientarles en su tránsito a la vida adulta para que puedan tomar las mejores decisiones en cuanto a su sexualidad y a su Proyecto de Vida.
- El reconocimiento y configuración de “quién soy” y “quién debo ser” se ve afectado por la cultura y el entorno social que les rodea. Las personas jóvenes o adolescentes son sujetos plenos de derechos, que, cuando cuentan con información suficiente, son capaces de tomar sus propias decisiones con responsabilidad y libertad.
- Se recomienda brindar información clara y basada en datos científicos sobre los cambios que pueden producirse durante la adolescencia y la transición a la adultez. La experiencia de la pubertad de los chicos es muy diferente a la de las chicas, debido a las normas sociales que marcan la vivencia de la sexualidad de una manera diferente. Mientras que los hombres la vivencian como algo positivo, ya que es la expresión del poder y el deseo, las mujeres suelen acercarse a la sexualidad con miedo, culpa y vergüenza. Es importante abordar esto con los adolescentes y las adolescentes y promover una experiencia positiva de la sexualidad a partir del cuidado personal y de la otra persona.
- Abordar con las chicas el hito de la menstruación cuestionando los mitos y tabúes que existen a su alrededor para despejar dudas o miedos que puedan existir al respecto, y que este suceso no esté cargado de vergüenza, sino que pueda ser aceptado con normalidad como un proceso biológico más. Con los chicos también es importante despejar estos mitos para impedir las burlas o discriminación dirigida a mujeres debido a su menstruación.

⁶ Unesco. *Guía de orientaciones técnicas*.

- Abordar con los chicos las dudas con respecto a la eyaculación, erecciones y sueños húmedos, para que puedan ser vivenciados con normalidad y desprovistos de la vergüenza o el tabú, que impide que puedan expresar sus dudas y preocupaciones. Estos temas también deben conversarse con las chicas.
- Cuestionar la vivencia del deseo como ejercicio de poder que suele estar presente en las masculinidades tradicionales y permitir que los chicos también expresen sus dudas y miedos sobre sexualidad.
- Surge la emoción del enamoramiento, que es interpretada a partir de sus propias experiencias, emociones y conocimientos que tienen acerca de su sexualidad. El enamoramiento se convierte en un elemento que transforma las relaciones afectivas con la familia y construye otro tipo de afectividades, en donde entra en juego la capacidad de autocuidado y aceptación de sí mismas y sí mismos, el respeto y aceptación de la otra persona con la que se relacionan, la idealización de las relaciones y la confrontación del ideal con la realidad, el gusto por los otros y otras, los conceptos de “ser hombre” y de “ser mujer” construidos en su sociedad, y la puesta en práctica de habilidades como la negociación o el manejo de la frustración.

Construcción sociocultural de la sexualidad

Como se ha mencionado, la forma como se expresa la sexualidad en cada cultura es una construcción social que deriva en cómo determinada sociedad define la sexualidad y los roles de género. En este sentido, desde la mirada actual, la manera como el sistema patriarcal ha definido la sexualidad se basa en una pauta específica de organización social que se construye a partir de una forma de ser hombre y otra de ser mujer, que tienen sus implicaciones en las relaciones afectivas y sexuales, siendo una de estas consecuencias el embarazo no deseado.

Construcción de la sexualidad de las mujeres⁷

Los roles estereotipados y normas sociales sobre lo que implica ser mujer limitan en muchas ocasiones que las niñas y adolescentes puedan acceder a las mismas oportunidades, desarrollar las mismas habilidades o realizar las mismas actividades que sus pares hombres, limitando las posibilidades de desarrollo de su identidad, ya que se asume que

⁷ Ver *Salud sexual y reproductiva* de Puri Heras González y *La socialización de género*, de María Jesús Izquierdo y Antonio Ariño Villarroya. Máster en igualdad de género. Universidad Jaume I.

por ser mujer debe o no hacer, pensar o sentir determinadas cosas. A su vez, la valoración social que se realiza sobre aquello que se ha definido como “lo femenino” es inferior a lo que se ha caracterizado como “lo masculino”. Esto tiene implicaciones sociales como la discriminación y la desvalorización de las actividades o formas de ver el mundo desde las mujeres, que se expresa en situaciones de violencia y negación de acceso a derechos y oportunidades.

En cuanto a la sexualidad, se han asumido ciertos preceptos respecto a cómo debe ser una mujer en relación con este aspecto de su vida, lo que niega su posibilidad de toma de decisiones con respecto a su sexualidad y reproducción, a la vez que hacer recaer sobre ella la obligación de cuidarse y protegerse frente a relaciones sexuales de riesgo, sin la corresponsabilidad de su contraparte masculina. La mujer ha sido ubicada principalmente en el plano de la reproducción y excluida de lo sexual, de tal modo que se ha negado e invisibilizado las necesidades específicas que tiene en estos ámbitos, como acceso a métodos anticonceptivos seguros o a información sobre su salud sexual y reproductiva, para la toma de decisiones o a servicios de prevención y atención de la violencia de género, y sobre todo de la violencia sexual.

El erotismo, la sensualidad, el placer y la seducción están censurados para a las mujeres en el discurso social y en la vida privada. Se asume que no deben ser activas sexualmente y que deben cuidar de su virginidad, reforzando y reproduciendo un rol pasivo, reproductivo y maternal. El discurso social predominante suele negar el derecho al placer de las mujeres, puede tildar las relaciones sexuales como algo malo de lo que hay que cuidarse o evitarlo, asumiendo por lo general que los hombres sí pueden disfrutar de la sexualidad y que solo buscan el cuerpo de la mujer para su propio placer. Esto podría traer como consecuencia que a las niñas y adolescentes no se les permite 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 autonomía y tomar decisiones libres e informadas sobre su cuerpo y su sexualidad, lo que puede afectar significativamente su Proyecto de Vida, por ejemplo, con embarazos no deseados, violencia sexual o matrimonio precoz.

Construcción de la sexualidad de los hombres

En muchos países y comunidades, las expectativas sociales y familiares dan a entender que los varones deben ser fuertes, dominantes y asumir el rol de proveedores. Se les suele aplicar un rígido código “de honor” que les obliga a competir e, incluso, utilizar la violencia para comprobar su hombría.

Los roles, normas y estereotipos sobre lo que implica ser hombre en la sociedad tienen impactos también sobre su salud sexual y reproductiva y en la de sus parejas, ya que tienden a asumir mayores riesgos y, en su demostración de poder, pueden llegar a utilizar la violencia para dominar o someter a la pareja con el fin de satisfacer sus necesidades sexuales y afectivas.

Son educados con la expectativa de que deben “conocer” todo sobre las relaciones sexuales (claro que se trata de un conocimiento experiencial y lleno de mitos), deben también demostrar virilidad teniendo múltiples parejas y alardear acerca de sus conquistas con otras personas. El cuerpo de la mujer, desde esta mirada, se convierte en un objeto de conquista o en un trofeo, por lo que quedan anuladas sus necesidades, integridad y emocionalidad.

Por otro lado, se considera una debilidad el hecho de buscar apoyo o pedir información, y no se les exige el mismo compromiso consigo mismos ni con su pareja en la prevención de las infecciones de transmisión sexual, el VIH o los embarazos no intencionados.

El rol de la escuela en el abordaje de la salud sexual y reproductiva

Promover el ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos es una responsabilidad compartida entre el Estado, la comunidad y la familia. No obstante, las instituciones educativas son lugares privilegiados para trabajar en la construcción de ciudadanías, en la cultura de paz y en la participación activa de las personas. Se trata de un espacio donde niños, niñas y adolescentes pasan gran parte del día, recibiendo información, debatiendo y compartiendo con otras personas diferentes formas de ser, ver y sentir el mundo.

En la escuela existe un contexto con el potencial para permitir cuestionar roles e identidades de género, promover el respeto, la igualdad y equidad entre las personas y generar hábitos de autocuidado y respeto con respecto a la salud sexual y reproductiva de niñas, niños y adolescentes. Es en este espacio donde los saberes que se construyen en torno a la sexualidad, los valores o proyectos de vida y las relaciones humanas se discuten, fortalecen, aprueban y desaprueban.

La escuela es el punto de encuentro que tienen las sociedades 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.

Abordar la sexualidad en la escuela es permitir hablar de un tema que ha sido tabú durante mucho tiempo y que se ha explorado desde la soledad y el silencio, reforzando y reproduciendo mitos y estereotipos en torno a ella. Hablar de sexualidad favorece el acceso a los derechos sexuales y derechos reproductivos de niños, niñas y adolescentes, así como también promueve el desarrollo de actitudes, valores y hábitos saludables y respetuosos con las demás personas, como son:

- Comprender la etapa en la que transitan y facilitar el acceso a la información y servicios que requieren para cubrir sus necesidades específicas.
- Promover la construcción de la identidad y del Proyecto de Vida con base en el acceso a información y el sentido crítico.
- Promover el cambio de patrones y estereotipos de género que sostienen relaciones de desigualdad y violencia para construir relaciones basadas en el respeto y el cuidado.
- Generar actitudes valores y hábitos de autocuidado, respeto y responsabilidad compartida de la salud sexual y reproductiva individual y de la otra persona.⁸

En este sentido, recalcar el rol que la educación tiene como el principal factor de protección frente a embarazos, al mismo tiempo se constituye en el motor fundamental de la movilidad social y el desarrollo de las personas. Por este motivo, el trabajo educativo constituye la base de todos los programas de prevención.

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:

- Reconocer que el trabajo en materia de prevención de embarazos es responsabilidad de toda la comunidad educativa, en el que docentes tutores y los Departamentos de Consejería Estudiantil DECE deben movilizar el tema con el respaldo del personal directivo.

⁸ "La educación sexual en el sistema educativo público uruguayo hoy. Concepto-Filosofía y Objetivos". Dra. Stella Cerruti, en *EDUCACIÓN SEXUAL: su incorporación al Sistema Educativo*.

- Generar articulaciones con los servicios locales que permitan a niños, niñas y adolescentes ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, por ejemplo, con los servicios de salud o de justicia, cuando se tratan de situaciones de violencia, principalmente. Pero también puede haber servicios complementarios, incluso con organizaciones locales, que favorecen el acceso a información, a métodos anticonceptivos, a consejería en salud sexual y reproductiva o a estrategias de participación y empoderamiento social o económico.

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:

- Centro de salud cercano
- Junta Cantonal de Protección de Derechos
- Unidad de Policía Comunitaria (UPC)
- Dirección Distrital de Educación
- Fiscalía
- Otras organizaciones locales

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

Adicionalmente, se deben 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 de Educación, 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 en los siguientes ámbitos:

- **Programa de participación estudiantil.** Es importante estimular la participación de cada estudiante, con el apoyo del personal docente y directivo. Es fundamental rescatar la capacidad de las personas jóvenes para contribuir en el desarrollo de estrategias de prevención, reconociéndolas como interlocutoras válidas que pueden desarrollar estrategias potentes.

- **Trabajo con los consejos estudiantiles.** Requiere el asesoramiento por parte del personal docente y la propuesta de actividades puntuales que permitan discutir el tema entre el estudiantado.
- **Jornadas de discusión y formación docente.** Como espacios de autoformación, en los que se puedan discutir los contenidos de este y otros materiales educativos, para identificar nuevas estrategias y áreas de oportunidad.
- **Programa Educando en Familia.** 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.
- **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.
- **Articulación con los Protocolos de actuación frente a situaciones 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.
- **Articulación con los materiales provistos para el Proceso de Orientación Vocacional y Profesional (OVP).** 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.
- **Articulación con el documento Herramientas para orientar la construcción de Proyectos de Vida de estudiantes.** 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.
- **Hora de desarrollo humano integral.** Está establecida 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 de quien egresa de la institución educativa, cuáles son los valores, conocimientos y actitudes que se esperan 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 desarrollar durante el proceso formativo del estudiantado, sino también identificar aquellos aspectos que ya se están trabajando en el currículo de las distintas asignaturas, para evitar la duplicidad de información y establecer procesos complementarios que promuevan el desarrollo de aprendizajes significativos.

El rol de la escuela en materia de prevención del embarazo en niñas y de embarazos forzados en adolescentes

El embarazo en niñas menores de 14 años es producto de una violación, según el COIP del Ecuador. En este sentido, para prevenir el embarazo en niñas es primordial evitar la violencia sexual a través del cuestionamiento las relaciones inequitativas de poder basadas en el género y de educar a niñas y niños en el reconocimiento de su cuerpo y el autocuidado de su intimidad. Esto va a permitir transformar las relaciones para poder generar formas de relacionamiento basadas en el respeto y no en la violencia.

No obstante, para prevenir la violencia sexual de las que pueden ser objeto las niñas y adolescentes es importante abordar desde la escuela lo siguiente:

- Deben hablar sobre la violencia sexual, nombrarla y reconocerla en el contexto.
- Conozcan su cuerpo y distingan sus genitales.
- Reconozcan su espacio de intimidad y exijan que se lo respete.
- Identifiquen emociones positivas y negativas en relación con su cuerpo y su intimidad.
- Distingan entre caricias y abuso.
- Pidan ayuda a un adulto de referencia.
- No deben guardar secretos de adultos ni tener miedo si le alguien le pidiera esto.
- No deben quedarse solas con personas adultas que no conocen ni ir a ningún sitio lejos de personas adultas de confianza.

A su vez, es importante considerar las recomendaciones que están establecidas en el documento *Protocolos de prevención y actuación frente a situaciones de violencia*, así como demás material pedagógico emitido o difundido por el Ministerio de Educación en esta temática.

El rol de la escuela en materia de prevención del embarazo no planificado en adolescentes

Pensar el embarazo no intencionado es reflexionar acerca de que se trata de un evento que no fue deseado y que pudo haber sido prevenido con las suficientes herramientas. El objetivo de esta guía es, precisamente, acompañar la labor educadora que realizan los docentes y psicólogos de los colegios para que puedan contribuir a que los adolescentes y las adolescentes cuenten con herramientas suficientes para tomar decisiones acerca de su vida y, concretamente, lo que concierne a su salud sexual y reproductiva. Para ello se han planteando dos estrategias de trabajo que guían la prevención:

- La construcción de Proyectos de Vida (PdV)
- La Educación Integral de la Sexualidad (EIS)

Ambas estrategias se interrelacionan entre sí, ya que para la construcción de un Proyecto de Vida autónomo es preciso que las personas conozcan acerca de su cuerpo y sus emociones, así como que cuenten con habilidades para tomar decisiones informadas y con base en sus intereses personales, desde valores y principios éticos de justicia social y de convivencia en paz.

Construcción de Proyectos de Vida como eje para la prevención de embarazos no deseados

El Ministerio de Educación cuenta con varios materiales y metodologías que apuntan a la construcción de Proyectos de Vida, considerando el papel de la comunidad educativa y los enfoques de abordaje descritos previamente. En este sentido, a continuación, se retoman algunos conceptos mínimos para comprender cómo esta estrategia pedagógica puede aportar a la prevención del embarazo no deseado en adolescentes, siempre que no sea producto de violencia sexual.⁹



Diferentes estudios relacionan la influencia entre la existencia de un Proyecto de Vida y el deseo de realizarse personal y profesionalmente con el retraso de la edad de inicio de las relaciones sexuales y el ejercicio de la maternidad o la paternidad. Las motivaciones personales y profesionales son un aliciente para retrasar el inicio de relaciones afectivas de pareja y, por ende, los embarazos no intencionados.

⁹ Si desea más información para planificar actividades, puede remitirse a la guía *Herramientas para la construcción de Proyectos de Vida*.

Trabajar en el Proyecto de Vida implica concentrarse en tres aprendizajes vitales importantes:

- **Aprender a anticiparse:** es la importancia de que cada persona comprenda la importancia de explorar (a sí misma y a su entorno) y de esta manera, construya su identidad personal y colectiva.
- **Aprender a construir proyectos:** implica que la persona entienda la importancia de tomar decisiones y elabore un plan o un proyecto de sí misma.
- **Aprender a actuar:** se vincula con la realización, es decir, el desarrollo de competencias participativas relacionadas con futuras ocupaciones, acciones, decisiones o empleos e, incluso, de planificación del ocio y el tiempo libre.

En esta línea, la presente guía aporta en este proceso incluyendo actividades dirigidas a la prevención de embarazos no intencionados y la estructuración de Proyectos de Vida.

Así, para este trabajo, las actividades están diseñadas en función de los siguientes componentes:

- **Autoconocimiento.** Es un proceso que se realiza a lo largo de la vida y debe ser trabajado en todos los niveles educativos. En primer lugar, parte de un conocimiento del cuerpo y del reconocimiento de sensaciones y emociones. En segundo lugar, implica la identificación de habilidades, destrezas, capacidades, gustos e intereses para poder llevar a cabo un trabajo personal y sostenido de autoevaluación en función de la introspección, lo cual permite reconocer conflictos personales, fortalezas y debilidades, para comprender su particular modo de ser y responder a los estímulos del mundo desde un sentido crítico y autónomo.

Es responsabilidad de toda la comunidad educativa realizar un acompañamiento y facilitar que cada estudiante cuente con experiencias de reconocimiento individual que le permitan desarrollar progresivamente su identidad personal, vocacional y profesional de un modo independiente a los mandatos sociales en torno al género, con autoconfianza y autonomía.

- **Información.** Todas las personas necesitamos información que nos permita tomar decisiones adecuadas que generen satisfacción personal o colectiva. Para tomar decisiones que se relacionan con el Proyecto de Vida, es preciso contar con información que pueda ser útil. Esta permite ampliar la comprensión de las cosas, se puede conocer mejor la realidad que engloba algún tema y ubicarlo en un determinado contexto.

Durante cada etapa del desarrollo físico, psicológico y emocional de niños, niñas y adolescentes, existe información pertinente que contribuye a tomar decisiones en función de su edad, lo cual fortalece la construcción de opiniones, valores e identidad. En este sentido, es preciso que desde el ámbito educativo se pueda brindar información sobre los derechos que tienen los niños, niñas y adolescentes, especialmente derechos sexuales y derechos reproductivos, así como sexualidad, el proceso de desarrollo de esta en función de la etapa vital, las relaciones afectivas y su diversidad y cómo cuidar su salud sexual y reproductiva.

También es preciso brindar u orientar la búsqueda de información sobre las diferentes opciones que existen en un Proyecto de Vida, en función de las expectativas e intereses personales. Toda esta información debe ajustarse al contexto económico, social y cultural que rodea la experiencia de cada estudiante, evitando reproducir estereotipos culturales o de género en la definición de estos proyectos de vida. Es decir, no se debe limitar el acceso a la información a sus estudiantes sobre determinadas opciones basándose en sus concepciones personales sobre, por ejemplo, carreras u actividades que son “solo” para hombres o “solo” para mujeres. Por ejemplo, no por ser adolescente mujer se debe negar el acceso a información sobre métodos anticonceptivos o sobre una determinada profesión.

- **Toma de decisiones.** Tomar una decisión implica elegir entre alternativas, preferir una cosa en vez de otra, formar un juicio sobre algo que genera duda y adoptar una determinación al respecto. Se trata de un proceso complejo, secuencial y no siempre consciente, que ocurre a lo largo de la vida, y que se va sofisticando con el paso del tiempo, pasando de decisiones de menor transcendencia a las de mayor importancia. Toda decisión tiene unas consecuencias, implica ganar y perder algo a la vez.

Para tomar una decisión autónoma e informada es necesario que se den las dos condiciones previas: haber desarrollado un proceso de introspección que permita tener conocimiento sobre uno mismo y de los intereses, habilidades y debilidades propias para tomar decisiones de acuerdo con estas fortalezas y condiciones. También supone haber accedido a información sobre las posibles alternativas y sobre las consecuencias que cada una de ellas conlleva. Con estos dos supuestos previos, la toma de decisiones, si bien siempre es un proceso que conlleva cierta incertidumbre, puede ser llevado a cabo con mayor determinación sobre lo que uno ha decidido en función de lo que se desea y necesita hacer, asumiendo con madurez la responsabilidad de las consecuencias que esto implica.

La toma de decisiones sobre la salud sexual y reproductiva implica hacer un ejercicio de los derechos, asumiendo la corresponsabilidad del autocuidado de su integridad, así como el respeto a las demás personas. En este sentido, tomar decisiones como tener o no una pareja, tener o no una relación sexual o utilizar o no un método anticonceptivo, al igual que decisiones más trascendentales como decidir continuar con los estudios académicos, iniciar un trabajo o un proyecto de pareja o de maternidad o paternidad, son decisiones que tienen consecuencias en el Proyecto de Vida personal.

La definición de Proyectos de Vida permite encaminar dichas decisiones hacia la consecución de metas y proyecciones personales, las cuales son delimitadas con libertad y responsabilidad, sin dejarse llevar por las motivaciones o imposiciones que provengan de otras personas. Cualquier persona tiene la capacidad de tomar decisiones, con base en sus intereses y habilidades personales.

En ocasiones, resulta un trabajo difícil y duro para las estudiantes o los estudiantes afirmarse en sus decisiones, sobre todo cuando estas no coinciden con lo que espera su familia, sus amistades, la institución educativa o la comunidad. Por eso es fundamental el apoyo de sus docentes y del equipo del DECE.

Un Proyecto de Vida definido o en proceso de construcción favorece que las adolescentes y los adolescentes se planteen estrategias para alcanzarlo, lo que implica adquirir o desarrollar hábitos de respeto, conocimiento y autocuidado.

Educación Integral de la Sexualidad como eje para la prevención de embarazos no intencionados

Si bien el aprendizaje del ejercicio de la sexualidad se puede asimilar en diferentes espacios como son la comunidad, los medios de comunicación, la escuela o la familia, la Educación Integral en Sexualidad (EIS) es un derecho humano fundamental (Muñoz, 2010) que el Estado debe garantizar a través de las políticas públicas. Por ello, la escuela se constituye en un espacio privilegiado para poder abordar la EIS por el alcance que tiene y por el rol que cumple en la sociedad.

Desde el aula se puede brindar información y generar espacios de discusión y análisis crítico que permitan cuestionar mitos, prejuicios y estereotipos sociales o modelos dominantes de masculinidad y feminidad, y generar otros modos de ser y estar en la vida basados en una ética de derechos humanos.

En este sentido, la EIS basada en un marco de derechos busca entregar a niños, niñas y jóvenes los conocimientos, aptitudes, actitudes y valores que necesitan para tomar decisiones 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 se relaciona directamente con la formación ética y ciudadana por lo que es un componente fundamental en el desarrollo del estudiantado. Busca formar personas autónomas que ejerzan sus derechos y cuenten con las competencias y la responsabilidad para vivir en sociedad desde el respeto y con base en una ética basada en los derechos humanos. Esto implica ofrecer espacios y situaciones para poner en práctica diferentes habilidades y capacidades desde las primeras etapas, así como motivar el desarrollo de valores y actitudes basadas en la solidaridad, el respeto personal, y hacia la otra persona, así como a la vida y el amor.

Uno de los supuestos de la EIS es reconocer a niños, niñas y adolescentes como sujetos de derechos que pueden tomar decisiones independientes con la información y orientación adecuada, que tienen la posibilidad de expresar sus deseos, opiniones y necesidades, y que cuentan con la capacidad de participar en espacios sociales y comunitarios. Para ello, se requiere que las personas adultas tengan una posición de apertura e interés hacia niños, niñas y adolescentes, que sean capaces de brindar información y orientación adecuada y de ofrecer oportunidades en diferentes espacios donde niños, niñas y adolescentes puedan aprender y adquirir las competencias para ejercer sus derechos.

Las recomendaciones internacionales en cuanto a este tema establecidas por la Unesco sugieren que los procesos educativos deben estar basados en información científica, libre de prejuicios (Unesco, 2018) y que debe impartirse como parte de un proceso de formación y no como actividades aisladas.



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

Adquirir información correcta	Sobre sus derechos sexuales y derechos 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 autodesarrollo, de toma de decisiones; sentido de sí mismo; confianza; assertividad; 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 otras personas; 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 estudiantes de Educación General Básica. 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.

Objetivos de la EIS

- Promover el pensamiento crítico, la participación y la toma de decisiones de manera autónoma y responsable en la construcción del Proyecto de Vida y la sexualidad.
- Favorecer procesos de introspección que permitan el autoconocimiento y el reconocimiento personal como un ser sexual y sexuado, autónomo y responsable. Así mismo, favorecer el (re)conocimiento, relacionamiento y cuidado del cuerpo como un elemento de la autoestima.
- Cuestionar y proponer otros modos de feminidad y masculinidad basados en derechos humanos que aporten a la construcción de relaciones fundamentadas en el respeto a través del cuestionamiento de los modelos dominantes que favorecen la desigualdad de género.
- Recuperar la importancia de la afectividad y el respeto en las relaciones interpersonales más allá de la pareja y vivir la sexualidad de un modo autónomo, placentero y responsable individualmente y con las demás personas.
- Propiciar relaciones de pareja basadas en la equidad y la responsabilidad compartida en lo que respecta a la salud sexual y reproductiva.

En este sentido, la EIS permite mejorar la calidad de vida de los adolescentes y de las adolescentes y aportar a la construcción de ciudadanías éticas, responsables y autónomas que ejercen sus derechos.



A graphic design featuring a yellow background with white triangular cutouts forming a cross pattern. The triangles are layered, creating a sense of depth. In the upper left quadrant, there is white text. In the upper right quadrant, there is a large white number.

Antes
de empezar

6

Reflexiones sobre el rol docente frente a la EIS

Como se ha revisado, la Educación Integral de la Sexualidad (EIS) es un proceso complejo que aporta a la formación ética y ciudadana. En este sentido, se requieren algunas consideraciones por parte de cada docente o personal del DECE antes de abordar esta temática en su aula:

- Es importante asumir una posición ética basada en el respeto y garantía de los derechos humanos, reconociendo a niños, niñas y adolescentes como sujetos de derechos, que cuentan con la capacidad de expresarse de un modo libre y autónomo y de tomar decisiones haciendo uso de la información adecuada que reciban.
- Se requiere contar con capacidad de autorreflexión y de concientización de cómo se expresa su sexualidad e identidad de género, además de reconocer aquellos estereotipos que están presentes en su forma de expresarse y relacionarse con otras personas.
- Es importante reflexionar sobre su crianza y sobre el modo como aprendieron a ser hombres o ser mujeres y cómo esto influye actualmente en el relacionamiento con otras personas en función de su sexo.
- Se necesita tener la capacidad de reconocer las diversas formas que existen de pensar y de expresar la identidad, incluida la identidad sexual, con base en la tolerancia y el respeto como principios básicos educadores que permiten promover la convivencia y el ejercicio de los derechos humanos.

- Ser conscientes de que todas las personas son seres sexuados, por lo que la sexualidad está presente explícita o implícitamente en toda forma de comunicación, y que, por lo tanto, esta también se expresa en las relaciones interpersonales que suceden en el aula de clase y en la institución educativa.
- Se recomienda tener conocimiento sobre las etapas evolutivas y las características del desarrollo biológico, psicológico, social, sexual y moral para poder comprender y guiar a sus estudiantes en función del período en el que se encuentren. Hay que considerar que las conductas y expresiones de emociones están relacionadas con el proceso de desarrollo evolutivo y los cambios que se producen en cada etapa.
- Comprender el proceso de construcción de la identidad de género y la orientación sexual, así como conocer y tener la capacidad de cuestionar y promover la reflexión crítica en torno a los estereotipos de género que promueven la desigualdad.
- Es necesario evitar a toda costa influir, peor todavía imponer, los valores personales en los procesos pedagógicos a sus estudiantes. Los procesos internos de conciencia le ayudarán a separar sus valores y creencias personales de la información que usted brinde a sus estudiantes con fines pedagógicos. En caso de presentarse situaciones que plantean dilemas éticos personales, es mejor separarse y buscar que otra persona oriente al respecto a cada estudiante.
- No imponer, desde el punto de vista personal, lo que se debe o no se debe hacer frente a una consulta de sus estudiantes; más bien, promover la reflexión facilitando que cada persona tome su propia decisión con base en la información y el análisis crítico de los valores que están implícitos en cada opción, asumiendo la responsabilidad de las consecuencias de las decisiones tomadas. Parte de este proceso es respetar tales decisiones y apoyarles en la definición de su propia identidad, facilitando su reconocimiento como sujetos de derechos.
- Estar disponible cuando sus estudiantes tengan dudas o problemas relacionados con la violencia, la sexualidad, el consumo de drogas o situaciones relacionadas, para apoyarles y orientarles en su resolución sin emitir juicios de valor.

Como se ha mencionado, los procesos efectivos de educación sexual y, por ende, de prevención de embarazos dependen mayoritariamente de la acción del profesorado con la temática; para ello, la formación y autoformación es indispensable. En esta línea, se proponen las siguientes actividades que permitirán reflexionar sobre la temática.

1. Reflexión: la educación sexual que recibí en mi niñez y adolescencia

A continuación, se proponen algunas preguntas relacionadas con tres ejes temáticos que motivan la reflexión sobre el aprendizaje personal en torno a la sexualidad y roles de género, para tomar conciencia de los aprendizajes durante la crianza.

- **Identificando mis estereotipos de género: “Aprendí de ti a...”.**

Aprendí de las mujeres a través de mi madre y aprendí de los hombres a través de mi padre.

¿Qué me decían sobre el hecho de ser hombre o ser mujer?

¿Qué cosas podía y no podía hacer, decir o pensar por el hecho de ser hombre o de ser mujer?

Si se tiene más reflexiones sobre este tema, se puede escribir una carta que empiece con la frase “Aprendí de ti a...”

- **Cómo viví mi desarrollo psicosexual**

¿Quién me explicó cuando era niño o niña los cambios que iba a experimentar mi cuerpo durante la adolescencia?

¿Me hablaron sobre la menstruación o sobre la espermaquia? ¿Qué tipo de información me dieron en este sentido: tenía base científica o eran mitos y preconceptos errados?

¿Cómo me sentí la primera vez que tuve la menstruación o la primera vez que tuve una eyaculación cuando era adolescente? ¿Sentí miedo, culpa o vergüenza o, por el contrario, tuve sensaciones positivas?

¿Con quién pude conversar sobre estos cambios para poder comprenderlos?
¿Sentí apoyo por parte de las personas adultas que me rodeaban?

- **Mi primera vez**

Recuerde su inicio en las relaciones sexuales.

¿Cómo aprendí lo que sé sobre la sexualidad? ¿Con quién hablé sobre estos temas? ¿Qué mensajes me dieron? ¿Tuve la información que necesitaba para tomar decisiones sobre las relaciones sexuales? ¿Qué consejos me daban mi madre o padre, mis hermanos, mis amigos o amigas?

¿Hubo alguna persona adulta a la que pude preguntar sobre mis dudas sobre la sexualidad y las relaciones afectivas? Si fue así, ¿quién fue esta persona y por qué pude confiar en él o ella?

¿Qué cosas pude haber evitado si hubiese tenido acceso a más información?

2. Revisando lo que pienso y siento sobre sexualidad

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

AFIRMACIÓN	1	2	3
Creo que las personas jóvenes tienen derecho a vivir su sexualidad de forma plena, 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 más de vivir la sexualidad humana.			
Se deben erradicar todas las formas de violencia y abuso sexual de las instituciones educativas.			
Las mujeres jóvenes deben aprender estrategias para evitar embarazarse.			

¿Considera que debe explicar alguna de estas afirmaciones? ¿No? ¿Sí? ¿Cuál?

Fuente: ZLEA. Autor: Plan Internacional 2015.

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; 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.

3. Un cambio positivo

A continuación, se presentan algunas preguntas relacionadas con un estudio, realizado por Plan Ecuador, sobre patrones culturales que influyen en la educación para la sexualidad de niñas, niños y adolescentes.

PREGUNTA	RESPUESTA
¿Considero que algunos comportamientos sexuales son aceptables para los niños pero no para las niñas?	
¿Cómo me siento acerca de que las niñas tengan más tareas en el hogar que los niños?	
¿Qué pienso acerca de una persona que se identifica con un género diferente al sexo con el que nació?	
¿Qué pienso acerca de que un hombre adulto seduzca a una niña o adolescente?	
¿Cómo me siento acerca de que un niño o adolescente se inicie sexualmente en los prostíbulos para probar su masculinidad?	
¿Considero que de una manera “natural” las mujeres son las principales responsables del embarazo y crianza de hijos e hijas?	
¿Qué pienso acerca de que las niñas y mujeres sean culpadas cuando son víctimas de un abuso o violencia sexual?	
¿Sobre qué base desarrollé esas opiniones?	
¿Puedo cambiar esas 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 inclusive 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 maneras de relacionamiento que produzcan mayor igualdad y bienestar.

4. Derechos sexuales y derechos reproductivos

De los siguientes mensajes, marque con cuáles son derechos.
Defina brevemente su respuesta en aquellos que ha marcado con ✓.

Tenemos derecho a no tener actividad sexual.

Tenemos derecho a elegir con quién relacionarnos sexualmente y poder ejercer la sexualidad sin coerción ni violencia.

Padres y madres tienen derecho a decidir sobre la sexualidad de sus hijas e hijos, cómo deben expresarla, en qué momento y con quién.

Tenemos derechos a la maternidad o paternidad voluntaria, decidida y vivida por propia elección y no por obligación.

Tenemos derecho a expresar libremente nuestra sexualidad, siempre que no contradiga lo mayoritariamente aceptado por la sociedad.

Tenemos derecho al amor, la sensualidad y el erotismo. A buscar afecto y relaciones sexuales.

Tenemos derecho a tener una sexualidad placentera y recreacional, independientemente de la reproducción.

Tenemos derecho a exigir que nuestra pareja cumpla con sus obligaciones maritales en atención a nuestras necesidades sexuales.

Tenemos derecho a contar con información y conocimiento adecuado y suficiente acerca de la sexualidad y la reproducción.

Tenemos derecho a escoger tener o no descendencia.

Tenemos derecho a exigir a nuestras parejas la concepción y el nacimiento de una hija o hijo.

Tenemos derecho a exigir a nuestras parejas que utilicen el método anticonceptivo que nos resulte más cómodo.

5. Derechos sexuales y derechos reproductivos en mi institución educativa

Lea atentamente las dos columnas y, luego, señale las formas en que estos derechos se cumplen o no en su institución educativa.

CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR 2008	MARCO DE REFERENCIA DE PLAN INTERNACIONAL EN LA REGIÓN DE AMÉRICA LATINA
Derechos sexuales	Derechos sexuales
<ul style="list-style-type: none"> 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 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 atención prioritaria a víctimas de violencia sexual. Derecho de niños, niñas y adolescentes a la protección y atención contra todo tipo explotación sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> Ser reconocidas o reconocidos como seres sexuados. Fortalecer la autoestima y la 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 compañeras o 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	Derechos reproductivos
<ul style="list-style-type: none"> 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. 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. 	<ul style="list-style-type: none"> Decidir libre y responsablemente el número de hijos e hijas y el intervalo entre embarazos. Decidir de manera libre y responsable la posibilidad de ser padres o madres. Decidir libremente el tipo de familia que se quiere formar. Acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables y eficaces, incluyendo la anticoncepción de emergencia. En las mujeres, a no sufrir discriminaciones o tratos desiguales por razón de embarazo o maternidad, en los estudios, el trabajo o en 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.

- ¿Cómo se cumplen estos derechos en mi institución educativa?

- ¿Cómo no se cumplen estos derechos en mi institución educativa?

¿Cuáles son ejemplos de vulneración de los derechos sexuales y derechos reproductivos?

Es importante reflexionar con las comunidades y servicios públicos sobre la violación de los derechos sexuales y reproductivos. Se debe estimular a que quienes lideran e integran la comunidad educativa —incluyendo autoridades, madres y padres de familia, adolescentes, niños y niñas— aprendan a reconocer cuándo estos derechos son vulnerados y qué se debe hacer en esos casos.

Ejemplos de violación de derechos sexuales y derechos reproductivos:

- No integrar a la persona a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud sexual y reproductiva.
- No brindar educación de la sexualidad en escuelas y colegios.
- Recibir maltrato en un centro de atención de salud sexual y reproductiva por razones de edad, género, etnia, situación económica, orientación o identidad sexual.
- Abuso sexual.
- Discriminación por orientación o identidad sexual.
- No recibir atención y tratamiento para infecciones de transmisión sexual.
- No acceder a métodos anticonceptivos en centros de salud públicos.
- Ser despedida del trabajo por embarazo.
- No contar con los quince días por derecho a paternidad.
- No recibir atención oportuna en casos de emergencias gineco-obstétricas.

Características de la persona que facilita procesos de Educación Integral de la Sexualidad

Lea atentamente las dos columnas y, luego, señale las formas en que estos derechos se cumplen o no en su institución educativa.

Lo que se debe desarrollar

- Garantizar el buen trato a las personas: respetar su individualidad, cultura y derechos.
- Ser amable y entusiasta.
- Respetar a las personas, su vida y su cultura.
- Asesorar: dar opciones científicas, útiles y claras para una necesidad puntual, sin juzgar ni dar recetas.
- Animarles a participar.
- Incentivar con preguntas.
- Escuchar con genuino interés.
- Ser sensible, mirar y escuchar.
- Aceptar los errores y aprender.
- Desaprender, cuestionar nuestras propias ideas.
- No tener miedo a improvisar, ser espontánea y espontáneo.
- Mantener el buen humor.
- Ser creativa o creativo.
- Respetar las respuestas y criterios de las personas.
- Responder las preguntas de una manera completa y natural.
- Si no sabe la respuesta en ese momento, aceptar que la ignora y ofrecer que se obtendrá la información necesaria.

Lo que se debe evitar

- Criticar y juzgar las ideas y costumbres de las otras personas.
- Interpretar desde el punto de vista personal.
- Aconsejar sin que se pida.
- Burlarse de las opiniones de las demás personas o de aquellas características que no se comprenden.
- Interrumpir.
- Arengar sobre el tema sin permitir que las demás personas intervengan.
- Dominar.
- Boicotear.
- Presionar.
- Apurar.
- Celebrar y repetir chistes o conceptos sexistas o discriminatorios.

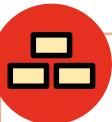
7

**Estrategias
metodológicas
para trabajar
en la prevención
del embarazo
adolescente**

La prevención de embarazos no intencionados es un proceso que debe desarrollarse durante toda la etapa escolar de las personas. La evidencia demuestra que los programas implementados solamente en la adolescencia por lo general llegan tarde, mientras que aquellos que empiezan en edades tempranas tienen mejores resultados.

Así, este documento propone una serie de actividades, estrategias y contenidos dirigidos a docentes, familias y estudiantes desde los primeros niveles educativos hasta Bachillerato, con información pertinente y metodologías adecuadas a las capacidades y necesidades propias de cada etapa.

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



Construcción del Proyecto de Vida

Se plantean al menos dos actividades formativas por nivel, articulando los contenidos en función de las características del estudiantado. Este eje debe ser implementado, de preferencia, por quien ejerza la tutoría del curso. Las actividades se planifican en sesiones equivalentes a las horas de clase e incluyen todo el material necesario para su implementación.



Me informo y actúo

Se dirige al estudiantado de todos los niveles y consiste en dos acciones: (1) el establecimiento de, al menos, una campaña puntual durante el año lectivo para trabajar en materia de prevención dentro del aula y de la institución educativa; y (2) acciones que se desarrollan en el marco del programa de Participación Estudiantil a través de dos metodologías sugeridas.



Hablemos en casa también¹⁰

Integra información sobre sexualidad para familias, así como actividades que los equipos docentes pueden desarrollar en las reuniones que se planifiquen con ese objetivo. Hablar de forma positiva y abierta de la sexualidad en familia es quizá una de las mejores estrategias para la prevención del embarazo temprano no planificado y, para ello, se incluye información pertinente que puede ser utilizada como guía.

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

Se recomienda, tanto a docentes como a profesionales de los Departamentos de Consejería Estudiantil, revisar todas las actividades de la guía. Todas están organizadas en un formato que incluye:

OBJETIVOS	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 está diseñada para una hora de clase.
MATERIALES	Descripción de insumos a utilizar en esta sección, también se encuentran láminas de apoyo, gráficos, cuentos y fichas.

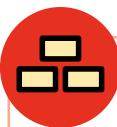
¹⁰ Esta sección se basa en Abad, C., Camacho, G. y Nuñez, M. (2013) *Educación en sexualidad y afectividad. Guía para familias*. Quito: Ministerio de Educación.

Nivel 1

Educación Inicial 1 y 2

Primer Año de 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, niñas y niños presentan varias dudas en torno a la sexualidad en general y tienden a reproducir en el aula algunos roles desiguales de género que evidencian en la sociedad. Asimismo, las familias suelen mostrar ansiedad para resolver las dudas sobre sexualidad y, por ello, pueden transmitir nociones de género que producen desigualdades y normalizan formas de violencia.



Construcción del Proyecto de Vida

Las actividades planteadas en esta sección inciden en el desarrollo del autoconocimiento de las niñas y niños. En este sentido, es necesario promover la identificación de las características personales y sociales que construyen la identidad del estudiantado. En esta etapa del desarrollo, es importante que el personal docente y adultos significativos orienten el autodescubrimiento, a través de propuestas reflexivas que partan de las experiencias más cercanas y conocidas.

Aproveche los espacios formales y no formales de aprendizaje como oportunidades para generar reflexiones sobre los gustos, intereses y sueños de cada persona.

Plantee preguntas relacionadas con lo que a las niñas y niños les gusta o no, por ejemplo los juegos en el recreo, el transporte a la escuela, sus barrios, entre otros. Es necesario partir de las experiencias más próximas y cercanas con el grupo con el que trabaja, y, a partir de esto, identificar conceptos de mayor complejidad que tengan relación con los derechos.

Actividad: ¡En mi casa somos así!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• 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	Esta actividad promueve el reconocimiento de las distintas familias que existen, valorando la diversidad. Recuerde que ninguna familia es mejor que otra: todas son valiosas a través de la entrega de afectos y cuidados a quienes las integran.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Lápices de colores, cartulinas u hojas de papel, gomas de borrar

- Para iniciar la actividad, reparta los materiales al grupo de estudiantes y luego bríndele la siguiente indicación:

Venimos de familias diferentes. Todas son igual de valiosas y lo importante es el amor y cuidado que nos entregan.

- Pida a sus estudiantes que dibujen a su familia realizando una actividad cotidiana, en conjunto.
- Posteriormente, solicite que dos o tres de sus estudiantes presenten voluntariamente sus trabajos.
- Utilice las siguientes preguntas como guía para orientar las reflexiones del grupo:
 - ¿Quiénes son esas personas?
 - ¿Qué actividad están desarrollando?, ¿Qué están haciendo?
 - ¿Qué cosas hacen las mujeres en esa familia?
 - ¿Qué cosas hacen los hombres en esa familia?
 - ¿Las mujeres y los hombres pueden hacer las mismas actividades?
- Es importante promover la reflexión sobre estas preguntas, haciendo énfasis en que todas las familias son distintas, ninguna es mejor o peor que otra.

- Estimule a la mayor cantidad de estudiantes a presentar sus dibujos y procure realizar las mismas preguntas por igual. Para orientar las respuestas, considere la información del siguiente recuadro.



Generalmente las familias reproducen desigualdades asociadas al género. Así, muchas veces la madre realiza tareas dentro del hogar, de cuidado no remuneradas, como limpiar la casa, cuidar a las personas ancianas de la familia o a sus hijos e hijas, cocinar, etc. Mientras tanto, suele ocurrir que los hombres están relacionados con el trabajo fuera del hogar.

Es importante reconocer que no todas las familias funcionan así y que tanto mujeres como hombres tienen las mismas capacidades y derechos, lo cual diversifica los roles que asumen las distintas personas que integran una familia.

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 realizarlas dentro del hogar.

El modelo que presenta a la madre, el padre y sus hijos es solamente una de las muchas formas en que se pueden organizar las familias.

En ocasiones estas se conforman, por ejemplo, por abuelo, abuela y sus nietos; un parente y sus hijas; una tía al cuidado de sus sobrinos, etc. Todas las familias son adecuadas, en tanto entreguen amor y cuidados a sus integrantes.

Evite validar un único modelo de familia y mantenga una actitud abierta frente a las diferentes realidades de sus estudiantes.

Actividad: De grande quiero ser

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	Esta actividad trabaja en la identificación de ocupaciones y profesiones. 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.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Tarjetas imprimibles, que se encuentran a continuación

- Presente las distintas tarjetas con ocupaciones y profesiones al grupo y pídale que describan qué actividad realizan las personas en las imágenes.
- Cuando ya haya presentado todas las tarjetas, pregúntele: *¿Qué quieren ser ustedes de grandes?*
- Con esa pregunta, motive a que niñas y niños respondan y escojan una tarjeta, según su interés.
- Posteriormente, pregúntele: *¿Existen profesiones u ocupaciones que sean solo para mujeres o solo para hombres?*
- Es importante hacer énfasis en que no hay profesiones u ocupaciones exclusivas para hombres y mujeres, sino que cada persona puede ser lo que desee y que, para ello, deben esforzarse. La idea clave que se tiene que reforzar es que tanto mujeres como hombres son iguales en derechos y tienen, por principio, las mismas capacidades para ser lo que deseen.
- Motive a las niñas y los niños a identificar profesiones u ocupaciones no tradicionales y discútalas en una próxima sesión.



La elección de profesión y ocupación es parte del desarrollo integral de las personas. A esta edad, niñas y niños fantasean con ocupaciones ideales que generalmente están atravesadas por prejuicios y formas de desigualdad que se relacionan con el género. La proyección profesional es un factor que incide en la permanencia escolar, desarrollo adecuado del proyecto de vida y postergación del embarazo.



Vendedora



Vendedor



Bailarina



Panadero



Panadera



Bailarín



Entrenadora



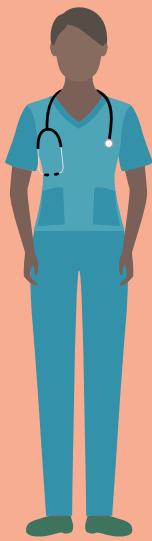
Entrenador



Doctora



Doctor



Veterinaria



Veterinario



Agricultora



Conductor



Conductora



Agricultor



Constructora



Constructor



Cantante



Cantante



Bombera



Policía



Policía



Bombero



Profesora



Profesor



Peluquera



Peluquero



Electricista



Electricista



Vendedora de flores



Zapatero



Zapatera



Vendedor de flores



Cocinera



Cocinero



Alfarera



Alfarero



Técnico en alimentos



Técnica en alimentos

Actividad: Mi cuerpo es mío

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	Lámina de una niña y un niño que se encuentra a continuación

- Para iniciar esta actividad, indique a sus estudiantes que trabajarán reconociendo las partes del cuerpo. Ubique la lámina que encontrará a continuación de la actividad en la pizarra. Realice las siguientes preguntas, acompañadas con las reflexiones:

- ¿Qué es esta imagen?

Es un dibujo en el que se representan una niña y un niño como ustedes.

- Estas imágenes, ¿tienen cabeza? ¿Ustedes tienen cabeza?

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

- ¿Quién puede tocar su cabeza? ¿Quién no puede hacerlo?

Nadie puede tocar una parte del cuerpo que ustedes no quieran; en ocasiones, hay quienes tocan nuestra cabeza para saludarnos, peinarnos o asearnos. Pero todas las personas tenemos el derecho a decir que no queremos que nos toquen si no nos sentimos bien o sentimos incomodidad.

- ¿Estas imágenes tienen brazos? ¿Ustedes tienen brazos?
¿Quién puede tocar sus brazos? ¿Quién no puede hacerlo?

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

- ¿Estas imágenes tienen piernas? ¿Ustedes tienen piernas?
¿Quién puede tocar sus piernas? ¿Quién no puede hacerlo?

Niñas y niños tienen piernas, también conocidas como extremidades inferiores. Las piernas son parte de nuestro cuerpo y nadie tiene derecho a tocarlas si no queremos. A veces, nuestras madres, padres o personal médico, por temas de cuidado, salud o aseo, nos han tocado; sin embargo, si ustedes se sienten incómodas o incómodos cuando alguien les toca, tienen el derecho a decirlo y nadie podrá hacerlo.

- ¿Estas imágenes tienen genitales? ¿Ustedes tienen genitales?
¿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 que son 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, abuelas o abuelos o docentes).

Las niñas y los niños tienen derecho a vivir sus vidas libres de violencia y las personas adultas deben proteger y cuidar a las niñas y niños de cualquier cosa o persona que pueda lastimarlos o hacerles sentir incómodos o tristes. Si alguien te lastima o te hace sentir incómodo o incómoda, independientemente de quien sea, debes contárselo a alguien en quién confíes.

- 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.
- Recalque que nadie puede tocar los cuerpos de las niñas y los niños, y que, si esto pasa, pueden contarle a una persona que sea de su confianza: docente o personal DECE.



Las niñas y los niños están expuestos a ser víctimas de violencia sexual. En la mayor parte de los casos, esta violencia es ejercida por alguien cercano al núcleo familiar. Es importante que sus estudiantes conozcan las partes del cuerpo, que los genitales sean llamados por su nombre correcto y que se vincule esta información con los derechos. Asimismo, es importante recordarles que independientemente de quien sea la persona (padre, hermano, abuela, tío, madre, primo) si ellos se sienten incómodos con lo que está pasando, deben contarle a una persona adulta de confianza.



Las niñas y los niños que conocen sus derechos tienen mayores posibilidades de recibir apoyo si se encuentran en una situación de vulneración. Recuerde que usted como docente es un referente fundamental en esta etapa de la vida. Por lo tanto, su deber como adulto modelo consiste en promover y respetar los derechos humanos. Finalmente, si requiere información adicional sobre violencia sexual, revise el documento *Protocolo de actuación frente a situaciones de violencia detectadas o cometidas en el sistema educativo*, disponible en el siguiente enlace:

https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/03/Protocolos_violencia_web.pdf



Me informo y actúo

Las niñas y los niños de estas edades también son 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.



Actividad: ¡Así me siento!

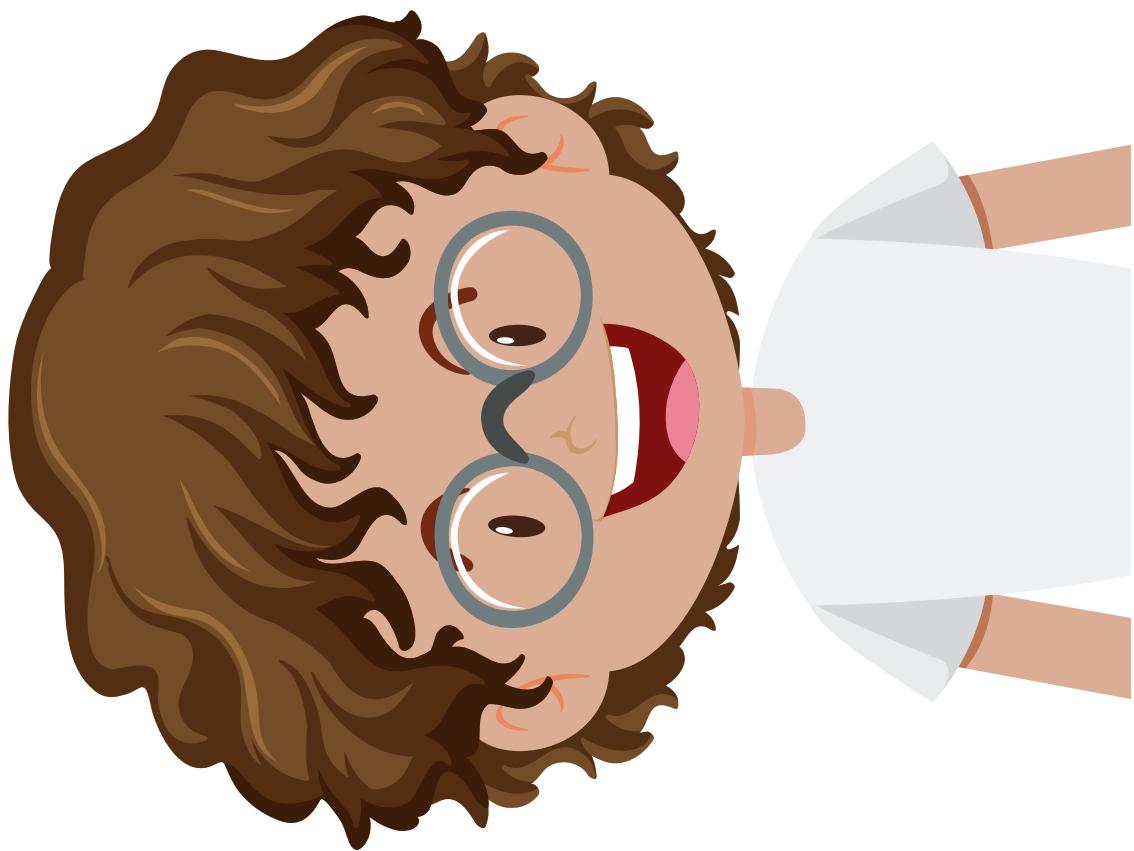
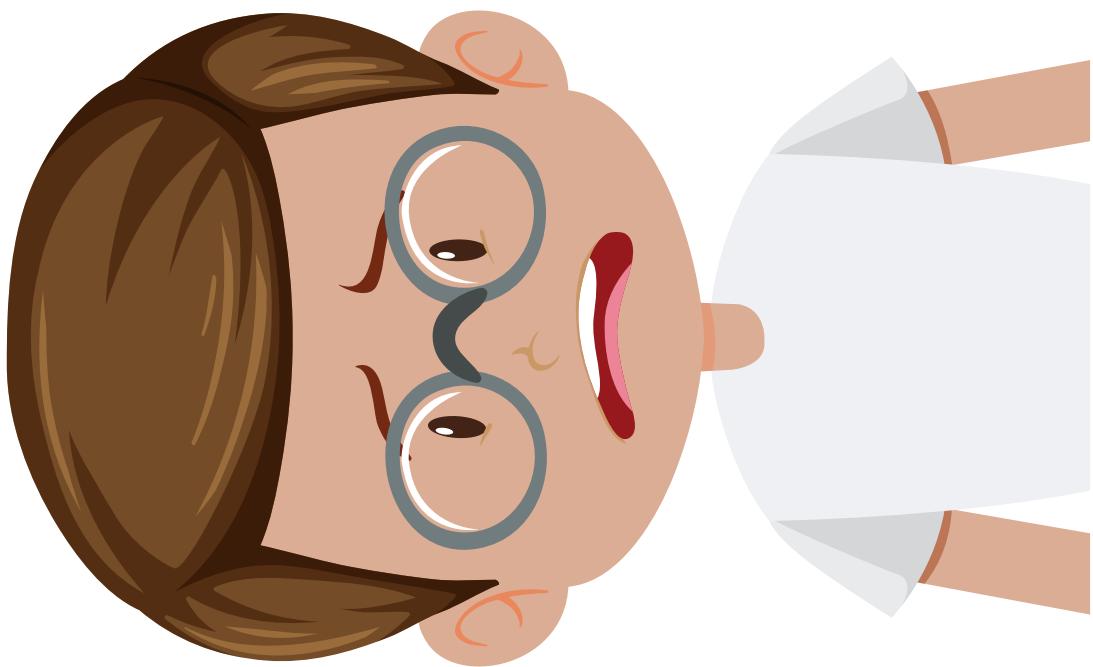
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Reconocer emociones y sensaciones propias.• Promover estrategias de prevención de violencia.• Promover el respeto por las decisiones personales.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta metodología busca el reconocimiento de sensaciones agradables o desagradables, así como desarrollar mecanismos de comunicación.
TIEMPO	20 minutos
MATERIALES	Dos láminas: la primera con una cara feliz y la segunda con una de desagrado; puede utilizar las que encontrará a continuación

- Para iniciar la actividad, muestre a niñas y niños la lámina con la cara feliz y motive la conversación con las siguientes preguntas:
 - *¿Qué representa esta imagen? ¿Ustedes se han sentido así alguna vez? ¿Cuándo? ¿Qué cosas les hacen sentir así?*
- Luego, presente la segunda lámina y pregunte:
 - *¿Qué representa esta imagen? ¿Ustedes se han sentido así alguna vez? ¿Cuándo? ¿Qué cosas les hacen sentir así?*
- Promueva la participación de toda la clase, recordando que si alguna persona no quiere participar no debe ser obligada.
- Para agregar valor a la conversación, utilice la siguiente información.

Hay muchas cosas que nos hacen sentir bien y nos agradan, por ejemplo, salir a pasear, jugar con amigas y amigos, comer un helado rico, etc. Hay otras situaciones que nos causan desagrado, que no nos gustan o que nos causan dolor o daño. Cuando esto sucede, debemos decir que no nos gusta y contarle a una persona adulta de confianza, como una profesora o profesor o alguien de la familia.



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



Actividad: Niñas y niños tenemos derechos. ¡Conócelos!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Sensibilizar a la comunidad educativa sobre los derechos de 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	Cartulinas, lápices de colores, gomas de borrar y tarjetas de los derechos

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

Antes de iniciar la actividad, prepare las tarjetas de los derechos. Para ello, recorte 10 rectángulos de cartulina en tamaño A5 (21 x 15 cm). Anote uno de los siguientes derechos en cada tarjeta, con letra clara.

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 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 la protección 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

Primera parte

- Muestre las tarjetas con los derechos a sus estudiantes, leyéndolas de una en una y preguntando qué se entiende por cada derecho y cómo podría representarse.
- Luego, solicite que, individualmente, escojan un derecho y lo dibujen, procurando que los diez mencionados estén presentes. Es importante que niñas y niños tengan claridad sobre sus derechos y la forma de representarlos.
- En caso de que alguno de los dibujos realizados llame su atención con contenido que pudiere relacionarse a vulneraciones, remítase al protocolo.

Segunda parte

- Una vez terminada esta actividad, solicite 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 de la tarjeta que muestra el derecho que representa y que, durante un recreo, sus estudiantes estén presentes en la cartelera, de modo que puedan exponer sus ilustraciones a estudiantes de otras clases.
- Luego de la presentación de los derechos a la comunidad educativa, pregunte a sus estudiantes cómo se sintieron cuando las otras personas veían sus dibujos y si fue de su agrado realizar esta actividad.
- Refuerce el ejercicio indicando al estudiantado lo importantes que son y cómo es posible que cada persona puede hacer cambios en su comunidad, escuela y familia.



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; en niños, niñas y adolescentes promueve cambios significativos tanto en la escuela como en la familia.

La participación del estudiantado en las actividades formativas de la escuela es, en sí 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.

Actividad: Videoforo en familia

OBJETIVOS	• Reforzar las capacidades de madres y padres para informar adecuadamente en familia sobre la reproducción humana.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Durante esta actividad se brindarán herramientas a los padres y las madres de sus estudiantes para que puedan conversar sobre sexualidad.
TIEMPO	1 hora
MATERIALES	Equipo y espacio adecuado para proyectar el video (con conexión a Internet), impresiones de la lectura de apoyo que se encuentra a continuación

El video está dirigido a niñas y niños de este nivel, que tienen preguntas sobre sexualidad y reproducción.

- Si es posible, envíe a padres y madres el enlace del video, para que puedan verlo antes de la sesión. Así, podrán comentar sus inquietudes y dudas durante el trabajo conjunto.
- El enlace es: **<https://www.youtube.com/watch?v=d0pgNVxjn2w>**
- El video presenta, de forma entretenida y respetuosa, información sobre cómo vienen los bebés al mundo y puede ser utilizado para complementar los datos de la lectura de apoyo.
- Es importante abrir canales de comunicación a través de este tipo de espacios compartidos.
- Una vez realizada la lectura, abra un espacio de plenaria, para conversar sobre lo que se plantea en la lectura. Si requiere de apoyo para contestar las dudas, puede invitar a una de las personas que integran el DECE o personal médico especializado.



Hablemos en casa también

Para realizar procesos de prevención de embarazos es necesario hablar de sexualidad en el hogar. La familia es uno de los principales espacios de educación y la escuela tiene el rol de facilitar sus acciones. Para esto, se recomienda realizar la actividad sugerida y leer el texto de apoyo que se encuentra a continuación.

Texto de apoyo: 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 la 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 edad temprana 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 de edad pueden empezar los llamados *juegos sexuales*, es decir, jugar al papá y la mamá, a los novios, al doctor, a estar esperando un bebé. Un objetivo de estos juegos es conocer el cuerpo del otro niño o niña, sobre todo sus genitales. Si la diferencia de edad entre chicas y chicos que están jugando no es mayor a 3 años de edad, no hay razón para preocuparse. En cambio, si hay más diferencia de edad, es necesario indicarles que no es conveniente que tengan estos juegos, y hacerlo sin castigarles.

Asimismo, es natural que 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 las niñas y niños pequeños no se interesan en estos temas, pero lo hacen de varias maneras: primero, con sus observaciones, luego con sus juegos y, más tarde, al hacer preguntas.



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

Puede 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 que puede ser niña o niño”.

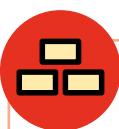
Cuando niños y niñas quieren saber dónde y cómo se unen el óvulo y el espermatozoide, puede darles una explicación muy sencilla, pues a esta edad no necesitan demasiada información. Cuéntales que el embarazo se produce cuando un hombre y una mujer se juntan y tienen relaciones sexuales, es decir, se acarician, se abrazan y con el pene, el hombre pone esas células dentro del útero o vagina la mujer.

Nivel 2

Segundo, Tercer y Cuarto Años de EBG

En este nivel aumentan las exigencias escolares, pero también la capacidad de aprender y proyectarse al futuro. Las niñas y los niños de esta edad tienen la destreza de 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. Es trascendental recordar que en esta etapa se incrementan de forma paulatina las asignaturas y contenidos curriculares, así como las responsabilidades sobre el propio desempeño escolar.

Para evitar embarazos tempranos es necesario trabajar en la prevención de violencia, el consentimiento y la promoción de relaciones igualitarias entre mujeres y hombres. Por ello, la vinculación con la familia en esta etapa es fundamental; lo que se trabaja en el aula debe ser reforzado en casa.



Construcción del Proyecto de Vida

Para este nivel, la perspectiva metodológica debe reforzar los ejes de autoconocimiento y acceso a la información de manera prioritaria. En este sentido, es se debe considerar las oportunidades que ofrece la escuela para el conocimiento del entorno natural y social, así como para la construcción de relaciones interpersonales que partan del respeto y la valoración positiva de las diversidades.

Las relaciones con sus pares y con personas adultas significativas cimentan las conductas que se desarrollarán en el futuro con otras personas y, por tanto, tienen que ver con la actitud frente a la vida que desarrolle cada estudiante. Por tanto, la información sobre derechos que se trabaje en estos años debe estar relacionada con las actividades cotidianas de las estudiantes y los estudiantes. Entregar información oportuna sobre derechos, incrementa las posibilidades de niñas y niños, tanto de ejercerlos como de respetarlos.

Actividad: Leemos y entendemos

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	Cartulinas, lápices de colores, gomas de borrar, impresiones del cuento que se encuentra a continuación

- Antes de iniciar con la lectura del cuento, pregunte a sus estudiantes:

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

- Entrégüeles hojas en blanco y pídale que dibujen y pinten algo que les guste que sea de color rosa, algo azul y algo de otro color (elección libre).
- Posteriormente, lean en voz alta el cuento “Rosa Caramelo”.
- Al finalizar la lectura, pregunte al grupo:
 - *¿Dónde están los elefantes?*
 - *¿Qué hacen?*
 - *¿Cómo están?*
 - *¿Dónde están las elefantas?*
 - *¿Qué hacen?*
 - *¿Cómo están?*
 - *¿Qué tienen puesto?*
- Tras realizar estas preguntas, pida a cada integrante del grupo que dibuje en otra hoja lo que más les haya gustado del cuento y que muestre su dibujo al resto de la clase, explicando por qué han ilustrado eso.

- Una vez que todo el grupo haya mostrado sus dibujos, haga las siguientes preguntas:
 - *¿Dirían que Margarita era diferente al resto de las elefantas?*
 - *¿Por qué creen que Margarita decidió irse del cercado? ¿Crean que su decisión fue valiente?*
 - *¿Por qué al final todas las elefantas salieron del cercado y se unieron a Margarita?*
 - *¿Esperaban que la historia terminara así?*
 - *¿Qué podemos aprender de esta historia?*
 - *¿Quiénes tienen que verse más lindos: los hombres o las mujeres? ¿Por qué?*
 - *¿Pueden las niñas jugar con autos y camiones? ¿Por qué?*
 - *¿Pueden los niños jugar con muñecas? ¿Por qué?*
 - *¿Quiénes se ensucian más: los niños o las niñas? ¿Por qué?*
 - *¿Se enojan más los papás y las mamás cuando se ensucian las niñas o cuando se ensucian los niños?*
- Durante la actividad, asegúrese de reforzar las ideas que se presentan en el recuadro de la página siguiente.





Es necesario reforzar que si bien todas las personas somos diferentes, también somos iguales en derechos y tenemos idénticas capacidades y potencial para realizar las mismas actividades.

Es importante manifestar que no existen colores, deportes, profesiones, oficios o cualquier actividad que sea “solo” de hombres o “solo” de mujeres.

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 concerniente al comportamiento, los juegos y espacios ocupados por ambos géneros.

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.

No se trata de obligar a que las niñas y los niños 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 consideren que están rompiendo alguna norma. Asimismo, es importante validar elecciones alternativas en los niños y las niñas. Es decir, si no todas las niñas deciden que les gusta el color rosado, tampoco se puede exigir a los chicos que les agrade el celeste, o criticarlos porque les guste el rosado o jugar con muñecas. Si bien este cuento se enfoca en las niñas, es fundamental trabajar a la par con los niños la posibilidad que ellos también tienen de tomar decisiones que se salen de la norma de género.

Rosa caramelito

Había una vez, en el país Elefante, una manada en la que las elefantas eran suaves como el terciopelo, tenían los ojos grandes y brillantes y la piel de color rosa caramelito. Todo esto se debía a que, desde el mismo día de su nacimiento, las elefantas solo comían anémonas y peonías. Y no era que les gustaran estas flores: las anémonas —y todavía peor las peonías— tienen un sabor malísimo. Pero, eso sí, dan una piel suave y rosada y unos ojos grandes y brillantes.

Las anémonas y las peonías crecían en un jardincillo vallado. Las elefantitas vivían allí y se pasaban el día jugando entre ellas y comiendo flores. “Pequeñas”, les decían sus papás, “tienen que comerse todas las peonías y no dejar ni una sola anémona, o no se volverán tan suaves como sus mamás, ni tendrán los ojos grandes y brillantes. Cuando crezcan, ningún guapo elefante querrá casarse con ustedes”.

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, se duchaban en el río, se revolcaban en el lodo y hacían la siesta bajo los árboles.

Solo Margarita, entre todas las pequeñas elefantas, no se volvía ni un poquito rosa, por más anémonas y peonías que comiera. Esto ponía muy triste a su mamá elefanta y hacía enfadar a papá elefante.



“Vamos, Margarita”, le decían, “¿por qué sigues con ese horrible color gris, que sienta tan mal a un 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!”.

Y Margarita, cada vez más gris, mordisqueaba unas cuantas anémonas y unas pocas peonías para que su mamá y su papá 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 peonías y las anémonas.

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 peonías o anémonas, ni a vivir dentro de un jardín vallado. Y desde aquel entonces, es muy difícil saber, cuando se ve jugar a la manada, cuáles son elefantes y cuáles, elefantas.

¡Se parecen tanto!

(Adela Turín)

Actividad: 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	Esta actividad se basa en los juegos de roles. Se promueve el análisis crítico de situaciones cotidianas que pueden vulnerar derechos.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Tarjetas con casos y preguntas impresas, que se encuentran a continuación de la actividad

- Indique que se leerán y analizarán historias cortas. Cada historia tiene preguntas que deben ser resueltas entre todo el grupo.
- Lea los casos en voz alta, en caso de que su clase corresponda a Segundo o Tercer Años de EGB; en caso de que esté trabajando con estudiantes de Cuarto Año, se sugiere dividir al aula en grupos y entregar los casos impresos.
- Luego de leer los casos, solicite al curso que se divida en cuatro grupos, asigne un caso a cada uno y pídale que respondan las preguntas que se plantean. Indíquenles que posteriormente presentarán sus respuestas en plenaria.
- Luego de que cada grupo ha trabajado con el caso asignado, plantéelos las siguientes preguntas, para dar inicio a la plenaria.
 - *¿Alguna vez les ha pasado algo similar a estas historias?*
 - *¿Cómo se sintieron?*
 - *¿Saben lo que es el consentimiento?*
- Para terminar la actividad es necesario hacer énfasis en el consentimiento, usando la información que se encuentra en el recuadro de la página siguiente.



El consentimiento es la capacidad que tienen las personas para decir que sí o que no frente a un requerimiento, pedido o solicitud de otra persona.

Es un derecho fundamental de niñas, niños, adolescentes, jóvenes y personas adultas.

Muchas veces se dice que se tiene que aceptar lo que piden quienes son mayores o los compañeros o compañeras. Sin embargo, si una persona se siente incómoda o extraña frente a las peticiones, puede decir que no, y el resto debe aceptarlo.

Asimismo, si una persona dice que no a una petición que se le hace, no significa que se haya hecho algo malo o indebidamente; solamente corresponde respetar su decisión, así como las demás personas deben respetar las propias.

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 a otras personas.

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

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 clase. Uno de esos días, Pedro no quiso jugar fútbol: él quería correr y saltar. María insistía mucho en hacer lo de siempre y pensó en obligar al niño a participar. Si no lo hacía, dejaría de ser su amiga.

Preguntas

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

Caso 2. José y Alex

Alex está en Séptimo Año 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. Él no quería hacerlo, Alex entendió y almorzaron juntos. Ambos acordaron que la próxima vez cada uno traería algo diferente para compartir.

Preguntas

- ¿Creen que Alex debió insistir más para que José aceptara 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 y le dice que quiere ser su amigo pero, a cambio, Consu debe entregarle la mitad de la comida que le envían de casa para el recreo.

Preguntas

- ¿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 compraría los zapatos, pero en un “color de niña”. Mireya, frente a esto, le preguntó a su madre: ¿Cuáles colores son “de niña”?

Preguntas

- ¿Cómo creen que termina esta historia?
- ¿Existen colores que son solo de niña o solo de niño?
- ¿Cómo crees que Mireya debería explicarle a su mamá que prefiere los zapatos que ya escogió?

Actividad: ¿Quién hace qué?

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Identificar situaciones de posible vulneración de derechos. Desarrollar estrategias preventivas frente a situaciones de violencia.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta metodología trabaja con análisis de imágenes y situaciones en las que sus estudiantes deben reconocer si son o no adecuadas y cuáles son los límites personales.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Láminas que se encuentran a continuación de esta actividad

- Para iniciar la actividad, muestre a niñas y niños la primera lámina y hágales las siguientes preguntas:
 - ¿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?*
 - A quién le puedo contar su alguien hace algo que me hace sentir incómodo o incómoda?*
- Realice las mismas preguntas con cada lámina.
- En caso de detectar una posible vulneración de derechos remitirse al *Protocolo de actuación frente a situaciones de violencia detectadas o cometidas en el sistema educativo*.
- Para profundizar el análisis, a lo largo de la actividad aproveche algunas de las respuestas para hacer énfasis en la información del recuadro.



Hay algunas actividades que se pueden realizar con todas las personas, como correr por el parque, jugar a la pelota o estudiar en la escuela. Hay otras que se realizan solo con personas en quien se confía, como comer juntos, hacer regalos, cocinar, lavar los platos, etc. Y hay otras que se realizan en ocasiones muy especiales, como cuando la doctora o el doctor revisa una herida o hace una exploración para saber si se tiene alguna enfermedad, o cuando las personas adultas bañan a los bebés, les cambian la ropa o los alimentan.

Si una persona que no conoces te hace un regalo, (como se ve en la lámina 8) no se debe aceptar y hay que informar a una persona adulta de confianza de la familia o a una docente o un docente. Lo mismo si alguien te quiere acompañar a la ducha o mirar mientras te cambias de ropa.

Esas son actividades individuales. Cada persona debe realizarlas en privacidad y nadie puede obligarle a lo contrario.



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

Hay actividades que pueden realizar por su cuenta, 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 los 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 los niños tienen mayor autonomía para realizar actividades y pueden involucrarse en la entrega de información dirigida a sus compañeras y compañeros.

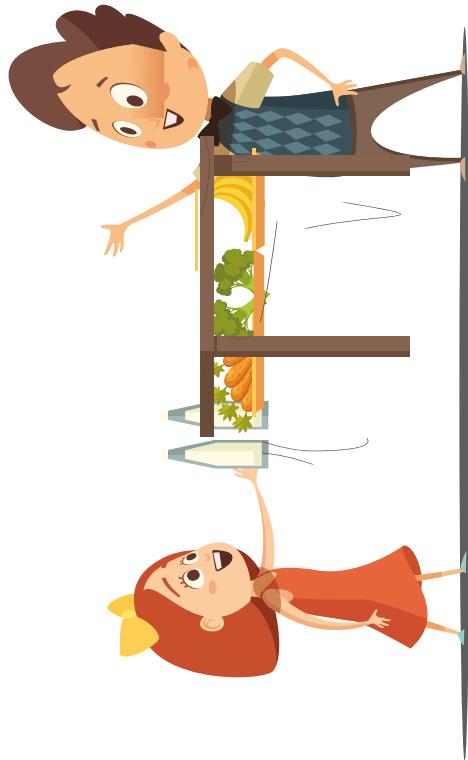
En concordancia con el nivel de desarrollo, se sugiere realizar una campaña para analizar las formas en que medios de comunicación construyen mensajes que refuerzan las desigualdades de género y ponerlo en discusión de la comunidad educativa.

1



NIVEL 2

2



3



4



5



6



7



8



9



10



NIVEL 2

11



Actividad: ¡Niñas y niños podemos!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Promover la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres.• Identificar las formas en que se construyen las desigualdades relacionadas con el género.• Promover el desarrollo de deportes inclusivos.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad busca recuperar juegos que tradicionalmente se dividen por sexos y trabajarlos de forma mixta.
TIEMPO	1 hora y 30 minutos
MATERIALES	Pelotas de fútbol, sogas para saltar

- Para iniciar esta actividad, pregunte al curso:
 - *¿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?*
 - A través de las respuestas que sus estudiantes brinden a estas preguntas, promueva que, al menos una vez por semana, durante el espacio de recreo se participe en juegos que involucren a niñas y niños. Por ejemplo, partidos de fútbol o básquet con equipos mixtos. También incentive la participación de niñas y niños en juegos tradicionales, como saltar la soga, según su contexto.
- Es importante que estas actividades sean desarrolladas en el espacio del recreo, para que la comunidad educativa pueda verlas y aprender de ellas.
- Luego de haber participado en los juegos, es importante realizar las siguientes preguntas:
 - *¿Cómo se sintieron durante estos juegos?*
 - *¿Se divirtieron?*
 - Enfatice constantemente la siguiente idea, de modo que las actividades en las que participan chicas y chicos sean cada más frecuentes, fomentando una convivencia positiva.



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



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. Tras los juegos, es posible que sus estudiantes, individualmente o en pequeños grupos, le hagan preguntas sobre el cuerpo de sus compañeros y compañeras. Es necesario entregarles información de calidad, señalar las partes con los nombres correctos y explicar en términos simples las diferencias que a veces se pueden evidenciar durante las distintas fases de crecimiento que niños y niñas experimentan.

Actividad: Videoforo en familia

OBJETIVOS	• Reforzar las capacidades de madres y padres para informar adecuadamente a sus hijos e hijas.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Durante esta actividad se brindará herramientas a los padres y las madres de sus estudiantes para que puedan conversar sobre sexualidad.
TIEMPO	1 hora
MATERIALES	Equipo y espacio adecuado para proyectar el video (con conexión a Internet), impresiones de la lectura de apoyo que se encuentra a continuación

- Si es posible, envíe a padres y madres el enlace del video, para que puedan verlo antes de la sesión. Así, podrán comentar sus inquietudes durante el trabajo conjunto.
- El enlace es: <https://www.youtube.com/watch?v=CzYXTiIdMsM>



- Este video está adaptado tanto en lenguaje como en forma para niñas y niños de este nivel. Antes de iniciar, 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.
- Una vez realizada la lectura, abra un espacio de plenaria, para conversar sobre lo que se plantea en la lectura. Si requiere de apoyo para contestar las dudas, puede invitar a una de las personas que integran el DECE o un médico o médica especialista.

Texto de apoyo: Hablemos de sexualidad en familia

La relación tan estrecha que tienen los niños con su mamá y las niñas 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 el rol materno, 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 sí 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 institución.

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

Los hombres tienen pene, que está ubicado sobre una bolsita llamada escroto; allí se encuentran dos testículos que producen espermatozoides. Además, dentro de su cuerpo tienen unos conductos y la próstata. Las mujeres tienen vulva y clítoris; dentro de su cuerpo están 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 motivar 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 se debe reprenderles o castigarles. Más bien, se puede aprovechar la oportunidad para explicarles las diferencias entre los cuerpos de mujeres y hombres, usando algunos dibujos sencillos.

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

En esta etapa, poco a poco, los niños y las niñas conocen más de sí, reconocen sus gustos, y preferencias personales, se imaginan cómo serán de grandes y se interesan en los deportes y otras actividades similares.

En las escuelas se observa que, por lo general, 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 “tostos” y por eso no quieren jugar con ellos. Esto les lleva a preferir formar grupos de su mismo sexo y a alejarse, e incluso rechazar, a quienes perciben como distintos. No todos pasarán por el mismo proceso, y es necesario respetar su individualidad.

Esta diferenciación de acuerdo con su sexo es natural, pero no obligatoria o determinante. Por lo tanto, es conveniente que se enseñe a respetar a niños y niñas, y reflexionar en conjunto que mujeres y hombres tienen las mismas capacidades, el mismo valor, merecen ser tratados por igual y sentir orgullo propio.

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

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

Por eso, niñas y niños de 6 a 9 años tratan 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 que 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 como “gay” a otros niños cuando tienen comportamientos sensibles o expresan sus emociones. Es conveniente que las personas adultas no refuercen estas discriminaciones y fomenten el respeto, con su ejemplo, a todos los niños y niñas y sus formas de ser, sin importar su identidad sexual. Se debe reflexionar con hijos e hijas sobre el hecho de que mujeres y hombres tienen iguales capacidades, valen por lo que son y merecen 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, de lo femenino y lo masculino, es distinto a lo esperado en el pasado. Por ejemplo: antes se pensaba que las mujeres no debían trabajar fuera de la casa, usar pantalones o 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: cada vez hay más mujeres en ámbitos laborales que antes estaban reservados para el otro sexo y eso no significa que dejan 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 demás personas adultas pueden contribuir en la formación de sus hijas e hijos dándoles los mismos derechos, iguales oportunidades y responsabilidades; es decir, inculcándoles que nadie es superior a otra persona y fomentando un trato digno y equitativo. Es fundamental el ejemplo: si ven que quienes integran la familia realizan las mismas tareas, tienen empleos de similar importancia, expresan libremente sus pensamientos, sentimientos, y se relacionan con respeto, tendrán actitudes similares, aprenderán a respetar y valorar a quienes les rodean y, en el futuro, establecerán relaciones más igualitarias.

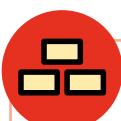
Nivel 3

Quinto, Sexto y Séptimo Años de EBG

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 posibilidad de cambiar realidades a partir de acciones puntuales.

Para hacer prevención efectiva de embarazos, es necesario trabajar en precaución 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. Por ello, se incluye un apartado con trabajo en familia.



Construcción del Proyecto de Vida

La **información** que se trabaja en este nivel debe promover el desarrollo del pensamiento crítico del estudiantado, considerando que, a partir de los contenidos y destrezas que se trabajen, se fortalece la toma de decisiones informadas y reflexivas. Asimismo, esta información, prepara a las niñas y niños para reconocer los cambios corporales que tendrá el cuerpo en la pubertad así como la proyección a la juventud y adultez. El reconocimiento del desarrollo físico y sexual, además de posibilitar el autoconocimiento y mejora de la construcción de imagen corporal, brinda la oportunidad de incorporar la prevención de embarazos no intencionados y planificación familiar en sus Proyectos de Vida.

Es fundamental que el personal docente y las familias promuevan la búsqueda activa de información, así como el análisis crítico de la misma, esto potencia la capacidad de las y los estudiantes para **tomar decisiones**, fortalece su autoestima así como sus Proyectos de Vida.

Actividad: Este es mi cuerpo

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> 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	Una copia para cada estudiante en tamaño A4 del cuerpo de una niña o un niño (se encuentra a continuación de la actividad), tijeras, goma de pegar, pinturas o lápices de colores

- Entregue a cada estudiante una imagen del cuerpo de un niño o una niña, como les corresponda.
- La primera parte de esta actividad consiste en hacer su propio rompecabezas del cuerpo que se les asignó.
- Una vez cortado, solicítelos que pinten las partes del rompecabezas de la siguiente manera.
 - 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
- Luego, pídale que armen nuevamente su rompecabezas y peguen las piezas en la cartulina.
- Para reforzar la actividad, utilice la información del recuadro.



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 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 que preguntar si podemos hacerlo antes.

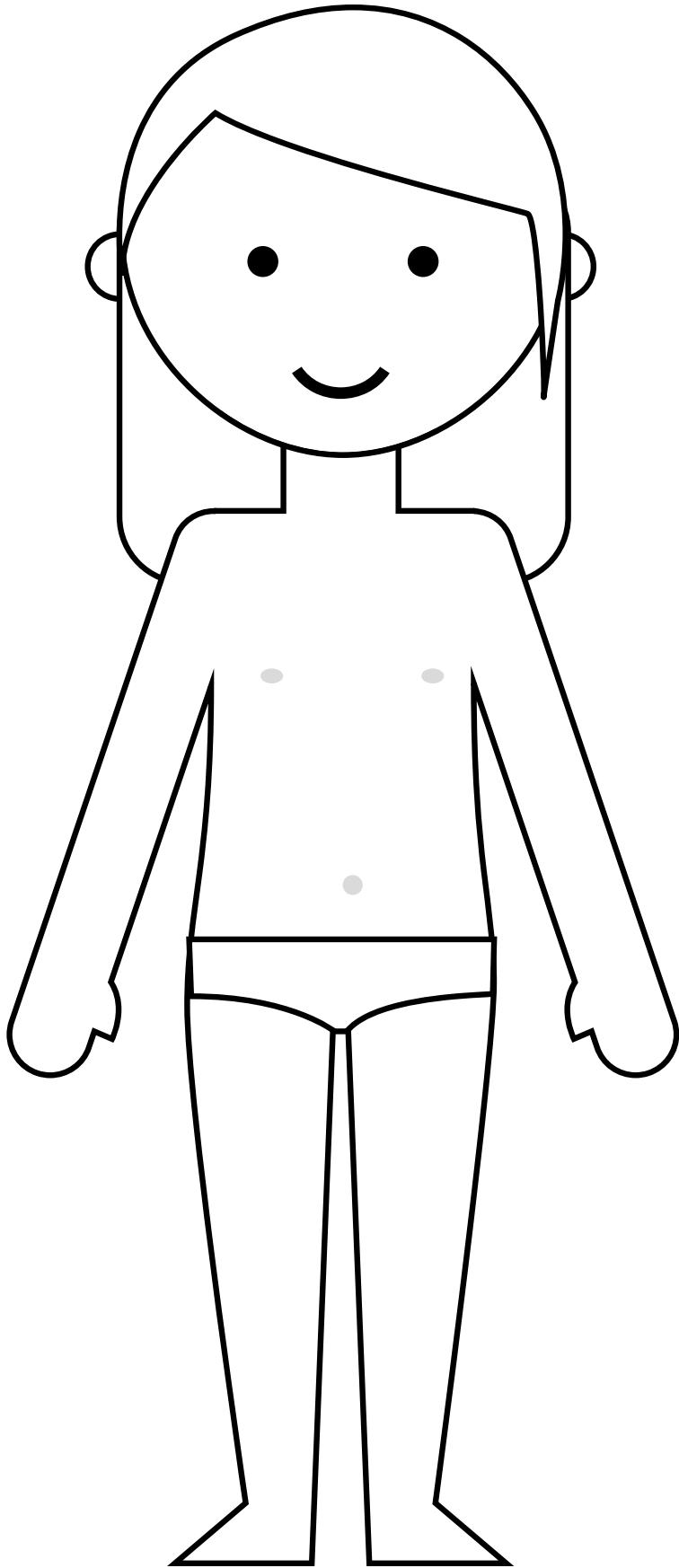
Finalmente, hay partes como las manos o la cabeza que son vistas por todo el mundo. Todas las partes del cuerpo son distintas y muy valiosas.



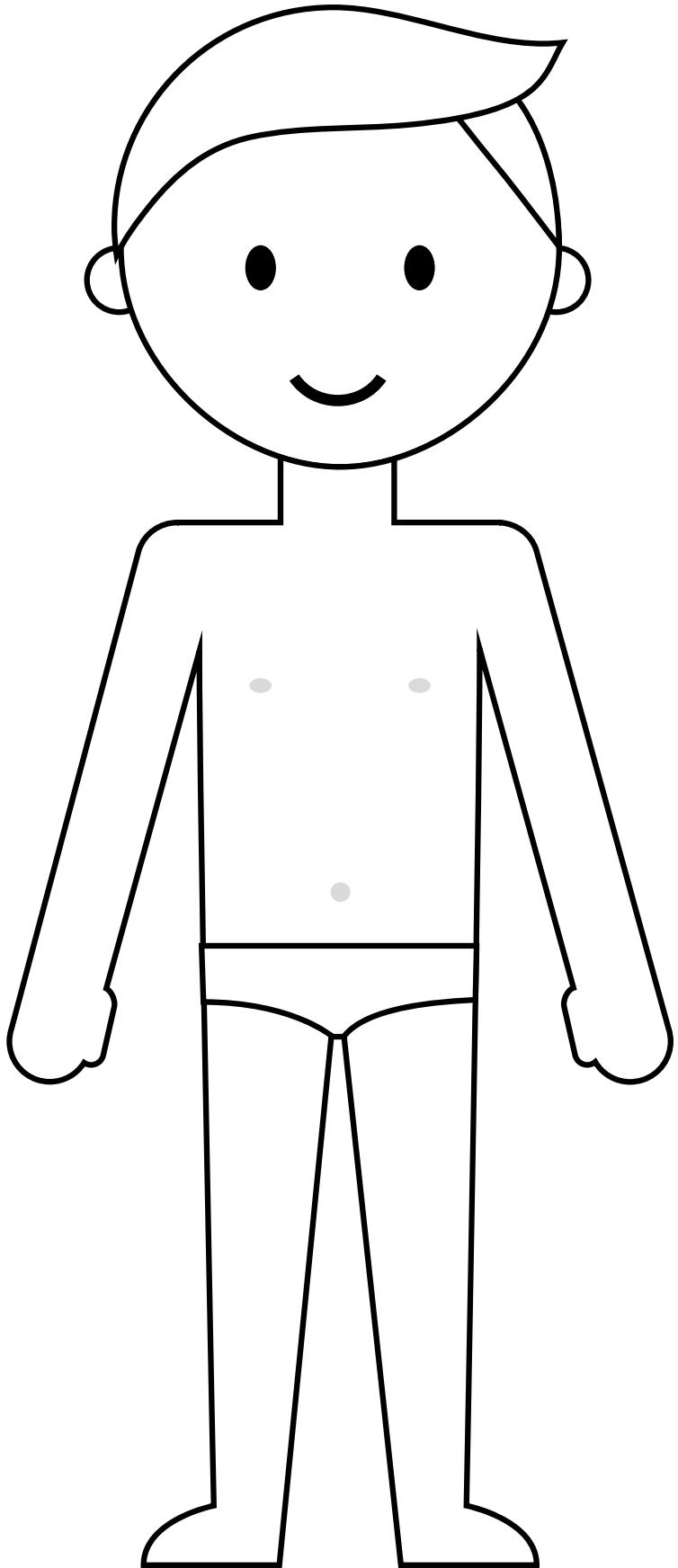
Me informo y actúo

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

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



NIVEL 3



Actividad: Permisos y prohibiciones

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> 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

- Pida a sus estudiantes que se junten en dos grupos. Pueden ser cuatro, si el número de personas es muy alto.
- 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.
- Para clarificar a qué se refiere con permisos y prohibiciones, puede dar el siguiente 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.

- Cada grupo tiene 5 minutos para presentar su trabajo en plenaria.
- Luego de ella, se sugiere utilizar las siguientes preguntas para generar debate:
 - ¿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?*
- Para terminar la actividad, puede motivar la reflexión con las consideraciones del recuadro de la siguiente página.



Las niñas y los niños de esta edad pueden analizar las desigualdades que se perciben en sus actividades cotidianas. Es importante indicarles que esto no es natural ni predestinado, sino que son formas en que la sociedad se ha organizado y que 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.

Generalmente los hombres tienen más permisos que las mujeres, y 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 y maquillaje, cuidado de la familia o del hogar.

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 con base en el género, produciendo desigualdad e incitando a la violencia. Este sistema social tradicionalmente ubica a lo femenino como inferior a lo masculino.

A través de 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.

Tanto mujeres como hombres son iguales en derechos y, por lo tanto, deben 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 en todas las culturas y realidades sociales. Generalmente lo que se asume como privilegio de los hombres tiende a ser una prohibición para las mujeres y viceversa.

Esto ocurre porque en la sociedad 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: La historia de Teresa

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Trabajar en la formulación del proyecto de vida individual. Proponer el desarrollo del proyecto de vida como factor protector para evitar embarazos precoces y no planificados.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad utiliza recursos audiovisuales para trabajar en el desarrollo del proyecto de vida y promueve la reflexión sobre la proyección personal al futuro.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Equipo y espacio adecuados para proyectar el video (con conexión a Internet), hojas de papel, lápices y marcadores

- Para esta actividad puede utilizar el video del siguiente enlace:
<https://www.youtube.com/watch?v=Oixqk8QtHuo>
- Recuerde, antes de proyectar el video en el salón de clases, obsérvelo e identifique si necesita mayor información. En caso de ser así, puede pedir asesoría en el Departamento de Consejería Estudiantil de su institución educativa.
- Recuerde además que un aspecto fundamental en el desarrollo escolar es la vinculación de cada estudiante con su familia y docentes, pues aprenden a confiar en personas adultas y pueden pedir orientación.
- Antes de proyectar el video, puede partir con la pregunta:
¿Han pensado qué les gustaría ser cuando sean más grandes?
- Permita que sus estudiantes respondan y luego proyecte el video.



- Luego de la proyección, pregunte:
¿Cómo terminó este caso? ¿Qué creen que hizo Teresa?
- Después, con las respuestas de sus estudiantes, promueva una discusión sobre qué necesita Teresa para cumplir su meta de ser doctora.
- Para cerrar, plantee la reflexión que se encuentra en el recuadro.



Todas las personas tienen sueños y metas. Hay algo, una o muchas cosas, que nos gustaría hacer ahora y también mientras se crece. La educación permite abrir esa puerta y tener herramientas para que los sueños se cumplan.

Por ello, es necesario permanecer en la escuela, aprender, jugar y, cuando existan dudas, poder conversar con las personas adultas en quienes se confía.



Me informo y actúo

Las chicas y los chicos de este nivel van adquiriendo mayor capacidad para actuar con autonomía; el desarrollo del pensamiento crítico en esta etapa se facilita al 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: ¡Tenemos derechos!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Difundir los derechos humanos en la institución educativa. Promover el reconocimiento de las formas en que se garantizan o vulneran los derechos humanos en la institución educativa.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad es una campaña que debe generar el grupo de estudiantes para difundir los derechos humanos en la institución educativa.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Hojas de papel, marcadores, pinturas, cinta adhesiva y copias suficientes de la Declaración Universal de los Derechos Humanos que se encuentra a continuación



- Indique a sus estudiantes que realizarán una campaña informativa en su institución educativa sobre los Derechos Humanos.
- Pregúntele si conocen qué son los Derechos Humanos y cuáles derechos pueden mencionar.
- Divida en parejas o grupos de hasta cuatro personas. A cada equipo se le entrega una fotocopia de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Asigne a cada grupo un número similar de artículos de modo que se trabajen todos.
- Pida a cada grupo que dibujen o armen un collage que represente cada derecho, a manera de un afiche.
- Solicite que ubiquen todos los afiches en la cartelera de la institución educativa; si no cuentan con ese espacio, pueden colocarlos o en distintos pasillos y muros de la institución.
- Para cerrar, plantee la reflexión del recuadro que se encuentra en la página siguiente.



Todas las personas tienen los mismos derechos y deberían tener las mismas oportunidades. Es importante conocer los derechos personales; a la escuela, el Estado y la familia les toca garantizarlos.

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.

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.

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Preámbulo

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;

Considerando que el desconocimiento y el menoscabo 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;

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. Solo 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, viudez, 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 solo 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.

Actividad: Videoforo en familia

OBJETIVOS	• Reforzar las capacidades de madres y padres para informar adecuadamente a sus hijos e hijas.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Durante esta actividad se brindará herramientas a los padres y las madres de sus estudiantes para que puedan conversar sobre sexualidad.
TIEMPO	1 hora
MATERIALES	Equipo y espacio adecuados para proyectar el video (con conexión a Internet), impresiones de la lectura de apoyo que se encuentra a continuación

- Si es posible, envíe a padres y madres el enlace del video, para que puedan verlo antes de la sesión. Así, podrán comentar sus inquietudes durante el trabajo conjunto.
- El enlace es: <https://www.youtube.com/watch?v=fDJ17GhaX1E>



- Durante esta etapa, es importante preparar a niñas y niños para los cambios que se avecinan con la pubertad; así, cuando lleguen, sabrán recibirlos con tranquilidad y tendrán herramientas para entenderse. Antes de iniciar, identifique si existen dudas o preguntas en torno a la información presentada en este material. Puede complementar estos datos con el texto de apoyo que se encuentra más adelante.
- Una vez realizada la lectura, abra un espacio de plenaria, para conversar sobre lo que se plantea en la lectura. Si requiere de apoyo para contestar las dudas, puede invitar a una de las personas que integran el DECE o a un médico o médica especialista.

Texto de apoyo: 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 preadolescencia), 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. Asimismo, se debe tomar en cuenta que entre los 10 y 13 años de edad, en promedio, inicia la menstruación en las niñas y la eyaculación en los niños, lo que hace posible la capacidad para procrear. A través de este proceso el organismo se prepara para las funciones sexuales y reproductivas.

Los cambios físicos, en los cuerpos de 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. Generalmente en las niñas empiezan entre los 9 y 12 años de edad y duran de 1 a 2 años. Sin embargo, no debe preocupar si inician más tarde este proceso, pues hay chicas que recién experimentan estos cambios alrededor de 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 descoordinados.

En general, es muy importante recomendar a chicas y chicos 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.

Al conversar sobre estos temas, es importante reiterarles que son cambios naturales y forman parte de su crecimiento. Su desarrollo indica buena salud y es importante valorar estas transformaciones para mantener alta su autoestima.

En todo momento hay que evitar comentarios que les incomoden sobre, por ejemplo, sus cambios de voz o su comportamiento variable.

Muchas niñas saben que las mujeres menstrúan, pero no siempre conocen por qué ocurre o 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 hablar con las chicas sobre los cambios de sus cuerpos y el inicio de la menstruación , de manera natural, evitando comentarios que pudieran hacerles sentir incómodas o minimizadas: “ya eres una mujercita”.

Los cambios físicos de las niñas llevan, poco a poco, al inicio de la menstruación, llamada también regla o período: es la salida de residuos de tejidos del útero y sangre por la vagina y ocurre cada mes; no se produce 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 menarquia. Puede darse entre los 9 y los 15 años, y la última ocurre entre los 45 y 50 años de edad, durante la menopausia. Luego de la primera menstruación las niñas continúan creciendo por unos pocos meses más.

Durante la menstruación la mujer usa toallas sanitarias o tampones; ahora también se dispone de la copa menstrual que es una opción más cómoda y ecológica. Es necesario prestar atención a la higiene personal.

Muchas veces pueden tener dolores en la zona del útero y ovarios, llamados cólicos menstruales. Si el malestar es intenso se puede 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 médico o médica especialista en Ginecología.

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. Es fundamental transmitir esta idea a las chicas y guiarlas en los cuidados que su cuerpo ahora necesita.

Por otro lado, generalmente, no se prepara a los niños para su primera eyaculación. Sin embargo, ellos necesitan conocer qué ocurre con su cuerpo en esta etapa tan importante, enterarse de información clara, honesta, dicha por personas adultas confiables, como su familia cercana.

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 principio, la eyaculación puede presentarse cuando el púber (niño de 10 a 13 años de edad) 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 los chicos sobre los cambios que experimentará su cuerpo al empezar a tener eyaculaciones, recalcar que se trata de un proceso natural y darles indicaciones sobre cómo actuar cuando estas ocurran. Es importante indicarles que ellos necesitan asearse (mantener limpio 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, por lo que podrían ser víctimas de burlas. Muchos de ellos no saben cómo cubrirse y “esconder” su erección. Hay que enseñar a chicos y chicas a portarse respetuosamente 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. Durante esta etapa, niñas y niños sienten confusión y miedo 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 conozcan las manifestaciones emocionales en su proceso de desarrollo, de manera que puedan comprenderlos y relacionarse mejor, por medio de comunicación asertiva, empatía e información apropiada y oportuna, que les permita un desarrollo integral y el pleno ejercicio de sus derechos.

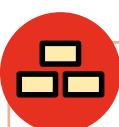
Nivel 4

Octavo, Noveno y Décimo Años de EBG

Las adolescentes y los adolescentes de este nivel tienen características distintivas. Las relaciones con sus pares cobran cada vez mayor importancia, así como la imagen de sí mismos y de las demás personas.

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.



Construcción del Proyecto de Vida

En esta etapa, el acceder a información oportuna y de calidad, además de ser un derecho, brinda oportunidades para construir Proyectos de Vida ajustados a las características e intereses personales. Esta información, debe permitir adicionalmente tomar decisiones sobre la vida sexual y reproductiva en línea con prevenir embarazos no planificados y tener relaciones libres de violencia.

Recuerde que docentes y personas adultas significativas constituyen un modelo para el estudiantado, y, en esta etapa, las adolescentes y los adolescentes evalúan con frecuencia el comportamiento y coherencia de las acciones de los adultos, construyendo referentes para sus propias conductas y planes de futuro.

Es necesario integrar metodológicamente y de forma transversal en todas las actividades formales y no formales de aprendizaje, contenidos relacionados con los derechos, particularmente los sexuales y reproductivos, enfatizando en la importancia del consentimiento.

Actividad: Iguales y diferentes

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	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	Suficientes juegos de tarjetas iguales y diferentes para todos los grupos de su clase y guía de respuestas; el material se encuentra a continuación de la actividad

- Divida al curso en grupos de máximo cinco personas. A cada equipo entréguele un juego de tarjetas con frases. Hágales notar que, aparte de ellas, existen las tarjetas de opciones: *Sí*, *No* y *Depende*.
- Indique que en cada grupo deben discutir cada afirmación y, por medio del consenso (no lo que opine la mayoría, sino el acuerdo al que llegue todo el grupo), decidir si están de acuerdo, en desacuerdo o si la frase depende de un contexto. En caso de estar de acuerdo, tendrán que ubicar la tarjeta debajo de la tarjeta *Sí*; si están en desacuerdo, se colocará la tarjeta abajo de la tarjeta *No*; y si no hay acuerdo o depende de un contexto, se pone la tarjeta debajo de la tarjeta *Depende*. Reserve entre 15 y 20 minutos para esta parte de la actividad.
- Cuando los grupos han discutido sus cartas, pídale que presenten en plenaria:
 - Primero, las tarjetas que están en el grupo *Sí*
 - Luego, las del grupo *Depende*
 - Finalmente, las del grupo *No*
- Cada equipo 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. Es importante que usted promueva la participación grupal.

- En caso de que la discusión refuerce estereotipos negativos, usted debe intervenir utilizando la Guía de respuestas.
- Generalmente, los argumentos dentro del grupo estudiantil surgen sin necesidad de su intervención como docente. Sin embargo, es importante que se pueda conducir la actividad hacia las conclusiones esperadas.
- Para cerrar, plantee la reflexión del recuadro.



En la sociedad aún persisten muchos mitos y prejuicios sobre lo que pueden o deben ser tanto las mujeres como los hombres. Estos estereotipos solamente generan desigualdades que oprimen, principalmente a las mujeres, pero también a los hombres.

Para ejercer los derechos sexuales y derechos reproductivos de manera plena, es necesario eliminar los prejuicios y construir sociedades más justas.

	<p>1. Las mujeres no deben ser mecánicas, futbolistas o conductoras de buses.</p>	<p>2. Los hombres no deben llorar; si lo hacen son “mujercitas”.</p>	<p>3. El machismo es natural, está definido desde la concepción.</p>
	<p>4. Está bien enamorarse de un hombre sensible, que demuestre emociones, incluso que llore de vez en cuando.</p>	<p>5. Los hombres son y serán siempre más importantes que las mujeres.</p>	<p>6. Es mejor tener un hijo hombre primero y después una mujer, para que el varón cuide a la chiquita.</p>
	<p>7. Los hombres son mejores para la Matemática.</p>	<p>8. Niños y niñas deberían jugar, cocinar y cuidar.</p>	<p>9. Un buen marido es el que provee todo para el hogar.</p>
	<p>10. Si los hombres no responden económicamente en la casa, no son hombres de verdad.</p>	<p>11. Las mujeres nacieron para estar en la casa y cuidar de sus hijas e hijos.</p>	<p>12. Las mujeres que están en el hogar no hacen nada.</p>
	<p>13. Si una mujer es violada tarde en la noche, la pregunta que debe hacerse es: ¿Qué hacía a esas horas en la calle?</p>	<p>14. Decir “mujercita” es cariñoso, pero decir “hombrecito” es humillante.</p>	<p>15. Toda mujer bonita que asciende en su trabajo es porque conquistó al jefe.</p>
	<p>16. Es normal que las mujeres ganen menos dinero que los hombres: siempre ha sido así.</p>	<p>17. Los colores rosados son más adecuados para las niñas y los azules, para los niños.</p>	<p>18. Es normal que las mujeres bonitas sean acosadas.</p>

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 el hogar; 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 carritos ni al fútbol, porque se vuelven machonas.	32. Hombres y mujeres no pueden tener amistad, porque luego llegan a relacionarse sexualmente.	33. Las mujeres tienen que ser madres para sentirse realizadas.
SÍ	NO	DEPENDE

Guía de respuestas

<p>1. Falso. Mujeres y hombres pueden realizar las mismas actividades con el mismo desempeño.</p>	<p>2. Falso. Los hombres también tienen derecho a expresar sus sentimientos; eso nos define como humanos.</p>	<p>3. Falso. El machismo no es natural; es una estructura social aprendida que genera desigualdad y se puede desaprender.</p>
<p>4. Verdadero. Los hombres tienen derecho a expresar libremente sus emociones. Eso no los hace menos masculinos.</p>	<p>5. Falso. Mujeres y hombres somos iguales en derechos.</p>	<p>6. Falso. Las familias quieren igual a hijas o hijos. Deben ser iguales en derechos y capacidades.</p>
<p>7. Falso. Mujeres y hombres tienen las mismas capacidades.</p>	<p>8. Verdadero. No existen juegos solo para niñas o solo para niños.</p>	<p>9. Falso. Las relaciones de pareja deben ser igualitarias y basarse en el consenso y respeto.</p>
<p>10. Falso. Hombres y mujeres son corresponsables para el sostenimiento de los hogares.</p>	<p>11. Falso. Mujeres y hombres tienen las mismas responsabilidades tanto dentro del hogar como fuera de él.</p>	<p>12. Falso. Generalmente se dedican al trabajo de cuidados, que no es remunerado, pero es el más importante.</p>
<p>13. Falso. Las personas víctimas nunca tienen la culpa. Hay que evitar ese tipo de afirmaciones, que son erradas.</p>	<p>14. Falso. Ambas son expresiones que pueden ser válidas, pero hay que considerar que mujeres y hombres tienen el mismo valor e importancia.</p>	<p>15. Falso. Este es un mito machista. Las mujeres y hombres ascienden por su capacidad laboral.</p>

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 son iguales en derechos.	20. Falso. Hombres y mujeres pueden 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 pueden controlarlo.	23. Falso. Tanto mujeres como hombres deben participar en las tareas del hogar.	24. Falso. El espacio público está destinado 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. Amigas y amigos pueden decidir no tenerlas.	33. Falso. La maternidad es una opción de las mujeres. Es legítimo decidir no tener descendencia.

Actividad: Anticoncepción vista por hombres y mujeres

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Recoger los conocimientos previos que sus estudiantes tienen al respecto de la anticoncepción.• Discutir la importancia de la participación, tanto de las mujeres como de los hombres, en los temas relacionados con la anticoncepción.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad utiliza la “técnica del acuario”, para explorar la responsabilidad compartida para la anticoncepción, como parte de la discusión de grupo.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Acomodar las sillas de la clase en círculo, formando un círculo más pequeño de sillas en el centro; este espacio se considera el “acuario”

- Anuncie 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 “técnica del acuario”.
- Invite a dos estudiantes hombres y a dos estudiantes mujeres a sentarse en el centro de la sala, es decir, en el “acuario”. El resto, como observadores, debe colocarse alrededor: las chicas detrás de las dos mujeres y los chicos detrás de los dos varones.
- Especifique que quienes están en el centro del acuario llevarán la conversación, mientras que equipos de observación solo tomarán notas. Observadores y observadoras podrán, en cualquier momento, ir al centro del acuario y reemplazar a quienes 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.
- 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 mujeres y hombres, es principalmente responsable de la anticoncepción?*
 - Si la discusión necesita ser alimentada, puede utilizar estas preguntas:
 - *¿Qué exige a hombres y mujeres utilizar métodos anticonceptivos?*
 - *¿Hay responsabilidades asociadas especialmente a las mujeres o especialmente a los hombres? ¿Cuáles?*

- *Las mujeres: ¿qué esperan ustedes de los varones en materia de anticoncepción?*
- *Los hombres: ¿qué esperan de las mujeres en lo que se refiere a la anticoncepción?*
- *En materia de anticoncepción, ¿qué preocupa a las mujeres?, ¿Qué preocupa a los hombres?, ¿qué es lo más importante para cada quien?*
- *¿Qué se necesita para que hombres y mujeres compartan equitativamente la responsabilidad en la anticoncepción?*
- Despues de aproximadamente 20 minutos de conversación, realice una síntesis de lo que se ha expuesto, preguntando a los equipos de observación que describan los roles que más frecuentemente asumen los hombres y las mujeres en materia de anticoncepción.
- En este punto, aclare que una distribución equilibrada de funciones, en lo que a anticoncepción se refiere, requiere:
 - **Responsabilidad:** tanto hombres como mujeres deben ser conscientes de los riesgos de un embarazo. Asimismo, tienen que preocuparse por la anticoncepción y ambos participar en su uso, como un signo de responsabilidad y madurez y una señal de respeto hacia sí misma y hacia otras personas.
 - **Comunicación:** tanto hombres como mujeres deben abordar el tema de la anticoncepción. Cada quien puede expresar la importancia que le atribuyen, lo que cada quien puede hacer, entre otros temas a conversar. La comunicación es esencial para compartir los roles en este tópico.
 - **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 eso, las mujeres deben involucrar a los hombres en la decisión del anticonceptivo elegido y tranquilizarlos sobre el uso adecuado que se haga.
- Concluya la actividad recordando las ideas que se plantean en el recuadro de la siguiente página.



La fertilidad, adquirida durante la pubertad, es una de las mayores potencialidades humanas: dar vida a otro ser humano. El tomar decisiones sobre el uso de anticonceptivos, sea un hombre o una mujer, permite hacerse cargo de esta responsabilidad y no poner la fertilidad en las manos de otra persona o del azar.

Es importante que tanto los hombres como las mujeres se sientan implicados en el uso de la anticoncepción: es un requisito que ambas personas se involucren activamente 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; sin embargo, actualmente, se encuentran en desarrollo métodos hormonales para hombres. En un contexto en el que es fundamental protegerse tanto de las ITS (Infecciones de Transmisión Sexual) como de los embarazos, lo ideal es combinar el condón con el uso de otro método anticonceptivo; así, 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 ejercitarse la práctica de poner correctamente uno, fuera de un contexto de relaciones sexuales, con el fin de sentirse más seguros y más eficientes para manejarlo).

Las adolescentes y los adolescentes tienen múltiples inquietudes sobre sexualidad. Algunas de ellas se relacionan con la anticoncepción. Entender que en este tema aplican también barreras relacionadas con el género implica que tanto mujeres como hombres son corresponsables.

Es necesario resaltar, además, 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 en la obligación de hacer algo, es mejor evitar las relaciones sexuales y pedir apoyo a una persona adulta de confianza.

Actividad: Línea de vida

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> 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

- Explique a sus estudiantes que van a recordar cómo ha cambiado su vida desde su nacimiento hasta su edad actual, y que para esto utilizarán un juego que se llama “Línea de la vida”.
- Entrégüelles hojas de papel. También es posible realizar la actividad en un cuaderno. Se debe trazar una línea horizontal, como se indica en el siguiente ejemplo:

0 a 2 años	3 a 5 años	6 a 8 años	9 a 12 años	12 a 14 años
Cambios				

- 
- Pídale 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, en el caso de que no quieran escribir.
 - Pregúntele: ¿Qué cambios importantes se dieron en cada etapa? ¿Qué has ganado y qué has perdido? ¿Qué te gustaría conservar y guardar? ¿Cómo te gustaría verte cuando tengas 18 años?
 - Pídale que añadan una columna más y que coloquen lo que les gustaría ser, hacer, tener y vivir cuando tengan de 15 a 18 años de edad.

- Recuérdoles que durante toda la vida existirán cambios físicos, psicológicos y sociales. Lo importante es reconocerlos y tener herramientas para aceptarse y comunicarse con quienes nos rodean. Reitere que algunos cambios son más o menos comunes y otros distintos. Todas las personas crecemos y vivimos a ritmos variados, lo importante es respetar y reconocer las diferencias.
- Explique al grupo que en estas sesiones se topan temas delicados y a veces puede surgir información personal, por lo cual es importante que cada persona se comprometa con el principio de la confidencialidad en las sesiones formativas. Cada quien debe decir solamente lo que esté dispuesto a expresar en público.

Actividad: 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 sus estudiantes sobre la menstruación para, a partir de ellos, construir nuevos conocimientos.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Pliegos de papel, marcadores, <i>masking</i> y copias del texto de apoyo que se encuentra a continuación de la actividad

- Para empezar esta actividad, indique a sus estudiantes que en esta sesión se trabajará sobre la menstruación y los mitos que se han tejido a su alrededor.
- Divida al curso en grupos de máximo 6 personas y pida que cada equipo anote una lista de ideas o mitos que han escuchado sobre la menstruación. Para ello tienen 10 minutos.
- Luego, cada grupo debe exponer su trabajo en plenaria e identificar, a lo largo de las presentaciones, aquellos mitos que se repiten. Asigne un solo mito a cada grupo, procurando que no se repita.
- Luego, entregue a cada equipo una copia del texto de apoyo sobre menstruación y solicite que, con esa información, generen una explicación lúdica y entretenida para desarticular el mito que se les asignó. Es decir, cada grupo debe generar una acción educativa para aclarar el mito que se le asignó y lo presentará en plenaria.
- Para terminar esta actividad, pregunte al curso:
 - *¿Cómo se sintieron en esta actividad?*
 - *¿Conocían esta información sobre menstruación?*
 - *¿Es necesario que los hombres conozcan sobre menstruación?*
- Procure reiterar, a lo largo de la actividad, los conceptos que se encuentran en el recuadro de la página siguiente.



La menstruación no es una enfermedad, sino un proceso biológico que ocurre generalmente en la pubertad. Es una señal de salud física y todas las mujeres la viven de forma distinta.

Mujeres y hombres deben conocer sobre los procesos fisiológicos de ambos sexos y saber que son naturales. Conocer su funcionamiento otorga tranquilidad y confianza.

Los mitos en torno a la menstruación configuran sensaciones de incomodidad en las mujeres y de rechazo en los hombres. Por ello, entregar información de calidad sobre el tema mejora significativamente la calidad de vida de las personas.

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.

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 evitarlas y conversar con la pareja o una persona de confianza.

Texto de apoyo: La menstruación



La menstruación no es una enfermedad. Es un proceso normal que indica que el cuerpo está sano.

Durante la menstruación se puede caminar, hacer deporte, pasear y comer todo tipo de alimentos. En este período es muy importante mantener el aseo diario, para evitar infecciones y olores fuertes, debido a que el ph de la vagina varía durante esta parte del ciclo.

El sangrado menstrual no es algo sucio. Proviene de los vasos sanguíneos que cubren el endometrio o capa interna del útero, destinada a la alimentación del óvulo en caso de fecundación. La sangre, al entrar en contacto con el aire, se descompone, lo que puede generar un olor intenso.

Antes de que llegue la menstruación, y durante ella, algunas mujeres experimentan cambios físicos y emocionales, como hinchazón en los senos, dolor en el abdomen (cólico menstrual), aumento de flujo vaginal, labilidad emocional, mal humor e irritabilidad.

Consejo. Para aliviar los cólicos menstruales se puede hacer lo siguiente: colocarse una bolsa de agua caliente en el vientre; hacer masajes en la parte baja del abdomen con aceite o crema; tomar agua de anís, orégano o canela, u otras aromáticas calientes. Consulta con tu mamá o la abuela para que te recomiendan otros remedios caseros.

¿Sabías que...?

Existen opciones más sanas y ecológicas para recoger la sangre menstrual: toallas de tela de algodón, que se lavan en vez de tirarse a la basura, o la copa menstrual, que es un recipiente hecho de silicona que se puede lavar y usar durante aproximadamente cinco años. Estas opciones no contaminan el ambiente ni tampoco el propio cuerpo con los productos químicos que, en cambio, a veces contienen las toallas higiénicas o los tampones desechables.

¿Qué ocurre en el período menstrual?

A cada lado del útero está un ovario, que contiene algunos óvulos (células sexuales femeninas). Una vez al mes, uno madura 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). Si el óvulo es fecundado, la pared interna del útero se engrosa y llena de sangre para recibir al óvulo fecundado. Si 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 ambos casos se recomienda hacer una consulta médica ginecológica

*Tomado de: “¿Dónde habita mi sexualidad? Pistas para adolescentes”.
Desenredando la sexualidad. Plan Internacional - Colombia.*

Actividad: Mitos sobre la 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
MATERIALES	Tarjetas sobre mitos que se encuentran a continuación

- Anuncie al curso que se analizarán algunos mitos relacionados con la sexualidad. Divida al aula en nueve grupos, procurando que exista paridad de género.
- Entregue a cada equipo una tarjeta con uno de los mitos y la aclaración respectiva.
- El trabajo de cada grupo consiste en actuar, es decir, realizar una representación o sociodrama del mito que les fue asignado. En esta actuación deben indicar las consecuencias que produce el mito.

Por ejemplo, en aquel que afirma que en la primera relación sexual no es posible un embarazo, la actuación podría mostrar a una pareja que ha tenido relaciones sexuales por primera vez sin protección y que, como resultado, enfrenta un embarazo no deseado o el contagio de infecciones de transmisión sexual.

- Asigne a cada grupo 15 minutos para preparar su representación y presentarla.
- Al finalizar la presentación de cada grupo, pregúntele si habían escuchado antes ese mito en particular y si han escuchado otros relacionados con las relaciones sexuales.
- Utilice la información del recuadro de la página siguiente para enriquecer el trabajo de la clase.



Sobre la sexualidad y las relaciones sexuales existen muchos mitos falsos. Estos se transforman en barreras para vivir la sexualidad de forma plena.

Es necesario hablar sobre sexualidad. Es una dimensión de todas las personas y, por lo tanto, conversar sobre este tema es natural. Recibir información sobre sexualidad es un derecho que debe ser garantizado por la escuela, la familia y el Estado.

En cada contexto y territorio existen muchos mitos asociados a la sexualidad. Es necesario identificarlos y discutirlos con personas y profesionales que puedan brindar la información correcta.

La mayoría de embarazos que ocurren en la infancia y la adolescencia son producto de violencia sexual. Muchas veces esta no se reconoce o identifica porque está normalizada a través de las creencias populares, los prejuicios y los mitos.

Hablar sobre sexualidad de forma clara, vinculándola siempre los derechos, es un factor protector frente a la violencia y los embarazos. **Es falso que hablar sobre sexualidad y promover la educación integral de la sexualidad incentiva a las adolescentes y a los adolescentes a tener relaciones sexuales; en realidad les entrega información suficiente para tomar sus propias decisiones con responsabilidad y reconocer cuándo son víctimas de violencia para solicitar ayuda.**

Mito 1:

Hay ciertos días seguros en los que es imposible que una mujer quede embarazada.

Aclaración:

Es falso. Es posible que una mujer quede embarazada al tener relaciones sexuales vaginales en cualquier momento del ciclo menstrual. Por eso, si no se planea un embarazo, es recomendable consultar con personal médico calificado sobre el mejor método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales.

Es importante recordar que el método del ritmo o del calendario suele tener una alta tasa de fracaso en particular durante la adolescencia, cuando los ciclos menstruales suelen ser irregulares.

Mito 2:

Siempre debo estar dispuesta o dispuesto a tener relaciones sexuales con mi pareja.

Aclaración:

Es falso. Se debe mantener relaciones sexuales solamente cuando se desea.

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 cuando ocurre está tipificada como un delito, así suceda entre integrantes de la pareja.

Mito 3:

Se dice que el preservativo no es tan efectivo.

Aclaración:

Falso. La efectividad del condón o preservativo en la prevención de las infecciones 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 (ITS).

Mito 4:

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

Aclaración:

Es falso. El placer que una mujer experimenta durante una relación sexual no tiene nada que ver con la posibilidad de que quede embarazada. Por eso, es recomendable consultar con personal médico sobre un método anticonceptivo adecuado antes de tener relaciones sexuales.

Mito 5:

La primera vez que una mujer tiene sexo no puede quedar embarazada.

Aclaración:

Es falso. Si no se utiliza un método de protección, una mujer puede quedar embarazada como consecuencia de cualquier relación sexual, más allá de que sea la primera vez que está con un chico.

Mito 6:

La doble protección consiste en usar dos preservativos, uno sobre otro, para aumentar su eficacia.

Aclaración:

Es falso. La doble protección implica el uso del condón o preservativo en todas las relaciones sexuales utilizando, además, otros métodos anticonceptivos como complemento.

En este sentido, la doble protección es protegerse de dos situaciones: por un lado, de un embarazo no planeado y, por otro, de las infecciones de transmisión sexual.

Mito 8:

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

Aclaración:

Falso. Existe el mito de que solo las mujeres que han tenido hijos pueden colocarse un DIU, ya que en décadas pasadas su uso era recomendado solo para ellas. Actualmente, la Organización Mundial de la Salud lo recomienda para adolescentes, incluso si no han tenido hijos.

Mito 7:

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

Aclaración:

Es completamente falso. Este método no es seguro para prevenir un embarazo.

Se puede calcular mal o no tener en cuenta los fluidos que se secretan antes de la eyaculación, como el líquido preseminal, y que contienen espermatozoides.

Por eso es recomendable consultar con personal médico capacitado sobre un método anticonceptivo antes de tener relaciones sexuales y, así, evitar embarazos no planificados.

Mito 9:

Si una mujer está menstruando no puede quedar embarazada.

Aclaración:

Es falso. Una mujer puede quedar embarazada incluso si está menstruando porque puede haber ovulaciones en cualquier día del ciclo. Por eso, es recomendable adoptar y mantener, con apoyo médico, un método anticonceptivo adecuado antes de tener relaciones sexuales.

Actividad: ¿Cuándo podemos tener relaciones sexuales?

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Abrir espacios de conversación sobre el inicio de la vida sexual. • Trabajar el consentimiento como un eje de toda relación afectiva. • Promover espacios de prevención de violencia en pareja.
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
MATERIALES	4 pliegos de papel, marcadores de colores, <i>masking</i> y las tarjetas de casos con preguntas que se encuentran a continuación de la actividad

- Comente a su clase que se realizarán análisis de casos. Para esto, divida al curso en cuatro grupos y entregue una historia a cada uno, con sus respectivas preguntas.
- Cada grupo deberá reflexionar sobre el caso y presentar sus respuestas en un pliego de papel.
- Luego de cada presentación, pregunte a los otros equipos si hubiesen hecho o respondido algo diferente a lo que plantean sus compañeras y compañeros.
- Una vez se hayan presentado todos los grupos, conduzca 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 las reflexiones que se plantean en el recuadro de la página siguiente. Brinde la información de modo que sus estudiantes comprendan que sus dudas e inquietudes son válidas y normales.



No existe una edad ideal para tener relaciones sexuales. Algunas personas están preparadas, a todo nivel, antes o después que otras. Tener relaciones sexuales es una decisión individual y de pareja: si una de las personas que integra la pareja no está de acuerdo o tiene dudas, es mejor no tener relaciones sexuales.

Si una joven o un joven se siente incómodo o forzado, es probable que esté atravesando una relación de violencia. Es importante recordar que siempre se debe hablar con una persona adulta de confianza para recibir orientación. Para ser felices, no necesitamos estar en pareja. Las relaciones saludables se construyen con base en el respeto mutuo y la confianza. Sin esto, probablemente sea mejor terminar la relación.

En el primer caso, Mauro y Ana tienen dudas sobre mantener relaciones sexuales. Por este motivo, 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 una persona haya aceptado tener relaciones, esto no quiere decir que no pueda cambiar de idea. Tanto mujeres como hombres tienen el derecho de 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. Hay que considerar que en una relación de pareja debe haber respeto y confianza en las decisiones de la otra persona. En este caso, es mejor no tener relaciones sexuales y hablar de la reacción de David. También podría buscar apoyo en el DECE o en una persona adulta de confianza. Nadie puede obligarla a hacer algo que no quiere y la reacción de David es una forma de violencia.

El caso tres involucra violencia sexual. Toda relación sexual con una persona menor de 14 años de edad es violación, según las leyes ecuatorianas. En este caso, un adolescente mayor busca tener relaciones con una chica 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 orientación. 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 con las personas adultas al hablar de sexualidad es importante: pueden brindar guía para identificar situaciones de violencia y orientar 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 la otra persona para incluso decir que no sin que se produzcan reacciones violentas.

Caso 1: Ana y Mauro

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 cambio, Ana no se entiende mucho con su papá y mamá; pelean con frecuencia. Ella también se siente sola.

Mauro consigue el número de teléfono de Ana, la llama y se ven a escondidas. Como ambos entienden la soledad de la otra persona, sienten la necesidad de abrazarse.

Mauro no ha tenido novia, está muy presionado por su grupo de amigos. Considera que Ana puede ser su enamorada. Se declara a Ana y ella acepta.

Después de muchas salidas Mauro, le pide a Ana que tengan relaciones sexuales. Ella 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 encontrarse en la casa de Mauro, pues por las tardes no hay nadie.

Mauro tiene muchas dudas, recuerda todas las charlas sobre este tema, pero le da 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.

Analicen el caso. Contesten las siguientes preguntas:

- ¿Ana y Mauro están preparados para tener relaciones sexuales?
¿Sí o no? ¿Por qué?
- Desde su punto de vista, ¿Ana y Mauro tienen la suficiente edad para tener relaciones sexuales? ¿Sí o no? ¿Por qué?
- ¿Cómo pueden manejar Ana y Mauro la presión de sus amistades?
- ¿Ana y Mauro pueden tomar la decisión de aplazar su relación sexual?
¿Cómo pueden hacerlo?

Caso 2: Luisa y David

Luisa y David tienen 15 años. Se conocen de toda la vida.

Ninguna de sus familias está de acuerdo con que a esta edad estén emparejados ni nada de eso. Sin embargo, Luisa y David creen que ya son grandes para decidir lo que quieren.

Los dos llevan ocho meses de enamorados. David va a cumplir 16 años y, para celebrarlo, le propone a Luisa que tengan relaciones sexuales. Ella le pregunta: “¿Tú crees que lo debemos hacer?”. David le dice: “Sí... Claro, si nos cuidamos”.

Luisa está indecisa pero tiene curiosidad.

Tanto ella como David llevan condones que les regalaron en una charla. Luisa no recuerda cuándo fue su última menstruación.

Llegado el momento, Luisa entra en conflicto. Ahora no sabe qué hacer.

David se pone furioso.

Analicen el caso. Contesten las siguientes preguntas:

- ¿David y Luisa tienen la madurez suficiente como para mantener relaciones sexuales? ¿Sí o no? ¿Por qué?
- Objetivamente, ¿Luisa debería tener relaciones sexuales con David? ¿Y David con Luisa? ¿Qué aspectos debería tener en cuenta cada quien para tomar una decisión?
- Si David y Luisa usan el condón, ¿pueden tener relaciones sexuales? ¿Sí o no? ¿Por qué?
- ¿Qué problemas podría haber si tienen relaciones 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 tomada de *Des-enredando la sexualidad. Guía para facilitadores y facilitadoras.*
Plan Internacional - Colombia.

Caso 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. Por ejemplo, él insiste en que deberían tener relaciones sexuales.

Cristina se niega, pero Carlos amenaza con terminar con ella si no accede. Cristina no sabe qué hacer, pues algunas amigas le dicen que Carlos es guapo y que debería estar feliz de que un chico mayor se haya fijado en ella.



Analicen el caso. Contesten las siguientes preguntas:

- ¿Consideran que Carlos y Cristina están listos para tener relaciones sexuales?
- ¿Les parece extraño algo en esta relación? ¿Qué posibles problemas podrían presentarse a futuro en una relación como la de Cristina y Carlos?
- ¿Consideras que se justifica la amenaza de Carlos en este caso?
- ¿Qué debería hacer Cristina? Si estuvieran en su situación, ¿con quién conversarían al respecto?

Caso 4: Jéssica y Julián

Son pareja desde hace un año. Se conocieron cuando estaban en Noveno Año y ahora están en Primer Año de Bachillerato.

Decidieron tener relaciones sexuales. Julián utiliza condón y Jéssica toma pastillas anticonceptivas.

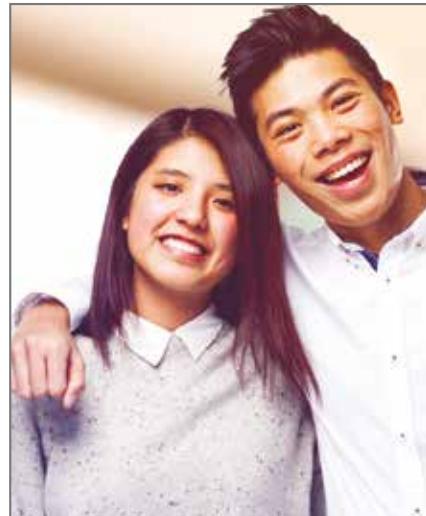
La chica habla siempre con su madre y ella la acompaña a la doctora para que le entreguen las pastillas.

Julián ha conversado con su tío sobre su vida sexual. Es joven, pero Julián lo respeta mucho y por eso le pide consejo. Su pariente le recomienda que siempre use condón e, incluso, se aseguró de que Julián sepa cómo se utiliza correctamente.

Hay ocasiones en que Jéssica no quiere tener relaciones sexuales y Julián lo respeta. También hay veces en que Julián no quiere tenerlas y Jéssica lo respeta.

Analicen el caso. Contesten las siguientes preguntas:

- ¿Están preparados Julián y Jéssica para tener relaciones sexuales?
¿Por qué?
- De la manera en la que se ha desarrollado la historia de Jéssica y Julián, ¿ustedes les recomendarían que mejor esperen para estar mayores, si fueran parte de su grupo de amistades?
- ¿Hablarían ustedes con sus padres y madres sobre su vida sexual?
¿Cómo lo harían?
- ¿Conocen un caso parecido?



Actividad: Consentimiento consciente

OBJETIVO	<ul style="list-style-type: none">• Comprender lo que implica el consentimiento consciente en las relaciones sexuales y la importancia de que las adolescentes 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.
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
MATERIALES	Pliegos de papel y materiales que se encuentran a continuación de la actividad: tarjetas con elementos del consentimiento consciente, estudios de caso y hoja de respuestas a cada caso

- Presente la actividad leyendo el siguiente texto a sus estudiantes.

Tenemos responsabilidades en casa, en la escuela, en la familia, en nuestra comunidad. Algunas veces se nos pide hacer algo que no es parte de nuestras responsabilidades, pero lo hacemos. O sea que consentimos a hacer algo. ¿Qué significa dar consentimiento? Quiere decir estar de acuerdo, indicar o expresar la voluntad de hacer algo, decir “yo sí quiero”.

Damos nuestro consentimiento por diferentes razones. Algunas veces, consentimos a hacer algo porque en realidad queremos hacerlo, por ejemplo, jugar fútbol, ir a una fiesta, estudiar en grupo o participar en un evento familiar.

También podemos dar nuestro consentimiento para algo que no queremos hacer realmente, pero que aceptamos porque es importante. Ejemplos de este tipo de situaciones es despertarnos bien temprano para las labores de la casa o del campo, ayudar a nuestra familia, participar en una minga, etc.

- Invíteles a revisar lo que significa dar consentimiento consciente en una situación que tenga que ver con las relaciones sexuales.
- Motive una lluvia de ideas. Pregunte (y escriba las respuestas en un pliego de papel, dividido en dos partes):
 - *¿Qué significa “consentimiento consciente”?*
 - *¿Qué se necesita para dar un consentimiento consciente?*

- Forme 6 grupos y entregue a cada uno un juego de tarjetas de los elementos del consentimiento consciente.
- Pídale que las lean y conversen acerca de la importancia de cada elemento para poder dar un consentimiento consciente en lo que se refiere a las relaciones sexuales.
- Luego de que hayan conversado en grupos, pregúntele sus opiniones sobre cada aspecto y asegúrese de que lo comprenden.
- Tenga listo un pliego de papel en el que haya anotado cada uno de los elementos y péguelo en un lugar visible para toda la clase.
- Asigne a los mismos grupos un caso para que lo analicen, respondiendo las siguientes preguntas:
 - *La persona del caso, ¿puede o no dar un consentimiento consciente?*
 - *¿Qué requisitos/elementos del consentimiento consciente se cumplen y cuáles no en este caso?*
- Explique que existen circunstancias en las que una persona no tiene el control para negarse a hacer algo, especialmente en casos de niñas, niños y adolescentes, cuando una persona que ostenta poder, autoridad, status, edad o nivel económico les obliga. Esto es una violación a los derechos humanos.
- Explíquelas claramente que la comprensión interior de que se tiene 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.
- Cierre la actividad preguntando:
 - *¿De qué manera las personas adultas pueden apoyar 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 es posible hacer frente al abuso de poder para evitar que una persona pueda ejercer su consentimiento consciente?*

ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Tener la convicción de que tienes el derecho a decidir por ti misma o tu mismo si deseas o no tener una relación sexual.



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Tener poder y control sobre tu propia vida.



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Estar en una situación o relación en la que tu decisión será respetada.



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Conocer los riesgos y cómo protegerte tú y tu pareja de un embarazo no planificado o de una infección de transmisión sexual.



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Tener la madurez para comprender lo que implica una relación sexual



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Tener la mente clara, no afectada por el alcohol o las drogas.



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Poder identificar la presión a través de manipulación, amenazas, seducción o chantaje para tener relaciones sexuales.



ELEMENTOS DEL CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

Conocer el estado de la salud sexual de tu pareja.



CASO 1. Carlos y Coty tienen veinte años. Han estado saliendo durante un año y han hablado con franqueza acerca de sus relaciones pasadas. Les gustaría tener relaciones sexuales. Han conversado sobre ello y se han puesto de acuerdo en ir a un centro de salud para obtener información y, entonces, decidir en conjunto sobre cómo proceder de forma segura y evitar consecuencias no deseadas. ¿Pueden Carlos y Coty dar su consentimiento consciente?

CASO 2. Evita tiene 14 años y está en el colegio. Jorge tiene 20 años y trabaja con el papá de Evita. Ella lo conoció cuando él visitó su hogar. Han empezado a reunirse fuera de la casa de Evita. Algunas veces, Jorge le regala cosas, incluso dinero, si ella lo necesita. Él ha empezado a decirle 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?

CASO 3. Gloria tiene 17 años. Está en una fiesta en casa de una amiga y se pone a beber demasiado. Su enamorado, de la misma edad, la lleva a una habitación, cierra la puerta y empieza a quitarle la ropa. Ella pierde y recupera el conocimiento una y otra vez, y ni siquiera tiene muy claro en dónde está. ¿Puede Gloria dar su consentimiento consciente?

CASO 4. Esteban tiene 22 años y sabe que está infectado con VIH, pero no se lo ha dicho a nadie. Él ha estado saliendo con Bachi, que tiene 17 años. Recientemente, Esteban le ha estado insinuando su deseo de tener relaciones sexuales. Él piensa usar un condón, en lugar de decirle su condición de VIH, lo cual, le parece, significa que está protegiendo a Bachi. ¿Puede ella dar su consentimiento consciente?

CASO 5. Sergio tiene 20 años y está acostumbrado de ir a prostíbulos y tener relaciones sexuales en allí. Él le insiste a su primo Luis, que tiene 14 años, que debe acompañarlo para que “gane experiencia” pues que “ya es hora”. Luis siente mucha preocupación por la insistencia de su primo y de lo que él le puede hacer si no accede. Incluso piensa que Sergio podría insinuar en su familia que él no es “suficientemente hombre”. ¿Puede Luis dar su consentimiento consciente?

CASO 6. Richard 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 salir, solo los dos, un fin de semana. Él se siente muy confundido y presionado. ¿Puede Richard dar su consentimiento consciente?

HOJA DE RESPUESTAS PARA LOS CASOS DE CONSENTIMIENTO CONSCIENTE

CASO 1. Respuesta: **Sí.** Coty y Carlos 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. Son capaces de comunicar su decisión, de saber lo que implica y entender que necesitan protección. Han hablado honestamente sobre su comportamiento pasado. Tienen edad y madurez suficientes para otorgar su consentimiento y mantener relaciones sexuales consensuadas y en igualdad.

CASO 2. Respuesta: **No.** El consentimiento sexual de una persona de 14 años de edad NO es consciente, debido a que su madurez y sexualidad todavía están 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 definen que, en caso de que Jorge y Evita tuvieran relaciones sexuales, esto se consideraría abuso sexual.

CASO 3. 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. 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. 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 están en desarrollo. Él no tiene capacidad de enfrentar la manipulación y amenazas de su pariente, quien ejerce poder sobre el niño adolescente por su edad, sus experiencias dañinas y su actitud intimidante.

CASO 6. Respuesta: **No.** El consentimiento sexual de un adolescente frente a una mujer mayor de edad NO es consciente. La confusión que experimenta Richard se debe a que sus conocimientos y experiencia sobre su sexualidad son limitados. Además, se siente presionado por el estatus económico de Marta. La frustración y el temor que siente Richard también son causados 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 les puede convertir en víctimas de abuso sexual, como es en este caso.

Actividad: ¿Prevención? ¡De eso sí hablamos aquí!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Comprender la importancia de conocer y desarrollar habilidades para lograr el acceso y uso correcto de los métodos anticonceptivos y métodos de protección.• Desarrollar capacidades de autocuidado y cuidado mutuo, 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 conocimientos que permite identificar los mitos sobre anticoncepción presentes en el grupo y, a la vez, entregar información de calidad.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	4 copias de la hoja de trabajo grupal y la guía de facilitación, que se encuentran a continuación de la actividad

- Divida al curso en cuatro grupos. Entregue a cada uno una copia de la hoja de trabajo y solicite que la completen con la información que conocen, distribuyendo las tareas de la siguiente manera:
 - El **grupo 1** trabajará sobre los métodos de barrera (condón masculino, condón femenino y espermicida)
 - El **grupo 2** trabajará con métodos quirúrgicos (vasectomía y ligadura de trompas)
 - El **grupo 3** trabajará con dispositivos intrauterinos (T de cobre y DIU hormonal)
 - El **grupo 4** trabajará con pastillas e inyecciones
- Luego, solicite que presenten la información y realice las aclaraciones, utilizando la información disponible en la guía de facilitación.
- Consulte a la clase sobre los siguientes puntos:
 - *¿Conocían todos estos métodos anticonceptivos?*
 - *¿Qué es la prevención en lo que se refiere a la salud sexual y reproductiva?*
 - *¿Conocen el doble método o doble protección?*
 - *¿Conocen sobre anticoncepción de emergencia?*
- Cierre la actividad con la información de los recuadros de las páginas siguientes.



Es un derecho de todas las personas acceder a métodos anticonceptivos. Se pueden obtener, en algunos casos, de forma gratuita, en los centros de salud y hospitales públicos y, en otros, a bajo costo, en fundaciones y farmacias.

Cuando ocurren 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. Es importante comprender que este es un método de emergencia y no algo que debe ser una práctica continua.

Todas las personas pueden acercarse a los centros de salud a pedir información sobre anticoncepción. También es una buena idea hablarlo en familia o con personas adultas de confianza que puedan brindar orientación en el tema.



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, sea de forma plena y placentera, pero evitando exponerse a riesgos.

¿Cuáles son los posibles riesgos?

Un 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. Implica 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.

Trabajo grupal: Métodos anticonceptivos

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

Guía de facilitación: Métodos anticonceptivos

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Dispositivo intrauterino (DIU) de cobre	<p>Es un dispositivo de plástico flexible, con brazos horizontales y alambre de cobre. Se inserta por vía vaginal. Funciona evitando que los espermatozoides alcancen al óvulo.</p> <p>La mayoría de las mujeres pueden usar el DIU, incluidas aquellas que nunca han estado embarazadas.</p> <p>Idealmente, la usuaria debe colocarse el DIU durante los días de sangrado menstrual, para tener una mayor certeza de que no está embarazada.</p>	<p>Es un método muy efectivo y que no requiere de mayores cuidados. Si lo desea, la usuaria del DIU puede quedar embarazada muy pronto después de su extracción. Es efectivo hasta por 10 años, dependiendo del tipo de dispositivo. No interfiere con las relaciones sexuales, no hay posibilidad de un proceso de oxidación del DIU dentro del cuerpo, aun después de muchos años.</p> <p>No produce infertilidad en la mujer. Puede llevarse en período 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 un período de descanso.</p>	<p>Puede provocar cambios en el sangrado.</p> <p>No protege de las Infecciones de Trasmisión Sexual (ITS), incluido el VIH.</p>
Dispositivo intrauterino (DIU) liberador hormonal	<p>Es un dispositivo de plástico en forma de T que libera constantemente pequeñas cantidades de una hormona llamada levonorgestrel. Se lo coloca en el útero de la mujer por vía vaginal. Evita que los espermatozoides alcancen el óvulo, espesando el moco cervical y dificultando su paso.</p> <p>Puede colocarse dentro de los 7 días posteriores al inicio de la menstruación o en cualquier momento, si existe certeza de que la mujer no se encuentra embarazada.</p>	<p>Es un método de alta eficacia. Tiene una duración de 5 años mínimo, llegando incluso a proteger por 10 años en algunos modelos. Es de fácil implantación y puede extraerse en cualquier momento. Es estéril, no provoca infecciones. No es abortivo.</p> <p>Es reversible y la posibilidad de embarazo es inmediata al ser retirado. No está contraindicado con la toma de medicamentos.</p>	<p>No protege de las Infecciones de Trasmisión Sexual (ITS), incluido el VIH.</p>
Condón de hombre	<p>Los condones pueden ser de látex o poliuretano. El primero brinda una mejor protección tanto contra el embarazo como para la protección contra las infecciones de transmisión sexual. No es el único anticonceptivo para hombres, pero sí el más usado.</p> <p>La eficacia del condón es de 80% a 90% y cuando se utiliza con espermicidas puede llegar al 97%. Si se emplea un lubricante, este debe ser soluble en agua, porque el que es soluble en aceite hace que el condón pierda efectividad.</p> <p>Los fallos en la eficacia del condón en general se deben al uso inapropiado, lo que genera una rotura o deslizamiento completo del condón durante la relación sexual.</p>	<p>Ofrece una protección óptima contra las ITS. Su uso es muy sencillo e inmediato y 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 látex.</p>	<p>Cuando es mal colocado se puede romper. En ese caso, es importante acudir a un servicio médico antes de 72 horas para que valore si es necesario usar la pastilla del día después.</p>

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Condón de mujer	<p>El condón o preservativo femenino es una funda holgada y suave que tiene forma cilíndrica. Su composición suele ser de poliuretano o látex, siendo muy resistente, incluso más que el condón masculino. Tiene dos anillos flexibles en cada uno en los orificios del condón.</p> <p>La efectividad del condón femenino es similar a otros métodos anticonceptivos de barrera, como el diafragma y el condón masculino. Tiene una eficacia del 90%. Si es usado sin los cuidados que requiere, su efectividad baja hasta 79%.</p>	<p>Cubre gran parte de los órganos genitales femeninos externos y constituye una barrera más amplia que los condones masculinos contra las ITS. Ofrece mayor protección frente a verrugas genitales o herpes que otros métodos anticonceptivos, 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 y supone una alternativa para aquellas personas que tienen alergia al látex. No requiere de receta médica.</p> <p>Puede colocarse hasta 4 horas antes de mantener la relación sexual. No afecta en ningún caso a la fertilidad de la mujer y, cuando el condón está intacto, es impenetrable para los espermatozoides.</p>	Es más costoso que el preservativo masculino.
Anticonceptivos orales	<p>Son tabletas que se toman diariamente y 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.</p> <p>Este método evita la ovulación y espesa el moco cervical. Potencialmente, lo pueden usar todas las mujeres en edad reproductiva. Se toma una tableta diaria por 21 o 28 días, dependiendo de la presentación. No hay descanso entre un paquete de pastillas y el siguiente.</p>	<p>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 premenstruales como, por ejemplo, inflamación abdominal y dolor en las mamas. Previene la anemia por deficiencia de hierro.</p> <p>Puede reducir el riesgo de cáncer del útero y de ovario, de quistes en los ovarios, miomas, endometriosis, enfermedad pélvica inflamatoria, etc. Pero este uso de los anticonceptivos orales requiere de un cercano control médico.</p>	<p>Requiere de control médico periódico. Puede ocasionar dolores de cabeza, cambios de temperamento, un menor deseo sexual y depresión. En algunos casos, puede causar sensibilidad anormal en el pecho. No se recomienda a mujeres que están amamantando a sus bebés porque puede afectar la cantidad y calidad de la leche.</p> <p>Puede producir cambios de peso, sangrado en goteo o sangrado entre períodos menstruales, especialmente si se olvida tomar las pastillas o si se demora en tomarlas, lo que es muy común en los primeros tres meses. Para evitarlo, es necesario recordar tomarla a la misma hora, todos los días.</p>

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Anticonceptivos orales (continuación)		<p>Las píldoras anticonceptivas pueden tener efectos positivos en la piel (menos acné). Pero, al igual que con cualquier otro tratamiento, es necesario un control médico periódico.</p> <p>Puede ser usada por mujeres que hayan estado embarazadas o no. No interfiere en las relaciones sexuales y permite el retorno de la fertilidad tan pronto como se interrumpe su uso.</p>	<p>No protege frente a ITS, por eso no es conveniente usarla si no se tiene una pareja estable.</p> <p>Es importante saber que si se olvida de tomar un comprimido existe riesgo de embarazo si han transcurrido 12 horas o más. En este caso, se debe tomar inmediatamente el comprimido olvidado, aunque esto implique tomar dos el mismo día. Se continúa con el tratamiento hasta que se termine el envase, utilizando simultáneamente otro método anticonceptivo como el condón durante los 7 días siguientes.</p> <p>Es importante saber también que existen medicamentos que restan efectividad a la pastilla anticonceptiva; esto quiere decir que se puede producir un embarazo como consecuencia. Es importante informar al personal médico si se toma o se ha tomado recientemente cualquier medicamento. Entre aquellos que restan efectividad a la pastilla anticonceptiva se encuentran antibióticos, antiepilepticos y antidepresivos.</p>
Anticonceptivos injectables	<p>Son anticonceptivos en forma de inyección intramuscular que contiene hormonas. Su aplicación se da entre el primer y el quinto día de la menstruación. Siempre debe ser personal médico quien inyecte el anticonceptivo. Las inyecciones anticonceptivas se pueden administrar mensualmente, bimestralmente o trimestralmente.</p> <p>Los hormonales injectables tienen tres mecanismos de acción: evitar la ovulación, generar cambios en el endometrio y dificultar el paso de los espermatozoides.</p> <p>Cuando se inyectan mensualmente contienen estrógeno y progestina, y se conoce como inyección combinada. Cuando se inyectan de manera bimestral o trimestral, solo contiene la hormona progestina.</p>	<p>Reducen el riesgo de la formación de quistes en los ovarios y pueden brindar protección frente a la enfermedad pélvica inflamatoria.</p> <p>Protegen del embarazo tan solo 24 horas después de inyectados y no requieren de una rutina diaria.</p> <p>Disminuyen el sangrado de la menstruación y pueden reducir los cólicos menstruales. No interfieren en el curso de las relaciones sexuales.</p>	<p>Pueden influir en el flujo menstrual y causar fluctuaciones en el peso. No es recomendado para mujeres que tienen enfermedades del hígado o cardiovasculares; que padecan diabetes, migrañas o depresión; o que tengan 35 años de edad o más.</p> <p>No protegen frente a las ITS. No se puede retrasar más de tres días la siguiente inyección. Una vez interrumpida su aplicación, la fertilidad de la mujer no es inmediata. No pueden ser utilizados por mujeres que están embarazadas o que sospechan estarlo.</p>

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Espermicidas	<p>Los espermicidas contienen productos químicos que impiden el movimiento de los espermatozoides. Se encuentran disponibles en distintas formas, como cremas, espumas, geles y supositorios.</p> <p>Se pueden usar solos o con otro método anticonceptivo para aumentar su eficacia. Se utilizan siempre con métodos de barrera menos efectivos, como el diafragma y el capuchón cervical.</p>	<p>Es un método que se puede adquirir sin prescripción médica y no necesita de control profesional periódico.</p> <p>No requieren colaboración de la pareja. Es seguro si se utiliza adecuadamente, sobre todo como complemento de los DIU y del condón.</p> <p>Tiene efecto en la prevención de enfermedades de transmisión sexual (ETS), como sifilis, gonorrea o clamidias, y de otras menos peligrosas, como tricomoniasis, hongos y herpes. Sin embargo, existen dudas sobre su efecto en la prevención del virus del VIH, por el efecto de irritación de la mucosa que tiene el nonoxynol-9, que puede favorecer la penetración del virus.</p>	<p>Puede ser poco efectivo si no se usa correctamente y, además, requiere una alta motivación porque interfiere con el coito. No sirve como método anticonceptivo de emergencia.</p> <p>Puede presentar complicaciones locales producto de reacciones alérgicas al espermicida o al vehículo en que está contenido y la irritación local por la acción química del producto, sobre las paredes vaginales y el pene.</p>
Implantes subdérmicos	<p>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.</p> <p>Se coloca para un largo período. Esto disminuye el riesgo de olvido que pueden presentar las píldoras anticonceptivas. Tiene una acción prolongada (de 3 a 5 años, dependiendo del producto). Su efectividad se encuentra en torno al 99%.</p> <p>El mecanismo primario de acción es la inhibición de la ovulación. Modifican el moco del cuello del útero, volviéndolo más espeso, por lo que el paso de los espermatozoides es más difícil. Cuando se retira, pasa el efecto anticonceptivo y la fertilidad regresa rápidamente.</p>	<p>Requiere de una visita inicial al servicio médico y otra a los 3 años para retirarlo e insertar uno nuevo. Luego, se puede retirar en cualquier momento. No debe recordarse todos los días, ni todos los meses, ya que tiene una efectividad de 99% en un plazo tres años. Aunque su costo inicial es elevado, el hecho de que dure 3 años hace que la relación costo-beneficio sea adecuada.</p> <p>La inserción y extracción son procesos rápidos y sencillos. El implante no se nota en el brazo, aunque se puede palpar. Mantiene una liberación estable y pareja de la hormona, así se evitan los grandes desniveles causados por la píldora y los métodos inyectables.</p> <p>Hay que resaltar que un porcentaje importante de mujeres con implantes subdérmicos tienen menstruaciones escasas o nulas.</p>	<p>Requiere de personal médico especializado para su colocación y extracción. Se debe incluir un examen para descartar la posibilidad de un embarazo o una patología ginecológica.</p> <p>Pueden darse complicaciones locales en el sitio de la inserción como moretones, irritación, dolor o prurito leve. Otros posibles efectos secundarios son acné, cefaleas, tensión mamaria, aumento de peso, quistes ováricos, caída de cabello, cambios de humor, cambios en la libido y cloasma. Puede elevar ligeramente la tensión arterial. Si la mujer tiene diabetes, debe ser observada cuidadosamente durante el uso de anticonceptivos con progestágeno.</p> <p>Los implantes subdérmicos no protegen contra el VIH ni las infecciones de transmisión sexual.</p>

MÉTODO	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Anticoncepción oral de emergencia	<p>Es una pastilla 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 las ITS.</p> <p>Puede producir alteraciones del ciclo menstrual (adelanto o retraso de la menstruación).</p> <p>Puede condicionar la presencia de sangrados irregulares (manchados). Tiene una menor efectividad que otros métodos hormonales.</p>
Ligadura de trompas	Es la anticoncepción permanente para mujeres que no desean tener más embarazos. Es un procedimiento quirúrgico en el que se realiza una pequeña incisión en el abdomen para cortar o bloquear las trompas de Falopio; por lo tanto, los óvulos liberados no pueden moverse por estos conductos, lo que impide de manera definitiva el encuentro del óvulo con el espermatozoide.	<p>No requiere de hormonas y es un método permanente, que no requiere de controles médicos tras la recuperación de la cirugía.</p> <p>Es un método de gran efectividad, con una tasa de éxito de hasta un 99,5%. Otra ventaja importante es la relativa sencillez del procedimiento.</p>	<p>No protege de ITS. Puede producir alteraciones del ciclo menstrual (adelanto o retraso de la menstruación). Puede provocar la presencia de sangrados irregulares.</p> <p>Dependiendo del tipo de ligadura que se realice, puede tener menor efectividad que algunos métodos hormonales.</p>
Vasectomía	Es un pequeño corte en el escroto, que es la bolsa que contiene a los testículos. Se ubican ambos conductos que transportan el esperma al pene (conductos deferentes) y se los secciona o bloquea mediante ligadura o cauterización. No permite el paso de los espermatozoides: el hombre eyacula, pero no puede embarazar.	No se extirpan los testículos, no disminuye el deseo sexual, no afecta la potencia sexual.	La vasectomía alcanza su plena efectividad solo 3 meses después del procedimiento; por ello, en ese período, el hombre debe usar preservativo.

Actividad: ¿Derechos? ¡De eso sí hablamos aquí!

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • 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, y visibiliza estrategias de difusión y conversación sobre este tema en la comunidad educativa.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Impresiones del texto de apoyo que se encuentra a continuación de la actividad

- Indique a sus estudiantes que realizarán una campaña informativa en sus instituciones educativas sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos.
- Coméntales que los derechos sexuales y derechos reproductivos son parte de los Derechos Humanos y que los Estados deben garantizarlos. También mencione que muchos derechos sexuales y derechos reproductivos se incluyen en la Constitución del Ecuador.
- Divida al curso en ocho grupos. Asigne un derecho sexual y un derecho reproductivo del texto de apoyo a cada equipo. Pídale que discutan sobre cómo estos derechos se cumplen o no en la institución educativa, sus barrios o comunidades y en el país en general.
- Luego de esta conversación, pídale que generen una estrategia informativa para que toda la comunidad educativa pueda conocer sobre los derechos que les asignaron. Plantee algunos ejemplos de actividades que pueden ser parte de sus estrategias: generación de afiches, videoforos, debates, etc. Lo importante es que el curso en general pueda desarrollar una actividad informativa en el año lectivo sobre este tema.
- Es muy importante que en la campaña informativa se enfatice las razones por las que cada uno de los derechos sexuales y derechos reproductivos son importantes y motivar la reflexión de cómo su incumplimiento afecta la vida de cada persona.
- Ayúdeles a conseguir los espacios adecuados para la campaña que desarrolle y acompañeles durante las actividades, reforzando la capacidad de sus estudiantes de hablar sobre los derechos sexuales y reproductivos.



- Una vez que haya concluido la campaña, pregunte a sus estudiantes:
 - *¿Cómo se sintieron durante las distintas etapas de esta actividad?*
 - *¿Conocían los derechos sexuales y derechos reproductivos?*
 - *¿Qué relación existe entre el derecho de todas las personas a vivir sin violencia y los derechos sexuales y reproductivos?*
 - *¿Conocían que es un derecho decidir si se tiene o no pareja, así como tener o no tener hijos e hijas?*
 - *¿Piensan que esta actividad le sirvió a la comunidad educativa? ¿Por qué?*



Las adolescentes y los adolescentes deben conocer sus derechos sexuales y derechos reproductivos. Este conocimiento promueve su capacidad para tomar decisiones informadas y que puedan tener conciencia cuando son víctimas de algún tipo de vulneración.

Difundir información sobre derechos es una responsabilidad compartida en las instituciones educativas. Procesos de este tipo permiten que sus estudiantes se empoderen y asuman su responsabilidad en la prevención de embarazos y violencia.



Hablemos en casa también

La prevención de embarazos no planificados empieza en el hogar 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 disponga de los recursos suficientes para resolver las dudas que se presenten y también para establecer alternativas de prevención de violencia.

Durante la niñez y la adolescencia, los embarazos se producen en gran medida por situaciones de violencia dirigida a niñas y adolescentes. Se debe entregar información de calidad y además generar espacios de confianza que permitan a niñas, niños y adolescentes hablar de forma clara sobre estos temas en casa.

Entre las mayores dudas que se generan en este nivel están la masturbación y el 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, establecer espacios de diálogo en familia basados en el respeto, la confianza y el cariño promueve la vivencia de una sexualidad integral y responsable de chicas y chicos.

Derechos sexuales y derechos reproductivos incluidos en la Constitución del Ecuador

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.

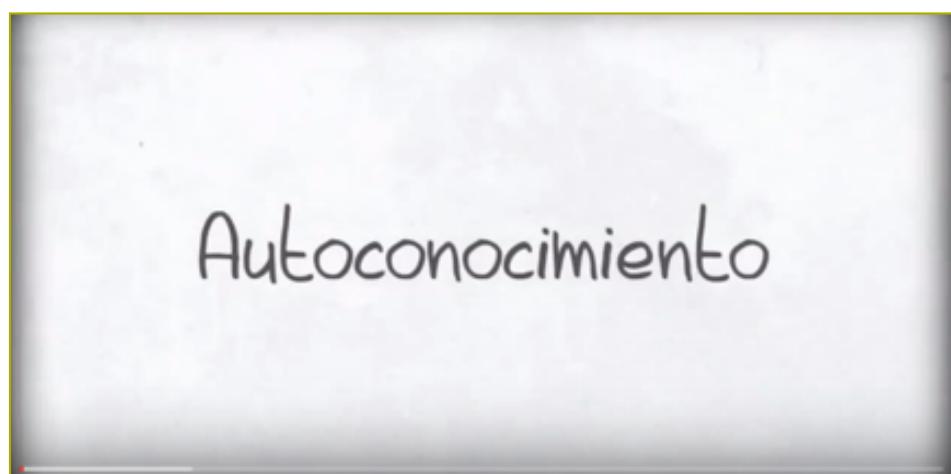
Derechos reproductivos

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 posparto.

Actividad: Videoforo en familia

OBJETIVO	• Reforzar las capacidades de madres y padres para informar adecuadamente a sus hijos e hijas.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Durante esta actividad se brindará herramientas a los padres y las madres de sus estudiantes para que puedan conversar sobre sexualidad.
TIEMPO	1 hora
MATERIALES	Equipo y espacio adecuados para proyectar videos (con conexión a Internet)

- En esta sesión de videoforo, se utilizarán dos videos. Si es posible, envíe a padres y madres los enlaces, para que puedan verlos antes de la sesión. Así, podrán comentar sus inquietudes en conjunto.



- El primer video trata sobre el autoconocimiento. El enlace es:
<https://www.youtube.com/watch?v=EbuM-Re5qf0>
- Entre las principales dudas que tienen las familias con adolescentes están aquellas que 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 autorrespeto. Asimismo, reconocer que las niñas, niños y adolescentes son individuos que están explorando su cuerpo y sexualidad. Esta exploración debe ser realizada en lugares que garanticen la privacidad, sin temores.

- Antes de iniciar, identifique si existen dudas o preguntas en torno a la información presentada en este material. Si requiere de apoyo para contestarlas, puede invitar a una de las personas que integran el DECE o a un médico o médica especialista.
- El siguiente video trata sobre otro de los temas que los adolescentes y las adolescentes quisieran tratar con su familia: la protección y la anticoncepción. El enlace es:
<https://www.youtube.com/watch?v=X2uFEOGp9KU>



- 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, la familia no dispone de la información suficiente. Para compensar esa situación, la institución educativa debe procurar brindar recursos (como estos videos) y fomentar espacios donde se entregue información correcta a través de profesionales de la salud.
- Recuerde que tener datos sobre sexualidad permite a las personas sentirse más seguras, tomar decisiones informadas e 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

Primer, Segundo y Tercer Años de Bachillerato

Las adolescentes 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 es necesario trabajar en prevención de embarazos. Recuerde que este es un proceso que debe realizarse a lo largo de la vida y, en esta etapa, se reflejan los resultados de toda la labor educativa realizada anteriormente.

Sus estudiantes en esta edad son más sensibles y tienen mayor disposición para trabajar en temas de derechos y de género. 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.



Construcción del Proyecto de Vida

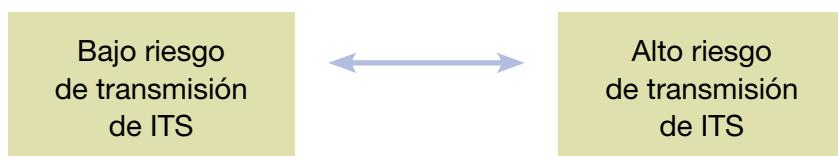
La evaluación de las oportunidades y opciones es fundamental para la toma de decisiones en esta etapa. Por ello, es importante que el estudiantado cuente con información sobre anticoncepción, planificación familiar, derechos sexuales y derechos reproductivos, servicios de salud sexual, así como las formas de acceder a estos, además de aquella relacionada con las decisiones vocacionales y profesionales.

En este sentido, se debe reconocer la capacidad de las y los adolescentes para tomar decisiones sobre su vida y planificar su futuro. Es responsabilidad de docentes y familias acompañarles en este proceso, generando adicionalmente espacios para que reconozcan sus propias capacidades, intereses y motivaciones para elaborar planes de vida. Resalte que la maternidad y paternidad es una opción para las personas y que cada una puede decidir en qué momento de la vida ser madre o padre.

Actividad: Cuando la anticoncepción anula el uso del condón

OBJETIVO	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, que se encuentran a continuación de la actividad

- Anuncie a su clase que durante esta sesión abordarán el tema 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. Indíquenles que, a pesar de que actualmente la mayoría de jóvenes son conscientes del doble riesgo de embarazo y de ITS cuando tienen relaciones sexuales, no siempre se utiliza doble protección. ¿Por qué? En algunos contextos o con ciertos tipos de parejas, no se entienden los riesgos o se cree que son muy bajos, ya sea para un embarazo o para contraer una ITS.
- Invítelos a realizar un ejercicio en grupo, en el que tendrán que posicionar diferentes situaciones en un continuo que va desde “riesgo bajo” a “alto riesgo” de transmisión de ITS. Para ello, dibuje en el pizarrón o en un pliego de papel el siguiente gráfico:



- Aclare que en todos los casos que serán presentados, la mujer utiliza correctamente y sin interrupción un método anticonceptivo hormonal. Sus estudiantes tendrán que posicionarse según la importancia del uso del condón en cada situación, determinando así por qué es fundamental la doble protección.
- Divida al curso en cuatro grupos y entregue una copia con todos los casos a cada uno. Cada ejemplo debe clasificarse en función del nivel de riesgo de adquirir una ITS. Pídale que ordenen los casos de menor a mayor riesgo, según el criterio del grupo.

- Por turnos, deben explicar las razones por las que han definido el orden en cada grupo. Es posible expresar los acuerdos o desacuerdos acerca de los argumentos de los demás equipos. Recuerde: no hay respuestas correctas o incorrectas. Los casos se pueden reordenar durante la actividad, en función de la evolución de las reflexiones.
- Tenga en cuenta los argumentos que sus estudiantes utilizan para justificar la importancia de la doble protección. Si presentan problemas para llegar a conclusiones, pídaleles 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 de cada integrante de la pareja, 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 presentes las percepciones de los jóvenes y las jóvenes, es decir, los elementos que ellos asocian o los riesgos de adquirir ITS. Esta evaluación de riesgos será lo que ayude a modificar su percepción 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, complemente con las siguientes reflexiones basadas en los casos.

Lo que sugiere que los riesgos de adquirir ITS son bajos

- Tener una relación estable (ej.: Román y Amelia; Patricio y Ema)
- Tener una relación de confianza (ej.: Carlos y Margarita)
- Conocerse mucho (ej.: Simón y Manuela)
- Estar enamorados (ej.: Yasmine y Matías; Jacintay Fernando)
- Relaciones exclusivas (ej.: Román y Amelia)
- No haber tenido relaciones sexuales previamente o haber tenido una sola pareja anterior (ej.: Yasmine y Matías)
- Estar en su primera relación sexual (ej.: Patricio y Ema)

Lo que sugiere que los riesgos de adquirir ITS son altos

- Relación de una sola vez (ej.: Jacinta y Fernando; Hugo y Vanesa)
- Relación ocasional (ej.: Simón y Manuela)
- Haber tenido otras relaciones sexuales antes de la actual (ej.: Carlos y Margarita; Simón y Manuela; Hugo y Vanesa)

- No haber planificado tener relaciones sexuales (ej.: Jacinta y Fernando)
- Haber consumido alcohol o drogas (ej.: Hugo y Vanesa)
- Enfatice que los sentimientos de confianza o de compromiso son, a menudo, la causa de una falsa percepción de estar a salvo de contraer ITS (por ejemplo, se piensa: nos conocemos bien, nos amamos, hemos establecido una buena relación, somos fieles, somos amigos, estamos en esta relación 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, ambos integrantes de la pareja se despreocupan del uso del condón. Añada 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 que la masturbación mutua).
- Concluir la actividad señalando que las jóvenes y los jóvenes a menudo hacen una evaluación subjetiva de los riesgos que corren en sus relaciones, a partir de los sentimientos que comparten entre sí y del conocimiento que tienen de la otra persona (por ejemplo, basándose en parejas, anteriores experiencias sexuales, etc.). Esto, desafortunadamente, les puede llevar a subestimar el riesgo de embarazo y, sobre todo, de contraer infecciones de transmisión sexual. Aún 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 que recuerde a sus 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 está haciendo, es mejor parar, 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 se encuentre en una situación de violencia que debe ser analizada y atendida.
- Promueva la confianza en el Departamento de Consejería Estudiantil o en una persona adulta con quien puedan hablar para recibir orientación y apoyo en estos temas.

Casos para analizar el doble riesgo: embarazo-ITS

A. Román y Amelia (16 años) tienen una relación estable desde hace nueve meses. Desde hace un mes, su relación se ha vuelto difícil... Ella piensa que él tiene a alguien más en mente.

D. Hugo (16 años) y Vanesa (16 años) tuvieron relaciones sexuales después de la fiesta de graduación. Ambos habían terminado hace poco con sus respectivas parejas y habían bebido mucho.

B. Yasmine (15) y Matías (16 años) se conocieron hace un mes. Tienen la sensación de haber nacido para estar juntos. Antes de Yasmine, él ya había tenido relaciones sexuales.

E. Simón (17) y Manuela (16 años) han sido panas desde preescolar y se cuentan todo. Cada quien ha tenido parejas sexuales por su lado. Ahora que les han roto el corazón, tienen relaciones sexuales ocasionales entre sí.

C. Jacinta (15) tuvo 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, pues está enamorada.

F. Durante el último año, Carlos y Margarita (16 años) han roto un par de veces, pero se juntaron de nuevo hace una semana. En su última separación, que duró cuatro meses, ambos tuvieron relaciones sexuales con otra persona.

G. Patricio y Ema (16 años) han estado en pareja desde hace dos meses y nunca han tenido relaciones sexuales con otras personas.

Actividad: Hablar de sexualidad en familia... ¡sí se puede!

OBJETIVO	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	Copias del formato de reflexión individual para cada participante y copias del texto de apoyo; ambos materiales se encuentran a continuación de la actividad

- Invite a sus estudiantes a opinar acerca de cómo se sienten ante la perspectiva de conversar sobre sexualidad con su padre o su madre. Puede usar alguna de las siguientes preguntas para animar la plática:
 - *¿Cómo se sienten con la idea de hablar de sexualidad con sus padres o madres?*
 - *¿Cuáles son las ventajas y desventajas de una discusión sobre sexualidad con personas adultas de confianza?*
- Distribuya una copia del formato de reflexión individual a cada estudiante y comente el objetivo de la actividad. Especifique que se trata de un ejercicio personal, por lo que no es necesario que pongan su nombre en la hoja, pues después la podrán conservar. Brinde alrededor de 15 minutos para que respondan las preguntas.
- Una vez que hayan concluido la reflexión, pregunte a sus estudiantes sobre los beneficios de conversar acerca de sexualidad con sus padres y madres, y bajo qué circunstancias suelen platicar estos temas en casa.
- Realice preguntas sobre las respuestas que anotaron en sus hojas:
 - *¿Cuáles son las características de la discusión ideal que imaginaste? ¿Cómo la describirías?*
 - *¿En qué circunstancias se producen las discusiones acerca de sexualidad en casa? Brinda ejemplos.*

- *¿Cuáles son las situaciones relacionadas con la sexualidad en las que sentirías mayor comodidad consultando a una persona adulta de confianza, con la seguridad de que te podría ayudar a ver más claramente la situación?*
- *¿Cuáles son las situaciones que te parecen más delicadas para conversar con tu padre o madre? ¿Acerca de qué temas dudarías platicar con ellos?*
- Concluya la actividad entregando información acerca de la comunicación entre jóvenes y sus familias. Reparta copias de la lectura de apoyo y dirija la conversación a partir de la siguiente pregunta:
 - *Desde tu punto de vista, ¿qué podría hacerte sentir más cómodo o cómoda para establecer una conversación relacionada con las dudas que tienes sobre sexualidad con una persona adulta?*
 - La mayor parte de las adolescentes 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 a sus estudiantes 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.

Reflexión individual

Imagina que mantienes una conversación sobre sexualidad con tu padre o madre. Tómate un momento para realmente sentir que estás en esa situación...

- Si tuvieras que imaginar la conversación “ideal” sobre el tema de la sexualidad con una persona adulta de confianza, ¿cuáles serían las circunstancias en las que te gustaría que se diera? Describe detalles como el lugar, el momento de la jornada, los sentimientos que tendrías antes de iniciar, la actitud de la otra u otras personas, 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 charla “ideal” se produzca? ¿Por qué?

- ¿Cómo podría hacerse realidad?



Texto de apoyo: La facilidad y la apertura para hablar sobre sexualidad



La comunicación entre cada joven y su familia a menudo parece estar teñida de incomodidad, sentida por ambas partes. La literatura indica que los jóvenes y las jóvenes sienten más comodidad hablando de sexo con su progenitor del mismo sexo (Guzmán y otros, 2003; Kirkman, Rosenthal y Feldman, 2005; Jerman y Constantine, 2010). Sin embargo, 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 e hijas adolescentes (Frappier, Duong y Malo, 2006). Al mismo tiempo, parece que en la juventud no siempre se comparte con los padres y madres la misma visión sobre lo que significa “estar abierto” a hablar de sexualidad.

Para las jóvenes y los jóvenes, la apertura para conversar acerca de estos temas en familia implica la disposición para responder a cualquier pregunta. Mientras tanto, para las familias una comunicación abierta sobre sexualidad se establece cuando el o la joven le invitan a ser parte de sus emociones, pensamientos y cuando los temas son tratados en profundidad (Xiao, Li y Stanton, 2011). Esta idea no toma siempre en cuenta que no es sencillo ni evidente para un joven o una joven establecer sus ideas, preguntas y sentimientos acerca de la sexualidad; sin embargo, es importante abrir vías de comunicación assertiva.

Actividad: Mi primera vez

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">Identificar las formas en que nos construimos como hombres y mujeres en esta sociedad.Reconocer las desigualdades que se generan en torno al género para una vivencia plena de la sexualidad.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad es una reflexión personal y grupal sobre la primera vez que una persona se siente hombre o mujer, promueve el análisis de las relaciones desiguales de género e incide en la transformación de patrones socioculturales de violencia.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Cartulinas, pliegos de papel, marcadores, tijeras, pegamento y revistas

- Invite a sus estudiantes a recordar cuándo fue la primera vez que se sintieron mujeres u hombres: una experiencia o anécdota a través de la que tuvieron claridad en torno a ser reconocidos y reconocerse de una u otra forma. Enfatice que en esta actividad no existen respuestas correctas o incorrectas, sino que todas las experiencias son igual de valiosas.
- Divida al curso en cuatro grupos. Cada uno conversará sobre sus experiencias y, luego, realizarán una presentación grupal. Para esta exposición pueden utilizar los materiales señalados en el recuadro.



- Tras las presentaciones, realice las siguientes preguntas:
 - *¿Encontraron experiencias comunes con sus compañeras y compañeros?*
 - *¿Son iguales las experiencias para las mujeres y para los hombres?*
- Cierre la actividad enfatizando los conceptos y reflexiones que se encuentran en el recuadro.



En este tipo de actividades generalmente salen a la luz los estereotipos y desigualdades vinculados con el género que se reproducen en las sociedades. 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. Por otro lado, 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).

Mientras que las experiencias para los hombres son normalmente asociadas a sentimientos positivos, para las mujeres esto no necesariamente es así. Por ello, hay que promover el cambio de los patrones culturales que sostienen las desigualdades, para que tanto mujeres como hombres puedan vivir su sexualidad de forma feliz y placentera.

En la sociedad, las desigualdades relacionadas con el género se viven de manera cotidiana. Por ejemplo, 6 de cada 10 mujeres y niñas 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, menores posibilidades de desarrollo.

Esto no es casual ni natural. Responde a un sistema injusto que puede ser modificado. Hay que recordar, por ejemplo, que las mujeres no tenían derecho a la educación ni al voto y que, a través de luchas sociales y procesos educativos, esta realidad se transformó. De la misma manera, se puede incidir para que las desigualdades actuales puedan transformarse.

Actividad: Educación integral de la sexualidad, nuestro derecho

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• Poner en discusión el derecho a la educación integral en sexualidad para niñas, niños y adolescentes.• Promover la participación e involucramiento del estudiantado en procesos de prevención de embarazos precoces y no planificados.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Esta actividad es un análisis de mitos asociados a la educación en sexualidad, promueve la reflexión del estudiantado e invita a tomar acciones para informar a sus pares.
TIEMPO	30 minutos
MATERIALES	Pliegos de papel, marcadores y tarjetas de mitos para cada grupo (se encuentran a continuación de la actividad)

- Pida a sus estudiantes que se dividan en cuatro grupos. Entregue a cada uno las tarjetas con mitos, un pliego de papel y marcadores. Cada equipo debe identificar si las afirmaciones son falsas o verdaderas, según su criterio.
- Posteriormente, cada grupo debe presentar su trabajo en plenaria.
- Para finalizar, pregúntele:

 - *¿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 qué edad se debe realizar la educación en sexualidad?*
¿Quiénes son responsables de hacerlo?

- Para apoyar el análisis de los mitos, puede imprimir y usar la información del cuadro que se encuentra en la siguiente página.



La educación en sexualidad es un derecho de las niñas, niños y adolescentes. Está garantizada por la Constitución y es un factor protector para la prevención de violencia, embarazos y contagio de infecciones de transmisión sexual (ITS), 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.

Es innegable que entre jóvenes también pueden apoyar la educación en sexualidad entre pares. Sin embargo, para hacerlo de manera responsable, deben informarse y tomar este proceso con la seriedad que requiere, teniendo cuidado de no difundir información falsa o incompleta.

Mitos y verdades sobre la educación integral de la sexualidad

MITO	VERDAD
<i>La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.</i>	Investigaciones a nivel mundial señalan inequívocamente que la educación en sexualidad nunca conduce a un inicio temprano de la actividad sexual. Los resultados, más bien, apuntan a que lo retarda, genera un comportamiento sexual más responsable o no tiene efectos notables en el comportamiento sexual.
<i>La educación en sexualidad priva a niños y niñas de su “inocencia”.</i>	Niños, niñas y 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 y científicamente correcta, libre de prejuicios y apropiada a la edad del grupo estudiantil. Cuando no se educa en sexualidad, es probable que los estudiantes y las estudiantes reciban mensajes contradictorios y, en ocasiones, perjudiciales de parte de sus pares (otros niños, niñas o adolescentes), los medios de comunicación u otras fuentes potencialmente peligrosas, como Internet o personas adultas dañinas.
<i>La educación en sexualidad está en contra de la cultura o religión de la comunidad.</i>	Las orientaciones técnicas sobre educación sexual integral enfatizan la necesidad de pertinencia cultural y de adaptación al contexto local del proceso educativo, a través de la participación y el apoyo de integrantes de la comunidad que sean responsables de preservar la cultura. La forma que toma la educación en sexualidad se debe determinar a través de la participación de personas relevantes en la localidad, incluidas aquellas que encabezan las congregaciones religiosas. Sin embargo, las orientaciones técnicas destacan la necesidad de que la educación integral en sexualidad apunte a 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 niñas, niños y adolescentes.
<i>La educación en sexualidad ya se aborda en algunas asignaturas como Biología y Ciencias Naturales.</i>	Si bien es muy importante que se aborden los aspectos científicos relacionados con la sexualidad humana, la educación integral para la sexualidad incluye en sus objetivos el desarrollo de reflexiones que apoyen la conformación de prácticas responsables, que resulten, a la larga, en factores de protección en contra de la violencia. Además, la educación integral en sexualidad brinda elementos importantes en la construcción de un proyecto de vida positivo, pues ofrece herramientas que permiten el autoconocimiento y aseguran procesos de toma de decisiones más informados y adecuados. Es así que un proceso serio de abordaje de la educación para la sexualidad ofrece la oportunidad de evaluar y fortalecer el currículo y la práctica pedagógica de las materias científicas, con base en evidencia.
<i>La educación en sexualidad debe promover valores.</i>	Los procesos integrales de educación en sexualidad se sustentan en un enfoque basado en los derechos, donde principios éticos 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.

La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.

La educación en sexualidad priva a niños y niñas de su “inocencia”.

La educación en sexualidad está en contra de la cultura o religión de la comunidad.

La educación en sexualidad ya se aborda en algunas asignaturas como Biología y Ciencias Naturales.

La educación en sexualidad debe promover valores.

La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.

La educación en sexualidad priva a niños y niñas de su “inocencia”.

La educación en sexualidad está en contra de la cultura o religión de la comunidad.

La educación en sexualidad ya se aborda en algunas asignaturas como Biología y Ciencias Naturales.

La educación en sexualidad debe promover valores.

La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.

La educación en sexualidad priva a niños y niñas de su “inocencia”.

La educación en sexualidad está en contra de la cultura o religión de la comunidad.

La educación en sexualidad ya se aborda en algunas asignaturas como Biología y Ciencias Naturales.

La educación en sexualidad debe promover valores.

La educación en sexualidad conduce a una temprana iniciación de la actividad sexual.

La educación en sexualidad priva a niños y niñas de su “inocencia”.

La educación en sexualidad está en contra de la cultura o religión de la comunidad.

La educación en sexualidad ya se aborda en algunas asignaturas como Biología y Ciencias Naturales.

La educación en sexualidad debe promover valores.

Actividad: 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 las relaciones de pareja y la autonomía.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Tarjetas con casos, que se encuentran a continuación de la actividad

- Indique al curso que se trabajará analizando casos y representándolos. Divida el aula en cuatro grupos y asigne un caso a cada uno. La tarea es discutir sobre la situación que se presenta y darle un final, representándolo frente al resto de la clase.
- Luego de que cada grupo se presente, inicie una conversación preguntando al curso:
 - ¿Qué les pareció su caso? ¿Conocen alguno similar?*
 - ¿Qué otro final le hubiesen dado?*
- Para finalizar esta actividad, haga énfasis en que, si existen dudas sobre si acceder o no a una relación sexual, es mejor aplazarla y hablarlo con calma. Reitere a sus estudiantes que es sumamente importante aprender a reconocer que si hay algún indicio de violencia por parte de la pareja, por leve que sea, es preferible no tener relaciones sexuales y buscar apoyo con una persona de confianza o el DECE de la institución para manejar la situación de la mejor manera.
- Para brindar mayores elementos de reflexión en cada uno de los casos, utilice la información que se encuentra en el recuadro.



- Caso 1:** se observa que si bien ambas personas tienen ganas de tener relaciones sexuales, no se puede obligar a nadie a hacerlo sin protección. Es necesario hablar de esto en pareja: si existe comunicación y respeto, se tomarán decisiones en conjunto; en cambio, si se producen reacciones agresivas por parte de una de las personas que conforman la pareja, es mejor no tener relaciones sexuales y evaluar la relación.

- **Caso 2:** hay una demostración evidente de violencia hacia Manuela. Esto no es natural ni normal. Frente a situaciones de violencia como esta hay que buscar apoyo y no callarlas, pues pueden desencadenar en consecuencias graves.
- **Caso 3:** se evidencia que 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.
- **Caso 4:** hay varios elementos a considerar. A veces, las personas mayores y con más experiencia suelen impresionar a aquellas 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.

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.

Caso 1. Fede y Kristina

Fede y Kris son compañeros de aula, se enamoraron a principios de año y ahora están pensando en tener relaciones sexuales. Fede dice que quiere tener una experiencia “mágica y natural”. Desde su perspectiva, eso significa tener relaciones sin condón. Se lo propuso a Kris y a ella esa idea no termina de convencerla...

¿Cómo termina esta historia?

Caso 2. Manuela y Mateo

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, él reaccionó de forma agresiva, pues cree que Manuela toma estas pastillas para mantener relaciones sexuales con otros hombres. Manu no sabe qué hacer...

¿Cómo termina esta historia?

Caso 3. Esteban y Dayanara

Esteban y Dayanara 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 cómo decirle, pues tampoco quiere que termine la relación...

¿Cómo termina esta historia?

Caso 4. Rafaela y Luis

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 diez 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...

¿Cómo termina esta historia?

Actividad: ¿Cómo se eligen los métodos anticonceptivos?

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">• 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	Copias de la hoja de trabajo para estudiantes y de la guía de facilitación; ambos materiales se encuentran a continuación de la actividad



- Inicie indicando que se trabajará con información sobre anticoncepción. Pídale que se dividan en grupos de cinco o seis estudiantes, dependiendo del tamaño de la clase.
- A cada grupo, entréguele una copia de la hoja de trabajo. Solicítale que conversen dentro del equipo sobre qué método utilizarían en cada caso, explicando las razones para su decisión.
- Cuando todos los grupos hayan concluido con su hoja, revise los casos de uno en uno, permitiendo que distintos grupos expliquen su elección, asegurándose de permitir que cada uno tenga un espacio para exponer.

- Cuando hayan terminado de revisar los casos, pregunte:
 - *¿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?*
 - *¿Cómo vemos a un hombre que tiene condones en su mochila? ¿Cómo vemos a una mujer que tiene condones en su mochila?*
- Tome en cuenta la información del recuadro para incorporar mayores elementos de reflexión durante la actividad.



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 ambas personas cuidarse. Hay que considerar que el autocuidado es fundamental, tanto en hombres como en mujeres, se esté o no en pareja. Cada persona tienen la responsabilidad para evitar embarazos e infecciones de transmisión sexual como un acto de cuidado hacia sí misma y hacia el resto.

Existen brechas de género en la elección anticonceptiva. Por ejemplo, mientras los hombres que tienen anticonceptivos consigo son vistos como “machos”, las mujeres en la misma situación son vistas como “fáciles”. Esto es una muestra de la cultura machista.

Tanto hombres como mujeres tienen derecho a vivir su sexualidad de forma plena y segura. La decisión, especialmente cuando se requiere hormonas, debe estar acompañada por consejería médica adecuada. Para ello, es importante motivar a sus estudiantes a identificar el servicio de salud más cercano, de modo que si es necesario puedan solicitar 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 dónde conseguir los distintos métodos de anticoncepción.

Hoja de trabajo: ¿Cómo se eligen los métodos anticonceptivos?

CASO	MÉTODO RECOMENDADO	MOTIVOS
1. Hombre. No tiene pareja, pero existe la posibilidad de tener relaciones sexuales.		
2. Mujer. No tiene pareja, pero existe la posibilidad de tener relaciones sexuales.		
3. Mujer. Tiene una pareja estable y han decidido mantener relaciones sexuales.		
4. Hombre. Tiene una pareja estable y han decidido mantener relaciones sexuales.		
5. Mujer. Tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales frecuentes (más de dos veces al mes).		
6. Hombre. Tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales frecuentes (más de dos veces al mes).		
7. Mujer. Tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).		
8. Hombre. Tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).		

Guía de facilitación: ¿Cómo se eligen los métodos anticonceptivos?

CASO	MÉTODO RECOMENDADO	MOTIVOS
1. Hombre. No tiene pareja, pero existe la posibilidad de tener relaciones sexuales.	Condón	Es un método seguro que no tiene contraindicaciones y, además, previene ITS.
2. Mujer. No tiene pareja, pero existe la posibilidad de tener relaciones sexuales.	Condón	Es un método seguro que no tiene contraindicaciones y, además, previene ITS.
3. Mujer. Tiene una pareja estable y han decidido mantener relaciones sexuales.	Doble protección: condón más método hormonal	Previene embarazos e ITS.
4. Hombre. Tiene una pareja estable y han decidido mantener relaciones sexuales.	Doble protección: condón más método hormonal	Previene embarazos e ITS.
5. Mujer. 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. 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. Tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).	Condón	Es un método seguro que no tiene contraindicaciones y, además, previene ITS.
8. Hombre. Tiene parejas sexuales ocasionales y relaciones sexuales muy esporádicas (menos de dos veces al año).	Condón	Es un método seguro que no tiene contraindicaciones y, además, previene ITS.

Actividad: Anticoncepción de emergencia

OBJETIVO	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	Copias de la hoja de trabajo para estudiantes y de la guía de facilitación; ambos materiales se encuentran a continuación de la actividad

- Indique al grupo que trabajarán sobre casos, para identificar en cuáles es correcto utilizar anticoncepción de emergencia y en cuáles es incorrecto. Para ello, entregue a cada estudiante la hoja de trabajo y pídale que la completen de forma individual. Deben leer cada uno de los siete casos presentados y marcar Sí o No, dependiendo de lo que conocen sobre este método. Deben completar su respuesta con una breve explicación para su elección.
- Posteriormente, anote en la pizarra los números del 1 al 7, que corresponden a cada uno de los casos, y haga que sus estudiantes voten Sí o No, dependiendo de lo que hayan marcado en sus hojas de trabajo. Cuando todo el grupo haya votado, contabilice los votos que tiene cada opción.
- Comente los resultados con el grupo y comparta la respuesta correcta, complementando sus explicaciones con la información de la guía de facilitación.
- Resalte que las pastillas anticonceptivas de emergencia son para eso: SOLO emergencias. No constituyen un método regular para prevenir embarazos.
- Reitere que, en caso de que se decida tener relaciones sexuales de forma frecuente, se recomienda utilizar la doble protección, es decir, condón más un método hormonal.
- La información del recuadro de la siguiente página es muy importante. Asegúrese de cerrar la actividad mencionándola.



En casos de violencia sexual, se recomienda tomar de forma inmediata el anticonceptivo de emergencia y acceder a servicios de salud, para prevenir el contagio de ITS y VIH y recibir atención integral y apoyo.

Recuerde que es deber de la institución educativa denunciar y acompañar los procesos de violencia sexual.

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 estudiantes y los estudiantes de conseguirlo.



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.* El material está disponible en el siguiente enlace: <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/05/recorrido-de-la-prevencion.pdf>

Esta metodología entre pares tiene como objetivo fortalecer las habilidades de las adolescentes 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.* Este material se encuentra en el enlace: 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 los grupos de estudiantes de este nivel generen sus propias actividades dirigidas a prevenir el embarazo y la violencia.



Me informo y actúo

Este nivel se marca por una mayor participación estudiantil en las actividades tanto curriculares como extracurriculares. Coincide con el programa de participación estudiantil y con los consejos estudiantiles. Todos ellos constituyen oportunidades que se pueden aprovechar para insertar actividades dirigidas a la prevención de embarazos y de violencia sexual.

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

Hoja de trabajo: Anticoncepción de emergencia

CASOS	SÍ	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 él terminó afuera.			

Guía de facilitación: Anticoncepción de emergencia

CASOS	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 debe 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 más 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 él terminó afuera.	X		Eyacular afuera no es un método eficaz para la prevención de embarazos.

Actividad: 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 actividad pretende establecer espacios de seguridad en la institución educativa.
TIEMPO	45 minutos
MATERIALES	Pliegos de papel, marcadores, <i>maskin</i>

- Solicite al curso que se divida en grupos de máximo seis personas. Procure que exista paridad de género en los equipos. Entregue a cada grupo un pliego de papel y marcadores.
- Luego, pídale que recuerden la estructura de su institución educativa y que la dibujen. Puede ser un plano, un esquema o algo más abstracto. Depende de cada grupo cómo representarla gráficamente.
- Después, indique que en su gráfico deben identificar con una X los lugares donde ocurren hechos de violencia o en los que sienten inseguridad. Posteriormente, solicite que marquen con un signo más (+) aquellos lugares en donde sienten seguridad.
- Una vez realizadas las marcas, pida a cada grupo que presente su trabajo.
- Para terminar la actividad, pregunte:
 - *¿Existen lugares comunes donde hay violencia o inseguridad?*
 - *¿Es la misma inseguridad o violencia para mujeres y hombres?*
- Este ejercicio permite identificar en la voz de las estudiantes aquellos lugares que deben ser intervenidos. Adicionalmente, posibilita que los estudiantes varones perciban las formas violentas en que ocupan el espacio y dejen de normalizarlas. Para apoyar estas nociones, utilice la información que se encuentra en el recuadro de la siguiente página.



Generalmente, mujeres y hombres tienen experiencias distintas sobre la sensación de seguridad y violencia, aunque comparten el mismo espacio y al mismo tiempo.

En sociedades desiguales, los hombres ocupan el espacio de forma más determinante y sin notarlo. Un ejemplo en la institución educativa es cuando los varones juegan en el patio u ocupan las gradas o pasillos. Terminan desplazando a las mujeres. También la experiencia de ellas se cruza generalmente con una sensación de intranquilidad, porque sienten que pueden ser acosadas por el uniforme, tocadas o golpeadas, etc.

Si la experiencia de esto es desigual, es misión de la comunidad educativa realizar cambios para que quienes la conforman puedan sentir seguridad en la escuela. Por ello, tras identificar los lugares más críticos, les invitamos a hacer una campaña para trabajar en este tema.

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 vez de ser espacios seguros, son sitios de vulneración de derechos.



Hablemos en casa también

Sus 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 vínculos personales. Muchas veces estos están permeados por violencia y desigualdad. Como estos factores son aprendidos, también se pueden desaprender.

En gran cantidad de ocasiones, hablar de sexualidad y prevención de embarazos con 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 la confianza.

Actividad: Videoforo en familia

OBJETIVO	Reforzar las capacidades de madres y padres para informar adecuadamente a sus hijos e hijas.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Durante esta actividad se brindará herramientas a los padres y las madres de sus estudiantes para que puedan conversar sobre sexualidad.
TIEMPO	1 hora
MATERIALES	Equipo y espacio adecuado para proyectar el video (con conexión a Internet), impresiones de la lectura de apoyo que se encuentra a continuación

- Si es posible, envíe a las familias el enlace del video, para que puedan verlo antes de la sesión. Así, podrán comentar sus inquietudes durante el trabajo conjunto.
- El enlace es: <https://www.youtube.com/watch?v=QmH6NHT3R9k>



- Considere que no todas las adolescentes y los adolescentes tienen relaciones de pareja a esta edad. Sin embargo, esta es una situación más o menos frecuente. Por ello, es importante hablar con naturalidad y brindar confianza al interior del hogar para prevenir embarazos no intencionados y fortalecer el desarrollo del proyecto de vida de las personas. Para complementar esta información, se recomienda el texto de apoyo que se encuentra más adelante.
- Una vez realizada la lectura, abra un espacio de plenaria para conversar sobre lo que se plantea en ella. Si requiere de apoyo para contestar las dudas, puede invitar a una de las personas que integran el DECE o un médico o médica especialista.

Texto de apoyo: Hablemos de sexualidad en familia

Para muchos papás y mamás es muy importante desarrollar confianza con sus hijos e hijas con el fin de poder hablar de temas relacionados con la sexualidad, las relaciones sexuales, sus amistades y enamoramientos. Esta confianza debe iniciar en los primeros años, cuando se tiene que responder con la verdad a todas las inquietudes que plantean. A veces, se siente mucho miedo de hablar de estos temas, o no se sabe qué decir. Mostremos a nuestros hijos e hijas que queremos establecer relaciones saludables en la familia, escuchémosles sin juzgar su forma de pensar o de actuar. Estos son ingredientes básicos para conversar y comunicarnos mejor. Es necesario conversar sobre estos temas.

Relaciones sexuales: inicio y práctica

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

En la temprana juventud se siente gran curiosidad sobre las relaciones sexuales; se quiere empezar a tenerlas y se hacen muchos cuestionamientos. Las jóvenes y los jóvenes reciben muchos estímulos contradictorios: por un lado, los medios de comunicación y las redes sociales 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 su cuenta.

Por ello, es importante que la educación sexual iniciada en edades tempranas continúe durante toda la infancia, para que cuando llegue la pubertad y adolescencia nuestros hijos e hijas confíen en nosotros, nos cuenten sus inquietudes y puedan recibir adecuadamente 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 preguntas. A continuación, le brindamos soluciones propicias a algunas de las interrogantes más comunes que chicos y chicas pueden hacer a una persona adulta en la que confían:

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

- *¿Con quién?* Con la persona que se quiere: el novio o novia, pelado o pelada, con quien les une un sentimiento de cariño, amor y, sobre todo, de confianza y respeto, para hacerlo en forma responsable y de mutuo acuerdo.
- *¿Cómo hacerlo?* Se debe enfatizar a los hijos y las hijas que, por encima de cualquier consideración, las relaciones sexuales nunca deben poner en riesgo la salud física y emocional de las personas. Apoye en casa la noción de que es necesario conversar con la pareja sobre los riesgos y condiciones previas que podrían constituir un potencial peligro para la salud. La sinceridad y la confianza con la que se pueda mantener conversaciones previas sobre este tema dan cuenta de la madurez y la responsabilidad con la que se aborda mantener relaciones sexuales. Otro aspecto sobre el que la comunicación es fundamental entre las dos personas es la necesidad de usar un anticonceptivo seguro, que sirva para evitar un embarazo y que les proteja de las enfermedades de transmisión sexual. Es imprescindible usar un preservativo, mejor aún si se combina con otro anticonceptivo. Para tomar la mejor decisión, conviene hacer una consulta médica o acudir a un centro de salud.
- *¿Dónde?* Esta es una pregunta complicada. Muchas veces, chicos y chicas toman decisiones potencialmente peligrosas sobre el lugar en el que mantienen relaciones sexuales, por inmadurez o por falta de un sentido de responsabilidad personal. Padres y madres deben ser muy enfáticos al respecto de la importancia que adquiere este aspecto en lo que se refiere a evitar situaciones de violencia y peligro para sus hijos e hijas. El mensaje debe ser claro: de no existir un lugar seguro, es preferible no iniciar las relaciones sexuales. Este aspecto además requiere que padres y madres reflexionemos sobre las normas y costumbres en el hogar y sobre nuestra propia posición al respecto del cuidado de la seguridad de chicos y chicas. Muchas familias no conciben la idea que las relaciones sexuales ocurran en su propia casa, cuando este puede ser el lugar más seguro. Valdría la pena que padres y madres consideremos esa posibilidad. Adicionalmente, es importante aclarar que avisar a alguien en casa en dónde se va a estar debe ser una norma habitual de respeto y, sobre todo, de protección.
- *¿Para qué?* Para un crecimiento personal, porque se ama a la pareja y para aprender a conocerse a sí mismo de manera más integral. Muchos jóvenes sienten la presión del grupo para hacerlo o piensan que el deseo es incontrolable y por esto no lo hacen con protección. Otras personas simplemente lo hacen guiadas por 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 personal sobre dicha consecuencia.



¿Cuál es nuestro papel como familia?

Muchas personas adultas piensan que “prohibir” las relaciones sexuales entre adolescentes es lo adecuado, sin mediar con sus hijos e hijas ni conversar para poder brindar una guía adecuada. Esto puede impulsar a que chicos y chicas se expongan a situaciones riesgosas como, por ejemplo, no tomar precauciones para evitar embarazos no planificados e infecciones de transmisión sexual, mentir o tener relaciones sexuales en lugares en donde se exponen a peligros de distinto tipo.

Los intentos por impedir las relaciones sexuales de adolescentes y jóvenes mediante prohibiciones religiosas, prejuicios sociales o miedo no necesariamente traen los efectos deseados. Gran número de jóvenes tienen relaciones sexuales, y seguirán teniéndolas, por lo que el desconocimiento de cómo hacerlo de forma saludable 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 los 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.

Bibliografía

8

Metodologías revisadas

Asociación Chilena de Protección de la Familia (2018). *Curriculum 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. (2005). *Aprendiendo a vivir bien: un módulo intercultural de educación para la sexualidad. Kaw-sayta yachaspa kawsana*. Ecuador.

Ministerio de Educación, Cepam Guayaquil (2012). *Recorrido participativo en prevención de violencia de género y violencia sexual*. Guayaquil.

Ministerio de Educación (2013). *Educación de la sexualidad y afectividad, Guía para familias*. Quito.

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

Ministerio de Educación (2016). *Educación de valores. Guía para docentes tutores*. Programa Educando en Familia. Quito.

Ministerio de Educación (2017). *Protocolo de actuación frente a situaciones de embarazo, maternidad y paternidad*. 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 de la Nación (2009). *Educación sexual integral para la educación Primaria. Contenidos y propuestas para el aula*. Buenos Aires.

Ministerio de Educación de la Nación (2009). *Educación sexual integral para la educación Secundaria. Contenidos y propuestas para el aula*. Buenos Aires.

Ministerio de Educación de la Nación (2010). *Educación sexual integral para la educación inicial. Contenidos y propuestas para las salas*. Buenos Aires.

Ministerio de Salud Pública (2012). *Primero en familia* (DVD). Enipla. Quito.

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 protección de niñas, niños y adolescentes frente al abuso y violencia sexual* (video). Quito

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*. 1^{ra} ed . Buenos Aires. Disponible en http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/AbusoSexual_Digital_Oct2018.pdf

Unesco (2018). *Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad*. Santiago de Chile.

Unfpa (2011). *XX técnicas grupales para el trabajo en sexualidad con adolescentes y jóvenes*. Recuperado en: <http://ceip.edu.uy/IFS/documentos/2015/sexual/materiales/XX-tecnicas-grupales-para-el-trabajo-en-sexualidad-con-adolescentes-y-jovenes/XX-tecnicas-grupales-para-el-trabajo-en-sexualidad-con-adolescentes-y-jovenes.pdf>

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*. Quito.

Visión Mundial (2008). *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*. Quito.

Documentos conceptuales

Asociación Mundial de Sexología WAS (2000). *Promoción de la salud sexual. Recomendaciones para la acción*. Antigua Guatemala.

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/>

Banco Mundial (2012). *Embarazo adolescente y oportunidades en América Latina y el Caribe*. Washington.

Cerruti, S. (2008) *La educación sexual en el sistema educativo público uruguayo hoy. Concepto-Filosofía- Objetivos*. En *Educación sexual: su incorporación al Sistema Educativo*. Administración Nacional de Educación Pública, Consejo Directivo Central, Programa de Educación Sexual.

Duarte, K. (1999). *Masculinidades juveniles en sectores empobrecidos, ni muy cerca ni muy lejos, entre lo tradicional y lo alternativo*. Santiago de Chile. Recuperado de http://menengage.org/wp-content/uploads/2014/06/Masculinidades_juveniles_en_sectores_empobrecidos.pdf

—. (2000). *¿Juventud o juventudes? Acerca de cómo mirar y remirar a las juventudes de nuestro continente*. Santiago de Chile.

Estrella, S., y Salgado, J. (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.

Foucault, M. (1999). *Vigilar y castigar*. Buenos Aires: Círculo de Lectores.

—. (2007). *Historia de la sexualidad*. México DF: Siglo XXI.

Giroux, H. (2004). *Teoría y resistencia en educación. Una pedagogía para la oposición*. Buenos Aires: Siglo XXI.

Gutiérrez, R. (2018). *Evaluación programa Zonas Libres de Embarazo Adolescente*. Quito: Plan Internacional.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (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

Ministerio de Salud Pública (2011). *Estrategia Nacional Intersectorial de Planificación Familiar y Prevención del Embarazo en Adolescentes. Dossier para periodistas*. Quito.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: un enfoque basado en la evidencia*. Recuperado de: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>

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.

Organización Mundial de la Salud (2002). *Defining sexual health: report of a technical consultation on sexual health*, 28-31 January 2002. Ginebra. Recuperado de: http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf, consultado el 14 de junio de 2017.

Organización Mundial de la Salud (2010). *Developing sexual health programmes: a framework for action*. Ginebra. Recuperado de: http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/rhr_hrp_10_22/en/, consultado el 14 de junio de 2017.

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.

Plan Internacional (2005). *Situación de la sexualidad, salud sexual y reproductiva en los y las adolescentes. Enfoques en sexualidad, salud sexual y reproductiva*. Quito.

Plan Internacional (2015). *Marco de referencia para la realización de los derechos sexuales y derechos reproductivos de niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Región de las Américas y el Caribe, 2010-2015*. Quito.

Heras González, P., Izquierdo M. J., y Ariño Villarroya, A. (2014). *Salud sexual y reproductiva y la socialización de género*. Máster en igualdad de género. Universidad Jaume I.

The National Child Traumatic Stress Network (2009). *Desarrollo sexual y conducta en los niños*. Recuperado en: http://www.ncsby.org/sites/default/files/NCSBY-osb-behavior-2009_span%5B1%5D.pdf

Universidad de Chile (2019). *CESOLAA: Curso de educación sexual online de auto aprendizaje*. Recuperado en: <http://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/desarrollo-psicosexual/etapas-del-desarrollo>



ISBN: 978-9942-22-476-7



La **Guía metodológica para la prevención del embarazo adolescente** presenta estrategias, actividades y propuestas para promover la construcción de proyectos de vida saludables, que fomenten el bienestar integral de niñas, niños y adolescentes y para trabajar, corresponsablemente, en la prevención del embarazo adolescente, la prevención de la violencia de género y la violencia sexual. Las actividades integran diversos enfoques y presentan información basada en evidencia científica y actualizada, con contenidos que no reproducen patrones de violencia y discriminación. Estas metodologías son lo suficientemente flexibles para ser utilizadas en los diferentes contextos del país

www.educacion.gob.ec

Información: 1800 33 82 22
info@educacion.gob.ec