



República de Panamá  
Ministerio de Educación  
Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos

# Título provisional: Guía de Educación de la Sexualidad para Docentes de Educación Primaria (1° a 6° grado)

junio de 2016

**Portada**

**Contraportada**

**Página de datos generales**

**Mensaje de las autoridades**

**Agradecimientos**

## Índice

### Capítulo 1. Presentación | 5

- 1.1 Antecedentes y contexto | 5
- 1.2 Propósito y población beneficiaria de la Guía de Educación de la Sexualidad para la Educación Primaria | 7
- 1.3 Estructura de la Guía | 8

### Capítulo 2. La sexualidad humana y su educación | 13

- 2.1 ¿A qué llamamos sexualidad? | 11
- 2.2 Enfoque y estándares de calidad de la Educación de la Sexualidad | 12
- 2.3 Desafíos de la Educación de la Sexualidad en el contexto panameño | 15
- 2.4 Propuesta pedagógica | 18
- 2.5 ¿Cómo implementar la propuesta pedagógica y utilizar la Guía de Educación de la Sexualidad? | 23

### Capítulo 3. Ejes temáticos de la Educación de la Sexualidad | 29

- 3.1 Eje Temático No. 1. Sexualidad, Derechos y Ciudadanía | 29
- 3.2 Eje Temático No. 2. Sexualidad y Género | 36
- 3.3 Eje Temático No. 3. Relaciones Interpersonales y Comunicación | 45
- 3.4 Eje Temático No. 4. Desarrollo de la Sexualidad | 55
- 3.5 Eje Temático No 5. Salud Sexual y Reproductiva | 66

### Capítulo 4. ¿Cómo desarrollar los Talleres de Educación de la Sexualidad para cada grupo etario? | 79

- 4.1 Talleres y orientaciones para 1ro y 2do grado | 80
- 4.2 Talleres y orientaciones para 3ro y 4to grado | 140
- 4.3. Talleres y orientaciones para 5to y 6to grado | 198

### Capítulo 5. Documentos y recursos | 267

#### Anexos | 271

- Lista de Acrónimos | 271
- Hojas Informativas para Docentes | 274
- Notas | 288





# Presentación

## 1.1 Antecedentes y contexto

En la actualidad, todas las naciones y pueblos del mundo afrontan el desafío de alcanzar una educación de calidad, inclusiva y equitativa. Esta constituye uno de los objetivos de la nueva Agenda para el Desarrollo Sostenible, aprobada por la comunidad internacional con el propósito de “transformar nuestro mundo en un lugar mejor para 2030”.<sup>1</sup>

La educación es, sin lugar a dudas, una herramienta fundamental para construir sociedades más justas, donde todos los seres humanos tengan iguales oportunidades para realizar su potencial y disfrutar de condiciones dignas de vida, libres de violencia, explotación, discriminación, inseguridad, enfermedades y pobreza.

La Declaración Universal de Derechos Humanos proclama el derecho de todas las personas a la educación, cuyo objeto es “el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales”.<sup>2</sup>

Este principio fue reafirmado en la Constitución Política de la República de Panamá, donde

se establece el derecho a la educación, con el propósito de alcanzar “el desarrollo armónico e integral del educando dentro de la convivencia social, en los aspectos físico, intelectual, moral, estético y cívico.”<sup>3</sup>

Al mismo tiempo, la Ley Orgánica de Educación de Panamá instituye los fines de la educación en el país, destacando en primer lugar su contribución “al desarrollo integral del individuo con énfasis en la capacidad crítica, reflexiva y creadora, para tomar decisiones con una clara concepción filosófica y científica del mundo y de la sociedad, con elevado sentido de solidaridad humana”.<sup>4</sup>

En el marco de la formación integral de niños, niñas y adolescentes, la educación ha de atender al desarrollo de todas las esferas de la personalidad, y entre éstas de la sexualidad, que constituye una dimensión especialmente significativa en la existencia de las personas. La sexualidad asegura la continuidad de la vida, pero no sólo está ligada a la reproducción de nuestra especie, sino también a la capacidad de comunicarse y establecer relaciones y vínculos afectivos, de

## La Educación de la Sexualidad es un derecho de los niños, niñas y adolescentes de Panamá, y una responsabilidad compartida del Estado, la escuela, la familia y toda la sociedad en su conjunto.

dar y recibir amor, de experimentar y compartir bienestar y alegría, de construir proyectos hacia el futuro.

A partir de esta visión, se entiende que una educación de calidad ha de incorporar los contenidos relacionados con la Educación de la Sexualidad, cuyo abordaje sistemático en todos los niveles de enseñanza, promueve el ejercicio y la vivencia de una sexualidad responsable y saludable, sustentada en conocimientos científicos y en elevados valores universales y nacionales, como el respeto a la vida y la dignidad humana, la igualdad y la justicia, entre otros.

Durante los últimos años, se han logrado importantes avances a nivel mundial, regional y nacional en el reconocimiento y la protección de la Educación de la Sexualidad como un derecho humano fundamental, que “resulta indivisible del derecho a la educación y es clave para el efectivo disfrute de los derechos a la vida, a la salud, a la información y a la no discriminación, entre otros.”<sup>5</sup>

En Panamá, se han incorporado contenidos de Educación de la Sexualidad en los programas escolares de diferentes asignaturas de Pre-escolar Primaria, Premedia y Media, como Ciencias Naturales; Religión, Moral y Valores; Educación Física; Biología, entre otras.

Sin embargo, los hallazgos de diferentes estudios y evaluaciones demuestran la necesidad de continuar perfeccionando el diseño curricular de este eje transversal, asegurar su efectiva implementación en las escuelas y capacitar al personal docente.

El Ministerio de Educación, a través de la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos, se ha propuesto garantizar el derecho de niños, niñas y adolescentes a recibir una Educación de la Sexualidad de calidad a través del fortalecimiento de la labor del personal técnico de los Gabinetes Psicopedagógicos y el cuerpo docente, desarrollando la presente Guía. Esta se sustenta en las evidencias acerca del impacto de la Educación de la Sexualidad en el desarrollo armónico de la personalidad y en la prevención de diversas situaciones existentes en el país: el embarazo y la maternidad en la adolescencia; la incidencia de ITS y VIH/sida en la población juvenil; la violencia de género, incluyendo la violencia sexual, entre otros.

Esta iniciativa de la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos refuerza las acciones que viene desarrollando desde el pasado año 2015 la Dirección Nacional de Currículo y Tecnología Educativa, dirigidas a revisar y reajustar los contenidos de EIS para Educación Primaria, Premedia y Media

## 1.2 Propósito y población beneficiaria de la Guía de Educación de la Sexualidad para la Educación Primaria

El propósito general de esta Guía es dotar al personal técnico de los Gabinetes Psicopedagógicos y al profesorado de Educación Primaria, de herramientas conceptuales y metodológicas para su labor en el ámbito de la Educación de la Sexualidad, con la finalidad de:

1. Fortalecer los contenidos de Educación de la Sexualidad incorporados en los programas de estudios de las asignaturas del nivel primario (1ro a 6to grado), contribuyendo a promover el desarrollo responsable y saludable de la sexualidad de niños y niñas, acorde a estas edades.
2. Implementar acciones de prevención primaria en Educación de la Sexualidad, atendiendo a las características de cada grupo etario, a las necesidades educativas especiales y a las problemáticas del contexto socioeconómico, cultural, familiar y educativo en que viven los y las estudiantes, con énfasis en la prevención del embarazo en adolescentes, las ITS, el VIH/sida y la violencia de género.
3. Manejar situaciones y problemáticas relacionadas con la vulneración de los derechos de niños y niñas, en particular aquellos vinculados con la sexualidad, la igualdad de género y la salud sexual y reproductiva acorde a la etapa del desarrollo, prestándoles la orientación y el apoyo requeridos.

La población beneficiaria directa es el personal técnico de la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos del Ministerio de Educación y docentes de Educación Primaria. Los y las beneficiarios finales son los niños y las niñas que cursan niveles de 1ro a 6to grado.

La Guía puede también resultar de utilidad para el trabajo del sector salud y de las instituciones y organizaciones que desarrollan actividades de Educación Sexual, promoción de la salud sexual y reproductiva y prevención de la violencia de género, el embarazo en la adolescencia y las ITS incluido el VIH/sida, en ámbitos educativos no escolarizados.

### 1.3 Estructura de la Guía

El documento está organizado en 6 secciones:

La **Presentación** incluye los antecedentes y el contexto en que ha sido desarrollada esta herramienta educativa, como punto de partida para comprender su propósito, identificando al mismo tiempo los grupos poblacionales beneficiarios.

El Capítulo 2 **La sexualidad humana y su educación**, ofrece las bases conceptuales y metodológicas para la planeación e implementación de las intervenciones educativas. De especial importancia es la propuesta pedagógica, que está alineada con las concepciones sobre la educación asumidas por el Ministerio de Educación, y adecuada a los estándares de calidad de la Educación de la Sexualidad.

En el Capítulo 3 se presentan los **Ejes temáticos de la Educación de la Sexualidad**, los cuales integran áreas esenciales, como los derechos humanos y la construcción de ciudadanía; la igualdad de género; las relaciones interpersonales y la comunicación; el desarrollo de la sexualidad a lo largo de la vida; la salud sexual y reproductiva, incluyendo la prevención del embarazo en la adolescencia, las ITS y el VIH/sida y la violencia de género, entre otros.

El Capítulo 4 incorpora los **Talleres y Orientaciones** para implementar las acciones de Educación de la Sexualidad en cada grupo etario (1ro-2do grado, 3ro-4to grado y 5to-6to grado respectivamente).

En el Capítulo 5 se incluye un listado de **Documentos y Recursos de apoyo**, como guías, manuales, leyes y convenciones nacionales e internacionales, entre otros. Adicionalmente se ha preparado un CD que se adjunta a la Guía, incluyendo todos los documentos para asegurar que los y las docentes tengan fácil acceso.

En los **Anexos** pueden ser consultados, una Lista de Acrónimos y las Hojas Informativas para Docentes, entre otros.

BORRADOR

BORRADOR





## La sexualidad humana y su educación

### 2.1 ¿A qué llamamos sexualidad?

Toda persona es portadora de una sexualidad que se desarrolla desde el nacimiento y a lo largo de su existencia. En la sexualidad humana confluyen componentes y funciones vitales vinculadas con la pertenencia a un género, el desempeño de roles culturalmente contruidos, las potencialidades reproductivas, la comunicación interpersonal y los afectos, entre otras. Así, la sexualidad potencia la calidad de la convivencia, la intimidad y la comunicación, los vínculos afectivos y emocionales y la capacidad de ofrecer y recibir amor.

Resumiendo, podemos plantear que la sexualidad humana:

- Es una dimensión constitutiva de la personalidad.
- Se construye de forma individualizada, como resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, afectivos, éticos, religiosos y espirituales, entre otros.
- Se manifiesta y se vivencia en todo lo que los seres humanos somos, sentimos, pensamos y hacemos, ya que trasciende lo propiamente sexual o reproductivo y se constituye como parte indisoluble de la identidad de cada persona.

“La sexualidad es la dimensión de la personalidad que se construye y expresa desde el nacimiento y durante toda la vida, a través del proceso de desarrollo de la masculinidad o feminidad, de aprender a ser hombre o mujer, lo que trasciende la relación de pareja para manifestarse en todo lo que la persona “es” y “hace” en su vida personal, familiar y social.”

*González, Alicia (2001)*



## 2.2 Concepto y estándares de calidad de la Educación de la Sexualidad

Existen diferentes definiciones acerca de la Educación de la Sexualidad, que coinciden en los aspectos centrales y se complementan entre sí. Por ejemplo:

- “La educación integral de la sexualidad tendrá una amplia perspectiva basada en los derechos humanos y en el respeto a los valores de una sociedad plural y democrática en la que las familias y las comunidades se desarrollan plenamente. Esta educación incluirá aspectos éticos, biológicos, emocionales, sociales, culturales y de género... para promover entre los jóvenes la toma de decisiones responsables e informadas con relación al inicio de las relaciones sexuales”. (Declaración “Prevenir con Educación”, 2008)
- “La educación sexual integral busca contribuir, desde una perspectiva comprensiva, positiva y afirmativa de la sexualidad, al desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes y a la plena realización de sus proyectos de vida, procurando el logro de aprendizajes significativos para el ejercicio de una sexualidad saludable y responsable en el contexto de relaciones interpersonales democráticas, equitativas y respetuosas de los derechos de los demás.” (UNESCO/ Perú, 2013)

A partir de estos referentes, se entiende que la **Educación de la Sexualidad** es el proceso activo, participativo y sistemático de preparación de las personas a lo largo de la vida, para asumir y ejercer la sexualidad de forma responsable y saludable. La Educación de la Sexualidad se sustenta en un enfoque de derechos humanos, igualdad de género y respeto a la diversidad sociocultural, promoviendo la apropiación por parte de niños, niñas y adolescentes de:

- **Conocimientos precisos y relevantes** sobre las diferentes facetas de la sexualidad humana, adecuados a cada grupo etario: derechos humanos; socialización de género y prevención de la violencia basada en género; anatomía y fisiología sexual y reproductiva; fecundación, embarazo, parto y planificación familiar; salud sexual y reproductiva y prevención de embarazos no deseados, ITS y VIH/sida, entre otros.
- **Normas, valores y actitudes positivas** relacionadas con la sexualidad, el respeto de la dignidad de todas las personas y de sus derechos; la salud sexual y reproductiva; la igualdad entre los géneros, el rechazo a todas las formas de la violencia y la discriminación, etc.
- **Habilidades y competencias para la vida** que favorecen el ejercicio de los derechos y fomentan el pensamiento crítico, las relaciones interpersonales equitativas y respetuosas, la comunicación asertiva, la prevención de riesgos, la adopción de comportamientos saludables, la resolución pacífica de conflictos, la toma de decisiones y la construcción de proyectos y planes de vida, entre otras.

La Educación de la Sexualidad tiene un profundo sentido ético, al contribuir, junto con las demás esferas educativas, a la formación de una nueva ciudadanía preparada para construir un mundo mejor: personas responsables, activas y críticas, comprometidas con la igualdad, la justicia, el respeto a la vida y la dignidad humana, capaces de convivir pacífica y solidariamente y con un fuerte sentido de pertenencia a la comunidad humana global y a su comunidad nacional y local.

### Estándares de calidad

Los programas de Educación de la Sexualidad cumplen un conjunto de exigencias relativas al enfoque acerca de la sexualidad humana y a los principios pedagógicos para su educación. Tales exigencias o “estándares de calidad son básicamente los siguientes:

- (1) Marco de derechos humanos universales (derecho a la Educación de la Sexualidad, derechos sexuales y reproductivos, derecho a la igualdad, a la integridad personal, a una vida libre de violencia y discriminación, entre otros).
- (2) Enfoque de género y promoción de la igualdad y la equidad.
- (3) Respeto y sensibilidad ante la diversidad sociocultural, racial, étnica, económica, y las capacidades o discapacidades de las personas.
- (4) Información científica rigurosa sobre aspectos éticos, afectivos, biológicos, sociales, psicológicos y culturales de la sexualidad.
- (5) Promoción de un entorno educativo seguro y saludable, libre de discriminación, violencia, coerción, acoso sexual y/o intimidación.
- (6) Metodologías participativas que promueven la personalización de la información, las relaciones interpersonales, la comunicación, la toma de decisiones y el pensamiento crítico.
- (7) Enfoque de ciclo de vida, adecuando los objetivos, contenidos y metodologías a la edad y necesidades de los y las estudiantes.
- (8) Promoción del compromiso cívico y la construcción de ciudadanía democrática.
- (9) Vinculación de la Educación de la Sexualidad con servicios de SSR y otras iniciativas que favorecen la igualdad de género, la prevención y atención integral a la violencia, el acceso a la educación y al trabajo, etc.
- (10) Diseño e implementación de la Educación de la Sexualidad a través de vías formales y no formales, atendiendo a la evidencia científica sobre los programas más efectivos.

Los estándares propuestos son coherentes con las leyes nacionales panameñas. Así por ejemplo:

La *Ley Orgánica de Educación* sustenta el enfoque de la Educación de la Sexualidad desde un marco de derechos humanos y construcción de ciudadanía, al establecer, entre los fines de la educación panameña:

- “Contribuir al desarrollo integral del individuo con énfasis en la capacidad crítica, reflexiva y creadora, para tomar decisiones con una clara concepción filosófica y científica del mundo y de la sociedad, con elevado sentido de solidaridad humana.”
- “Favorecer el desarrollo de actitudes en defensa de las normas de justicia e igualdad de los individuos mediante el conocimiento y respeto de los derechos humanos”.
- “Consolidar la formación cívica para el ejercicio responsable de los derechos y deberes ciudadanos, fundamentada en el conocimiento de la historia, los problemas de la Patria y los más elevados valores nacionales y mundiales.”

La *Ley de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres* avala el enfoque de género y la promoción de la igualdad, señalando que la política pública del Estado en materia educativa comprende diversas acciones, como:

- “Actualizar los perfiles y los planes y programas de estudios, a fin de eliminar el enfoque y los contenidos sexistas y androcéntricos en los textos escolares y materiales educativos.”
- “Capacitar a los docentes en el componente de género, para que se aplique en todo el proceso de enseñanza aprendizaje en los distintos niveles del sistema educativo.”
- “Incorporar en el currículo lo relativo a los derechos de las mujeres y la niñez, según lo establecido en las convenciones internacionales.”
- “Desarrollar programas de educación sexual que, desde el nivel preescolar, orienten hacia una comprensión responsable y funcional de la sexualidad como actividad vital y normal del ser humano.”



## 2.3 Desafíos de la Educación de la Sexualidad en el contexto nacional

El marco normativo vigente en la República de Panamá<sup>6</sup> respalda, según se comentó previamente, las acciones del Ministerio de Educación y otras instituciones en el ámbito de la Educación de la Sexualidad. Además, el país es signatario de los compromisos internacionales derivados de la Convención sobre los Derechos del Niño (1989), la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo (1994), la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer (1995), la Declaración de compromiso en la lucha contra el VIH/sida (2001), el Consenso de Montevideo sobre Población y Desarrollo (2013) y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible (2015), entre otras.

No obstante, en la actualidad se presentan a nivel nacional diversas situaciones vinculadas con el ejercicio de la sexualidad, que son objeto de preocupación y atención por parte de los sectores e instituciones comprometidos con la formación integral de las nuevas generaciones, como son, entre otras, las siguientes:

### Relaciones sexuales tempranas

- Como indican los resultados de la Encuesta Nacional de Salud Sexual y Reproductiva<sup>7</sup>, la edad promedio de inicio de la vida sexual activa en Panamá es a los 15 años, aunque un número relativamente alto de adolescentes de ambos sexos lo hace antes. La iniciación precoz generalmente tiene lugar de forma no planeada, desprotegida y en muchos casos

en condiciones de violencia sexual, lo que conlleva a embarazos no deseados y abortos, a la exposición a ITS y VIH/sida y a la probabilidad de morir como consecuencia del embarazo o el parto; ésta es dos veces más alta en las adolescentes entre 15 y 19 años que en el grupo de mujeres de más de 20 años.<sup>8</sup>

### Infecciones de transmisión sexual y VIH/sida

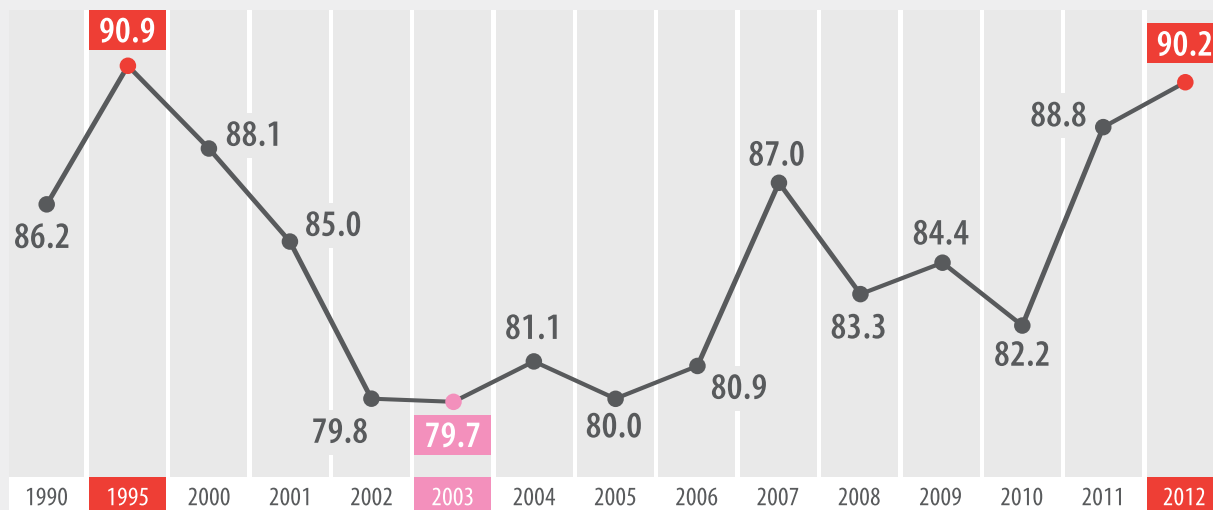
- Los casos de VIH se han incrementado entre adolescentes y jóvenes panameños y las tasas más altas a nivel nacional se producen en los grupos de 15 a 24 años (23.4%) y de 25 a 34 años (30.7%).<sup>9</sup> Según datos de la Contraloría General de la República, el sida es la tercera causa de muerte en el grupo poblacional de 15 a 24 años. No obstante, los datos de la ENASSER 2009 pusieron en evidencia que sólo el 12.4% de los hombres y el 14.9% de las mujeres del grupo de 15 a 24 años tiene conocimientos amplios y correctos sobre el VIH/sida.<sup>10</sup>

### Embarazo y maternidad en la adolescencia

- El Informe de Desarrollo Humano Panamá 2014 revela que la tasa de fecundidad de mujeres entre 15 y 19 años fue en 2012, de 90.2 por cada 1,000 mujeres, lo que representa cerca del 20% del total. De los nacimientos vivos registrados, alrededor del 1% corresponde a menores de 15 años.

## Gráfico N° 1

Tasa de fecundidad de mujeres de 15-19 años a nivel nacional.  
Años 1990, 1995 y 2000-2012<sup>11</sup>



- En 2014, el MINSA registró un total de 10,735 niñas y adolescentes entre 10 y 19 años embarazadas, 583 más que en 2013, cuando la cifra llegó a 10,152. La incidencia más alta se reporta en la provincia de Panamá, seguida de la comarca Ngäbe Buglé y Chiriquí.

infantil; relaciones sexuales remuneradas y rufianismo. Aunque el índice de criminalidad asociado a la explotación sexual disminuyó a nivel nacional en el año 2015, se reportó un aumento en las provincias de Panamá, Coclé y Los Santos.

### Violencia sexual

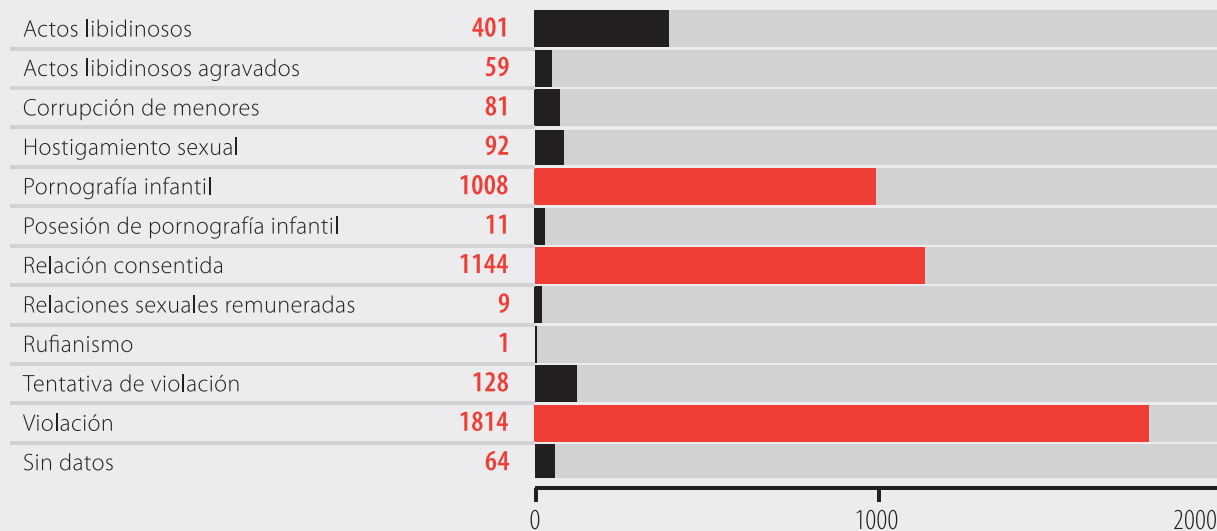
- El Ministerio Público reportó para el año 2015, un total de 4,812 casos de delitos contra la integridad y la libertad sexual, siendo los más frecuentes la violación, las relaciones sexuales consentidas con menores, la pornografía infantil y los actos libidinosos, según se constata en la siguiente gráfica:<sup>12</sup>
- Las modalidades delictivas de explotación sexual de niñas, niños y adolescentes investigadas por el Ministerio Público en Panamá en el 2015 fueron: corrupción de menores; pornografía infantil; posesión de pornografía

### Igualdad de género

- El Índice de Desigualdad de Género (IDG),<sup>13</sup> que mide las desventajas de las mujeres con respecto a los hombres en tres dimensiones (salud reproductiva, empoderamiento y mercado laboral) declinó en 2014 (0.58) con relación al año 2009 (0.56), lo que indica “que aún hay retos importantes para cerrar las brechas entre hombres y mujeres”.<sup>14</sup> En el análisis del IDG por provincia y comarca, se destacan grandes disparidades entre los territorios, según se constata a continuación.

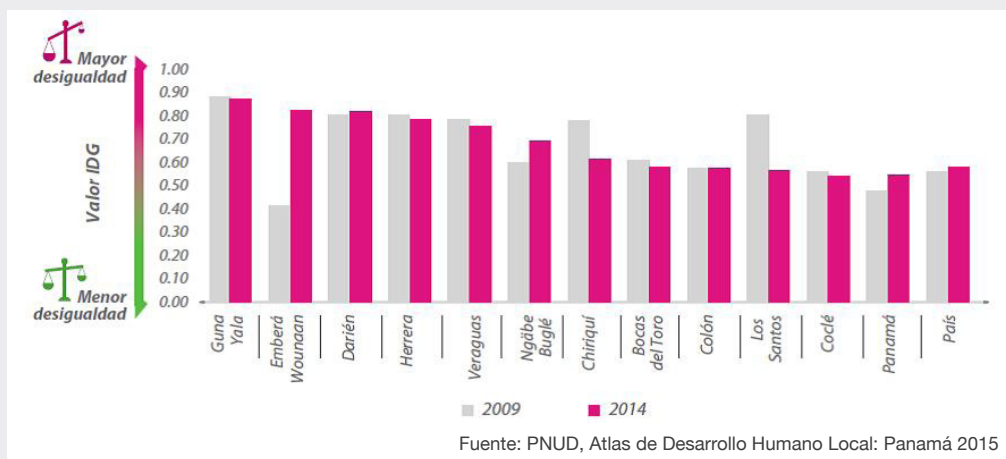
## Gráfico N° 2

### Número de casos registrados a nivel nacional según delito contra la libertad e integridad sexual (2015)



## Gráfico N° 3

### Evolución del Índice de Desigualdad de Género, 2009 y 2014



Ante situaciones como la iniciación sexual precoz, el embarazo en la adolescencia, las ITS y el VIH/sida, así como la violencia sexual y la desigualdad de género, el Ministerio de Educación de Panamá, a través de la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos está implementando, según se destacó previamente, diferentes estrategias dirigidas a fortalecer la Educación de la Sexualidad y a preparar al personal docente y de los Gabinetes Psicopedagógicos.

Uno de los puntos de partida de estas iniciativas ha sido el análisis de los resultados de la evalua-

ción final de la implementación de la Declaración Ministerial “Prevenir con Educación”, donde se identificó la necesidad de continuar fortaleciendo este ámbito, ya que el porcentaje de avance nacional con relación a las metas establecidas<sup>15</sup> fue de un 52% durante el período 2008-2015.<sup>16</sup> En esta evaluación se constató que se han incorporado contenidos de Educación de la Sexualidad en los programas de estudios, y se recomendó reforzar la capacitación de docentes en estos temas, con énfasis en las metodologías apropiadas para impartirlos en las escuelas atendiendo a las características de los grupos etarios.

## 2.4 Propuesta pedagógica

La propuesta presentada en esta Guía consiste básicamente en la implementación, por el personal técnico de los Gabinetes Psicopedagógicos y docentes del Ministerio de Educación, de un conjunto de Talleres de Educación de la Sexualidad dirigidos a estudiantes de Primaria.

### **Características de los Talleres de Educación de la Sexualidad**

- (1) Se sustentan en los enfoques acerca de la sexualidad humana y la Educación de la Sexualidad asumidos en este documento, con énfasis en el respeto de los derechos humanos, la igualdad de género y la diversidad sociocultural de la población panameña.
- (2) Incorporan los estándares de calidad de la Educación de la Sexualidad como punto de partida e hilo conductor para la planeación de las actividades y para la implementación práctica en la escuela.
- (3) Su diseño integra los componentes del proceso de enseñanza-aprendizaje, de modo que, a partir de los objetivos y contenidos generales para el nivel primario, se derivan los correspondientes a los grupos etarios (1ro-2do, 3ro-4to y 5to-6to grado), así como los objetivos, contenidos y metodologías para cada uno de los talleres;
- (4) Complementan los contenidos curriculares de Educación de la Sexualidad incorporados en las asignaturas de los programas de estudios.
- (5) Refuerzan la formación de las habilidades para la vida y para el ejercicio de una sexualidad sana y responsable acorde a cada edad, que son esenciales para promover una sexualidad responsable y saludable y para prevenir los riesgos relativos a la violencia, el embarazo temprano, las ITS y el VIH/sida, etc.
- (6) Incorporan sugerencias prácticas para manejar situaciones especiales que requieren de orientación psicopedagógica grupal o individualizada, como el maltrato infantil, el abuso sexual y otras formas de violencia sexual, la atención a necesidades educativas especiales de niños y niñas con discapacidades, entre otras.

### 2.4.1 Diseño de los Talleres de Educación de la Sexualidad

#### Objetivos:

Son los fines o resultados que se espera lograr; representan la categoría rectora del proceso y condicionan toda la actividad de docentes y estudiantes dirigida a alcanzar los cambios esperados con efectividad y calidad.

Atendiendo al propósito de esta Guía, se identifican los **siguientes objetivos generales para el nivel primario (1ro-6to grado)**:

- Promover la apropiación del enfoque de derechos humanos, como base para el ejercicio responsable de la sexualidad, en el marco de la construcción de una ciudadanía democrática.
- Favorecer la comprensión de los factores que influyen en la construcción sociocultural del género, promoviendo el derecho a la igualdad y a una vida libre de violencia.
- Propiciar la reflexión sobre los factores que ayudan a construir relaciones satisfactorias y respetuosas en la familia, el grupo de pares, la escuela y la comunidad.
- Profundizar en el conocimiento de las características biológicas, psicológicas y sociales de la sexualidad en la niñez y la pubertad.
- Promover la comprensión de los factores de riesgo y los factores protectores relacionados con la salud y la SSR acordes a cada edad.
- Facilitar el aprendizaje de habilidades para el ejercicio de una sexualidad sana y responsable: comunicación interpersonal y negociación; toma de decisiones; pensamiento crítico; confianza, autoestima y regulación del propio comportamiento, entre otras.

#### Contenidos

Son aquellos aspectos seleccionados con el propósito de alcanzar los objetivos esperados, en correspondencia con los intereses y necesidades sociales, e incluyen tres tipos fundamentales:

- **Contenidos conceptuales o cognoscitivos:** conocimientos científicos sobre las dimensiones biológicas, psicológicas, espirituales, sociales y culturales de la sexualidad humana.
- **Contenidos valorativos o axiológicos:** normas, valores, sentimientos y actitudes relativas a la sexualidad.
- **Contenidos procedimentales o prácticos:** habilidades para la vida que contribuyen al ejercicio de una sexualidad responsable y saludable.

Es importante puntualizar que los Talleres de Educación de la Sexualidad propuestos en esta Guía, se sustentan en un enfoque de habilidades para la vida, entendidas como aquellas destrezas psicosociales relacionadas con el desempeño autónomo, que permiten a las personas enfrentar de forma efectiva y positiva los desafíos y demandas de la vida cotidiana y hacerse responsable de las decisiones que afectan su vida y su salud, como son las habilidades para comunicarse de forma asertiva, cuidar del propio cuerpo y de la salud, pensar crítica y creativamente, entre otras.

A principios de los años noventa, la Organización Mundial de la Salud comenzó a difundir este enfoque, considerando las habilidades para la vida como una especie de “puente” que nos lleva, desde la orilla de lo que sabemos, sentimos y valoramos, hasta la orilla de las competencias para hacer y actuar. Así, las habilidades para la vida permiten a niños y niñas saber “qué hacer y cómo hacerlo”.



La diez principales habilidades para la vida son: conocimiento de sí mismo(a); empatía; comunicación efectiva; relaciones interpersonales; toma de decisiones; solución de problemas o conflictos; pensamiento crítico; pensamiento creativo; manejo de emociones y sentimientos; y manejo de tensiones o estrés.

**Gráfico N° 5**  
**Habilidades para la vida**



Una característica esencial de la educación en habilidades para la vida es que favorece la apropiación de nuevos conocimientos, así como la formación de elevados valores humanos. Por ejemplo: la habilidad para la comunicación asertiva promueve la honestidad, la integridad, el respeto por las demás personas, la igualdad y la convivencia social; la habilidad para la toma de decisiones fomenta la responsabilidad y la autonomía, además de los valores antes mencionados.

En el marco de la propuesta pedagógica de Educación de la Sexualidad, las habilidades generales para la vida han sido adecuadas a las problemáticas relacionadas con la formación y el ejercicio de

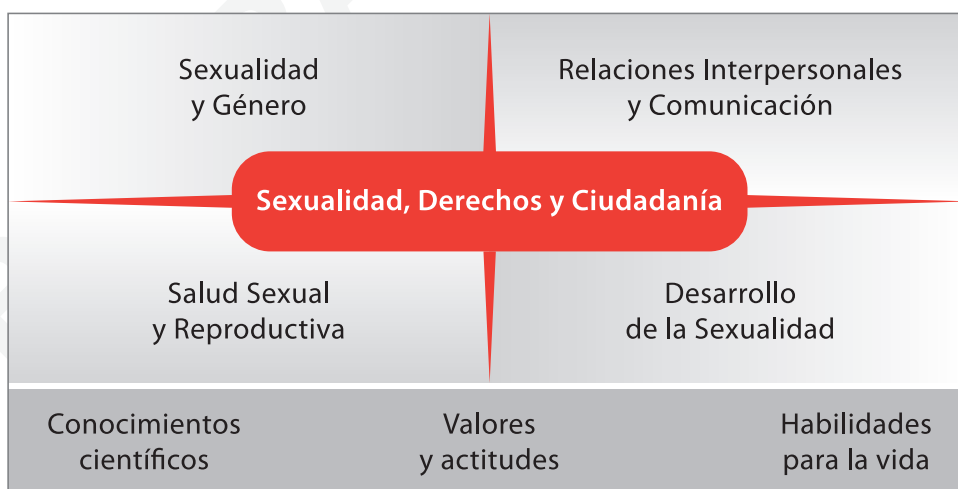
una sexualidad responsable y saludable. Así por ejemplo, en diferentes Talleres se trabaja la habilidad para tomar decisiones respecto a la postergación de las relaciones sexuales, la prevención del embarazo en edades tempranas, el cuidado de la salud y la prevención de enfermedades de transmisión sexual, entre otros aspectos.

Por otra parte, los contenidos de los Talleres de Educación de la Sexualidad se organizan en torno a cinco Ejes Temáticos: (1) Sexualidad, Derechos y Ciudadanía; (2) Sexualidad y Género; (3) Relaciones Interpersonales y Comunicación; (4) Desarrollo de la Sexualidad; y (5) Salud Sexual y Reproductiva.

Esta estructuración se realiza exclusivamente con fines didácticos, ya que en la práctica, todos los contenidos se relacionan estrechamente, dada la naturaleza de la sexualidad humana, que integra aspectos biológicos, psicológicos, afectivos y valorativos, relacionales y socioculturales, entre otros. Al mismo tiempo, el su punto de partida para el abordaje de todos los contenidos es el Eje de Sexualidad, Derechos y Ciudadanía; éste representa el hilo conductor que articula el enfoque y la mirada a los temas de género, relaciones y comunicación, desarrollo de la sexualidad y salud sexual y reproductiva.

### Gráfico N° 6

#### Ejes Temáticos y tipos de contenidos de la Guía de Educación de la Sexualidad



### Métodos

Constituyen la secuencia lógica de actividades a desarrollar por docentes y estudiantes, dirigida a la transmisión y apropiación de los contenidos y al logro de los objetivos. El método representa el componente dinámico del proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que juega un papel central en la calidad de la educación y en los resultados del aprendizaje.

Al examinar los métodos propuestos para desarrollar los Talleres de Educación de la Sexualidad, es necesario partir de que el ser humano es un sujeto activo, que aprende al interactuar con la realidad y con otras personas en un determinado contexto sociocultural. De este modo, los contenidos que los niños y las niñas aprenden no son una copia exacta de la realidad externa, sino una construcción individual y personalizada, que se

realiza a partir de sus propias estructuras mentales, saberes, vivencias y experiencias de vida. Por tanto, las metodologías deben propiciar un aprendizaje activo y significativo, que se caracteriza por:

- La apropiación crítica, reflexiva y creadora de los contenidos educativos;
- La toma de conciencia y el control de los propios procesos de aprendizaje;
- La significatividad del aprendizaje, que implica construir el conocimiento de forma muy personalizada, estableciendo relaciones entre los nuevos contenidos y:
  - los saberes previos que traen los niños y las niñas (significatividad conceptual)
  - sus propias experiencias de vida (significatividad experiencial)
  - su mundo afectivo-motivacional (significatividad afectiva)

Las actividades propuestas en esta Guía incorporan una amplia variedad de métodos y técnicas adaptadas en función de la edad y de los contenidos a desarrollar. Muchas de estas metodologías pueden contribuir, al mismo tiempo, al logro de diferentes objetivos en cuanto a la apropiación de conocimientos, valores y habilidades para la vida:<sup>17</sup>

- **Técnicas de presentación y animación:** que contribuyen a crear un ambiente grupal positivo, participativo y solidario, y a “romper el hielo”, para asegurar que los niños y las niñas se sientan cómodos y relajados, a través de juegos, canciones y ejercicios físicos.
- **Métodos para desarrollar el pensamiento crítico:** como lluvia de ideas, ejercicios de cierto o falso, debates y discusiones, análisis de los mensajes, estereotipos y prejuicios en los medios de comunicación, etc.
- **Debates grupales y espacios de diálogo:** que contribuyen al pensamiento crítico y reflexivo y son esenciales para construir relaciones interpersonales democráticas y respetuosas de los derechos humanos, fortalecer los estilos de comunicación directos y asertivos, el uso adecuado del vocabulario para hacer referencia a las funciones y órganos sexuales y reproductivos, entre otros.
- **Técnicas para la clarificación y formación de valores:** como debates y reflexiones, dinámicas de clarificación de valores, juegos de roles, simulaciones y dramatizaciones, estudios de casos e historias de vida, etc.
- **Técnicas para la toma de decisiones, solución de problemas y construcción de proyectos de vida:** por ejemplo: juegos de roles, simulaciones y dramatizaciones, que favorecen la ejercitación de estas habilidades.
- **Actividades de expresión creativa,** que estimulan la motivación, las nuevas ideas, el pensamiento creativo y también el análisis de los derechos humanos y los valores relacionados con la sexualidad, por ejemplo, la valoración crítica de los estereotipos acerca de la belleza corporal o los roles tradicionales asignados a mujeres y hombres, entre otros.

### Evaluación de los aprendizajes

La evaluación es definida en los programas de estudios vigentes para la Educación Básica General del país como el “proceso sistemático y continuo, mediante el cual se determina el grado en que se están logrando los objetivos de aprendizaje”.

En el caso de las actividades de Educación de la Sexualidad presentadas en esta Guía, no se contempla que tengan una evaluación final sumativa,

pero es importante que los y las docentes cuenten con la retroalimentación necesaria acerca de los avances del proceso. Esta información puede obtenerse a partir de las actividades desarrolladas, por ejemplo, las respuestas de niños y niñas a las preguntas, los dibujos y representaciones que elaboran individualmente o en equipo, su participación en las dramatizaciones y juegos de roles, la observación de sus actitudes e inquietudes con relación a los temas tratados, entre otras.

## 2.5 ¿Cómo implementar la propuesta pedagógica de Educación de la Sexualidad?

Para cada uno de los Talleres, se ha preparado una ficha que incluye los siguientes aspectos con las respectivas orientaciones metodológicas:

- |                              |                              |
|------------------------------|------------------------------|
| (1) Eje Temático             | (7) Preparación              |
| (2) Contenidos               | (8) Secuencia de actividades |
| (3) Objetivos didácticos     | (9) Presentación             |
| (4) Objetivos de aprendizaje | (10) Desarrollo              |
| (5) Duración                 | (11) Cierre y evaluación     |
| (6) Materiales               | (12) Recursos                |

Apartir de estas herramientas, se espera que el personal de los Gabinetes Psicopedagógicos y el profesorado, coordinen e implementen las actividades, considerando las recomendaciones generales que se presentan a continuación:<sup>18</sup>

### (1) Clarifique sus concepciones y enfoques

- La comprensión acerca de la sexualidad humana y el enfoque de la Educación de la Sexualidad, son el punto de partida esencial para las intervenciones educativas.
- Los contenidos presentados en el Capítulo 3 (Ejes Temáticos) le ayudarán a profundizar sus conocimientos sobre los aspectos a tratar en los Talleres. Estos aspectos conceptuales han sido preparados para el manejo de los y las docentes, ya que esta no es una Guía dirigida a estudiantes.
- Reflexionar sobre las concepciones y enfoques de la Educación de la Sexualidad es importante para asegurar la calidad de los Talleres, pero en igual medida, se espera que cada docente pueda también examinar sus actitudes, vivencias y experiencias como persona total que expresa su sexualidad en todos los ámbitos de la vida: la propia familia, la pareja, la escuela y el entorno comunitario y social.

### (2) Motive e involucre a la comunidad educativa

- El trabajo en equipo con otros maestros y maestras y con el personal técnico de los Gabinetes Psicopedagógicos, asegura la unidad de acción educativa, contribuye a racionalizar los recursos y tiempos disponibles y se nutre de la inteligencia colectiva, de las miradas diversas y la riqueza de los saberes y experiencias que aportan los y las participantes.
- Convocar a la comunidad educativa a participar, es una estrategia poderosa para neutralizar la resistencia a incorporar la Educación de la Sexualidad en las escuelas: se ha comprobado que al participar en un emprendimiento común, las personas se empoderan, se revalorizan a sí mismas y se apropian de conocimientos y experiencias, lo que influye favorablemente en el cambio de sus concepciones, actitudes y prácticas.

### **(3) Planifique con mirada estratégica e integral**

- Las evidencias sobre los programas más efectivos de Educación de la Sexualidad demuestran que las acciones aisladas y de corta duración, tienen un débil impacto en los resultados del aprendizaje, especialmente en lo que concierne a la formación de habilidades para la vida sexual y reproductiva y el cambio de actitudes, estilos de vida y comportamientos.
- Por tanto, apoyándose en las fichas de los Talleres propuestos para cada uno de los grupos etarios, elabore un cronograma para su implementación, coordine los tiempos y espacios necesarios, así como los materiales requeridos, y asegure que los niños y las niñas reciban todas las actividades planeadas.

### **(4) Explore las necesidades e inquietudes de niños y niñas**

- La adecuación de las actividades atendiendo a los conocimientos, ideas, representaciones y actitudes de los y las estudiantes sobre la sexualidad, así como a sus experiencias e intereses y a las problemáticas que pueden estar viviendo en el contexto familiar, escolar o grupal, es una de las claves para promover aprendizajes significativos, duraderos y con impacto real en la vida práctica.
- La observación de los niños y las niñas en los espacios escolares, así como la conversación con éstos, con otros maestros y maestras y con las familias, son fuentes importantes de información para conocer la situación actual; también es factible utilizar otros métodos sencillos de exploración psicopedagógica, como dibujos, grupos focales y cuestionarios adecuados a la edad, etc.

### **(5) Promueva un entorno educativo favorable**

- El entorno en que se desarrolla la Educación de la Sexualidad es tan importante como los

contenidos y las metodologías, y tiene repercusiones en el propio proceso y en la calidad de los aprendizajes.

- Un clima de aprendizaje que fomente el respeto de los derechos humanos, la igualdad de género y la diversidad sociocultural, el diálogo y las relaciones interpersonales positivas, es condición básica para que los niños y las niñas se apropien de los conocimientos, actitudes, valores y habilidades para ejercer su sexualidad de forma sana y responsable, y para que lo hagan en un ambiente amigable y protector.

### **(6) Facilite la interactividad, las relaciones y la comunicación asertiva**

- El aprendizaje de las habilidades para las relaciones interpersonales y la comunicación, no sigue exactamente el mismo camino que la apropiación de los conocimientos. Las personas aprendemos a relacionarnos y a comunicarnos de forma respetuosa y efectiva a través de nuestras situaciones cotidianas, ya sea en el aula, la escuela, el grupo, la familia o la comunidad.
- El ejemplo, el apoyo y la práctica a través de simulaciones, dramatizaciones, juegos de roles, debates y discusiones grupales, entre otros recursos que han sido incorporados en los Talleres, son necesarios para que los niños y las niñas identifiquen con claridad y puedan ejercitar las formas de relación y comunicación verbal y no verbal respetuosas de los derechos humanos, así como para prevenir la violencia y la manipulación.
- En igual medida, el estilo de comunicación de cada docente, y el tipo de interactividad que establece en el grupo, influyen particularmente en este ámbito. Es importante promover el respeto del derecho a la libertad de expresión de los niños y las niñas por igual,



escuchar activamente, no juzgar ni agredir, evitar los mensajes no verbales que entran en conflicto con lo que se está diciendo y reconocer que existen opiniones divergentes que merecen respeto aunque no se compartan.

### **(7) Fomente el pensamiento crítico**

- Comprender, interpretar y valorar la información, razonar sobre sí mismo y sobre el mundo circundante, juzgar la validez de las propias conclusiones, reconocer contradicciones, comparar, contrastar y defender ideas y argumentos, son algunas de características del pensamiento crítico-reflexivo.
- Estas habilidades son indispensables para la formación de personas autónomas e independientes, capaces de tomar decisiones, solucionar conflictos, planear y proyectar la propia vida y regular su sexualidad de forma sana y responsable.
- Ofrezca a niños y niñas oportunidades para desarrollar su pensamiento crítico a través de actividades que propicien la reflexión individual y colectiva sobre los derechos humanos, las conductas que benefician la salud, los factores de riesgo y protectores de la sexualidad, la valoración crítica de las normas y estereotipos que avalan la violencia, la discriminación y las desigualdades, entre otros aspectos relevantes.

**“La función de la educación es enseñar a pensar intensamente y a pensar críticamente. Inteligencia más carácter: ese es el objetivo de la verdadera educación.”**

*Martin Luther King Jr.*

### **(8) Cultive de forma especial los valores y sentimientos**

- Atendiendo al profundo sentido ético de la Educación de la Sexualidad, la formación de valores y sentimientos sustentados en los derechos y libertades fundamentales, así como en aquellos que son propios de la nación panameña y de los diversos pueblos, razas, etnias y grupos que la integran, resulta de especial importancia en el marco del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- La capacidad de conmoverse ante la injusticia, ante la violencia y las desigualdades, el amor por la familia y las personas del entorno más cercano, pero también por la comunidad humana, trascienden el ámbito de lo privado y tributan a la formación de una ciudadanía democrática, crítica y comprometida con un mundo mejor.

### **(9) Estimule a niños y niñas a aplicar lo aprendido**

- El divorcio entre la educación y la vida, entre lo que se aprende en la escuela y el comportamiento cotidiano de las personas, ha sido una de las deficiencias más notables de la educación tradicional.
- Si el propósito de la Educación de la Sexualidad trasciende la apropiación de conocimientos y se dirige a la formación de personas capaces de vivir su sexualidad de forma responsable y saludable, un reto primordial es motivar y enseñar al estudiantado cómo aplicar lo aprendido en su vida familiar, grupal y comunitaria.
- Contribuir a que los conocimientos, actitudes, valores y habilidades para la vida sexual y reproductiva se apliquen en todos los ámbitos de la vida, como la familia, la escuela, el trabajo voluntario en las comunidades, los grupos de amigos y amigas, entre otros, es fundamental para formar ciudadanos y ciudadanas activos.

#### **(10) Manténgase alerta y actúe oportunamente**

- Diversas situaciones y conflictos afectan la convivencia escolar y vulneran los derechos de la infancia. Es importante estar alerta frente a estos problemas para identificar si los niños y las niñas están viviendo situaciones de conflictos, acoso escolar o acoso en las redes sociales, discriminación, maltrato, violencia intrafamiliar o escolar, abuso y violencia sexual, intentos de trata de personas con fines de explotación sexual y pornografía, entre otras.
- Ante circunstancias de este tipo, se requiere actuar de inmediato, coordinando la intervención pertinente con las autoridades de la dirección del plantel educativo y la participación de la familia, según corresponda.
- En esta Guía se incluyen algunas orientaciones para manejar situaciones complejas, pero en muchos casos es necesario remitir a niños y niñas a profesionales y entidades especializados. Al efecto, es de gran utilidad contar en cada escuela con un inventario de las instituciones y servicios sociales, legales y de salud existentes en la comunidad para atender estos casos, denunciar eventuales delitos y proporcionar atención a las víctimas.

#### **(11) Cultive la creatividad pedagógica**

- La Guía es una herramienta de trabajo; los talleres propuestos abarcan algunas temáticas e inquietudes propias de la sexualidad en la etapa infantil, pero no ofrecen respuestas acabadas para todas las situaciones, lo que representa un importante desafío a la creatividad del profesorado y del personal de los Gabinetes Psicopedagógicos
- En escenarios tan diversos como instituciones educativas urbanas y rurales, incluyendo las comarcas indígenas, aulas multigrado,

escuelas enclavadas en localidades de alto riesgo debido a la pobreza y la violencia, salones de clase donde asisten niños y niñas de diferentes etnias, nacionalidades o religiones, con capacidades o discapacidades diversas, entre muchos otros, la clave para asegurar una Educación de la Sexualidad de calidad, está en el compromiso y la flexibilidad del profesorado para buscar alternativas creativas.

- Para fortalecer de forma permanente sus competencias profesionales en este ámbito, Ud. puede, además de apoyarse en los contenidos de la Guía y consultar los documentos y recursos recomendados, reflexionar y discutir con sus colegas sobre estos temas y las alternativas pedagógicas para la implementación, recordando sobre todo, que en esta tarea, todos y todas somos aprendices.

**“Las experiencias no pueden ser trasplantadas, sino reinventadas.”**

*Paulo Freire*

BORRADOR

BORRADOR





## Ejes Temáticos de la Educación de la Sexualidad

### 3.1 Eje Temático No. 1: Sexualidad, Derechos y Ciudadanía

El **enfoque de derechos humanos** es la piedra angular de los programas de Educación de la Sexualidad, y se sustenta en:

- El respeto del valor y la dignidad de todos los seres humanos por igual, entendidos como sujetos plenos de derechos.
- El reconocimiento de que los derechos humanos, incluyendo los derechos sexuales y reproductivos acordes a cada edad, y el derecho a la Educación de la Sexualidad, son universales, inalienables, interdependientes, indivisibles, iguales para todos y todas y no discriminatorios.
- El propósito y la esperanza de contribuir a la formación personalidades activas y autónomas, preparadas para ejercer y demandar sus derechos y para disfrutar de una sexualidad sana y responsable.

El Eje Temático de Sexualidad, Derechos y Ciudadanía, cuyos aspectos centrales se presentan a continuación, es el punto de partida y el hilo conductor para el desarrollo de las actividades dirigidas a niños y niñas de 1ro a 6to grado.

#### 3.1.1 Objetivos y contenidos para la Educación Primaria

##### Objetivos

1. Promover la apropiación del enfoque de derechos humanos, como base para el ejercicio responsable y saludable de la sexualidad, en el marco de la construcción de una ciudadanía democrática.
2. Facilitar el aprendizaje de habilidades para:
  - Valorar la conducta propia y ajena en base a los derechos, según cada etapa.
  - Construir un proyecto de vida sustentado en elevados valores humanos.

##### Contenidos

Atendiendo a los objetivos generales, se propone un sistema de contenidos (conocimientos, valores y habilidades), que serán abordados de forma gradual en los Talleres, en correspondencia con las características de cada etapa:

**Cuadro No. 1****Contenidos del Eje de Sexualidad, Derechos y Ciudadanía por grupos etarios, nivel primario**

1ro-2do grado	3ro-4to grado	5to-6to grado
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensión de los derechos humanos</li> <li>• Derechos y responsabilidades de niños y niñas acordes a la edad.</li> <li>• Valoración de la conducta propia y ajena en base a los derechos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensión y valoración de los derechos humanos y sus principios</li> <li>• Derechos y responsabilidades de niños y niñas acordes a la edad.</li> <li>• Valoración de la conducta propia y ajena en base a los derechos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensión y valoración de los derechos humanos y sus principios</li> <li>• Derechos y responsabilidades de niños y niñas. <b>Derechos sexuales y reproductivos acordes a la edad.</b></li> <li>• Valoración crítica de la conducta propia y ajena en base a los derechos</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construcción de un proyecto de vida sustentado en elevados valores humanos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construcción de un proyecto de vida sustentado en elevados valores humanos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construcción de un proyecto de vida sustentado en elevados valores humanos</li> </ul>

**3.1.2. Visión general y conceptos básicos****¿Qué son los derechos humanos?**

Los **derechos humanos** (DDHH) son aquellas libertades, facultades, privilegios, garantías o prestaciones que se fundamentan en el reconocimiento y el respeto de la dignidad y el valor intrínseco de todas las personas, y que son reconocidos como legítimos por la comunidad internacional y por las leyes nacionales.

La Declaración Universal de Derechos Humanos (DUDH)<sup>19</sup> constituye un documento trascendente en la historia de la humanidad, que sigue ejerciendo una influencia significativa en la vida de las personas alrededor de todo el mundo, al proclamar que “**Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos**”, y enunciar por primera vez los derechos fundamentales: a la vida; a vivir en libertad y en condiciones de seguridad; a la igualdad y no discriminación; a

expresar sus opiniones y profesar libremente su religión y sus ideas o convicciones políticas; a no ser sometidos a tratos crueles, inhumanos o degradantes; al trabajo y la participación en la vida social y económica; a formar una familia; a tener una buena educación y un nivel de vida adecuado que asegure la salud y bienestar, entre otros.<sup>20</sup>

El enfoque de derechos es un marco de referencia imprescindible para el desarrollo humano en todos los ámbitos de la vida económica, política, científica, cultural y espiritual de la sociedad y de las personas. Implica promover, proteger, respetar y cumplir los derechos en cada una de las dimensiones del desarrollo, incluyendo la sexualidad, que es parte indivisible de la existencia y la personalidad del ser humano.



### Principios de los derechos humanos

- **Universales e inalienables:** son universales, porque su titularidad se extiende a todos los individuos de la especie humana, **desde el momento mismo de su nacimiento;** son inalienables, porque no deben suprimirse, nadie puede ser privado de sus derechos, salvo en determinadas situaciones y según las debidas garantías procesales. Por ejemplo, todos los seres humanos, de cualquier parte del mundo, edad, **género** o condición social, tienen derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad,<sup>21</sup> y este derecho no puede ser suprimido, como sucede en casos el tráfico de personas, en particular de niños, niñas y mujeres, que son privadas de su libertad y llevadas a otros países para ser sometidas a esclavitud sexual.
- **Interdependientes e indivisibles:** todos los derechos se interrelacionan de manera tal, que el avance de uno facilita el avance de los demás, y la vulneración de uno afecta a los restantes. Al mismo tiempo, son indivisibles, ninguno puede considerarse menos importante que otro. Por ejemplo, la Educación de la Sexualidad es un factor protector clave para prevenir la desigualdad, la violencia, las conductas de riesgo que conducen al embarazo y la maternidad en la adolescencia, las ITS y el VIH/sida, entre otras problemáticas. Por tanto, la privación del derecho de niños, niñas y adolescentes a la Educación de la Sexualidad, tiene repercusiones desfavorables en el ejercicio del derecho a la vida, la educación, la salud, la integridad, la igualdad, entre otros.
- **Iguales y no discriminatorios:** son inherentes a todos los seres humanos por igual, sin discriminación alguna por motivo de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, nivel socioeconómico, o cualquier otra condición. Por ejemplo, en países como Panamá, que se caracterizan por su diversidad sociocultu-

ral, las leyes aseguran que todas las personas, incluyendo los pueblos indígenas y afrodescendientes, tengan los mismos derechos y oportunidades de una vida digna, sin sufrir discriminación por su origen étnico o racial.

### ¿Cuáles son los derechos de los niños y las niñas?

En la etapa infantil, los niños y las niñas son titulares de los derechos fundamentales que tienen todos los seres humanos, en particular aquellos contenidos en la Declaración Universal de Derechos Humanos, y tienen al mismo tiempo derechos especiales acordes a su edad, según lo establecido en la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN).

Esta Convención, adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1989, es el instrumento más importante para la protección de niños, niñas y adolescentes hasta los 18 años, y ha sido firmada por la casi totalidad de los países del mundo, incluyendo la República de Panamá.<sup>22</sup> Su trascendencia radica en que por primera vez en la historia:

- Se reconoce a los niños y las niñas como sujetos plenos de derechos, lo que significa que gozan de los mismos derechos y garantías universales que las personas adultas y son merecedores de respeto, dignidad y libertad, pero tienen además, derechos específicos atendiendo a su condición peculiar de personas en desarrollo.
- Se establecen obligaciones específicas del Estado, las familias y la sociedad en general, en cuanto el respeto, la protección y el cumplimiento de los derechos de los niños y las niñas en diversos ámbitos, por ejemplo:
  - Vida y desarrollo
  - No discriminación
  - Nombre, nacionalidad e identidad
  - Familia y afecto
  - Protección de la intimidad



- Protección contra abusos, trato negligente, explotación laboral, explotación sexual, tráfico humano
- Libertad de expresión, pensamiento, religión, asociación
- Información y educación
- Disfrute del más alto nivel posible de salud
- Seguridad social
- Nivel de vida adecuado
- Esparcimiento, recreación y cultura<sup>23</sup>

Por otra parte, la comunidad internacional ha consensuado un cuerpo de derechos relacionados con la sexualidad y la procreación: los derechos sexuales y reproductivos, como son por ejemplo, acceder a servicios de salud sexual y reproductiva; recibir información y educación sobre la sexualidad; respeto de la integridad corporal; planificación responsable de la familia, entre otros.

Los derechos sexuales y reproductivos incluyen a las personas menores de 18 años, en el entendido de que son ciudadanos y ciudadanas con una autonomía creciente. Sin embargo, en determinados momentos de la niñez, ciertos derechos tendrán mayor o menor relevancia, atendiendo a la capacidad evolutiva alcanzada. Así, el derecho a la integridad corporal es aplicable a las niñas y

los niños, tanto como a las personas adultas, y debe ser abordado desde la infancia más temprana, con el propósito de desarrollar la habilidad para protegerse ante situaciones donde se violan los derechos del cuerpo, como sucede en los casos de abuso sexual infantil.

El ejercicio de otros derechos sexuales y reproductivos es propio de etapas posteriores del desarrollo. Por ejemplo, el derecho al matrimonio consensuado a la toma de decisiones informadas acerca del número de hijos, el espaciamiento de los nacimientos y el intervalo entre éstos, etc. Sin embargo, la existencia de estos derechos debe ser conocida por niños y niñas, en particular en los últimos grados de Primaria, como parte de su preparación para la vida adulta.

Por otra parte, es importante considerar que los niños y las niñas con discapacidad tienen los mismos derechos humanos, incluyendo los derechos establecidos en la Convención sobre los Derechos del Niño, y los derechos sexuales y reproductivos acordes a la edad. Es fundamental tratarles con la dignidad que merecen, y asegurar que tengan las condiciones necesarias que permitan su participación y su realización como seres humanos

### Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad: principios generales<sup>24</sup>

- a) El respeto de la dignidad inherente, la autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas;
- b) La no discriminación;
- c) La participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad;
- d) El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas;
- e) La igualdad de oportunidades;
- f) La accesibilidad;
- g) La igualdad entre el hombre y la mujer;
- h) El respeto a la evolución de las facultades de los niños y las niñas con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad.

### Derechos humanos y proyecto de vida

Plantearse metas, expectativas y sueños hacia el futuro, y trabajar para alcanzarlas, son condiciones esenciales para lograr la autonomía de la personalidad y ejercer la sexualidad de forma responsable. Al mismo tiempo, tener y llevar a la práctica un proyecto de vida, es un factor protector ante los riesgos del embarazo adolescente, la violencia, el abandono escolar, entre otros aspectos. Aunque es en la adolescencia y la edad juvenil cuando se consolidan los proyectos de vida, es importante comenzar a sentar las bases desde la infancia.

Los proyectos de vida se van forjando de forma muy individualizada, a partir de procesos reflexivos acerca de las aspiraciones futuras y las condiciones requeridas para conseguirlas. La orientación psicosociopedagógica es particularmente significativa al respecto, considerando tres dimensiones que pueden ser fortalecidas desde la escuela a través del trabajo de todas las áreas, incluyendo la Educación de la Sexualidad:

- **¿Quién soy y cómo soy?:** conocimiento de sí mismo y la adecuada autovaloración, tanto en los aspectos corporales, como en lo relativo a las cualidades de la personalidad, las fortalezas y debilidades, las virtudes y defectos.
- **¿Hacia dónde voy?:** sentido y contenido de las metas existenciales. Por ejemplo, en el caso de las metas tocantes a la pareja, la constitución de la familia y la maternidad o paternidad, es recomendable discutir con los niños y las niñas qué tipo de relación quisieran tener cuando sean grandes: basada en el amor, el respeto mutuo, la igualdad entre el hombre y la mujer y la participación de ambos en la crianza y educación de sus hijos e hijas, o por el contrario, una relación que reproduzca la familia patriarcal típica, donde el hombre es el proveedor y jefe absoluto, y la mujer cuida del hogar y la progenie.

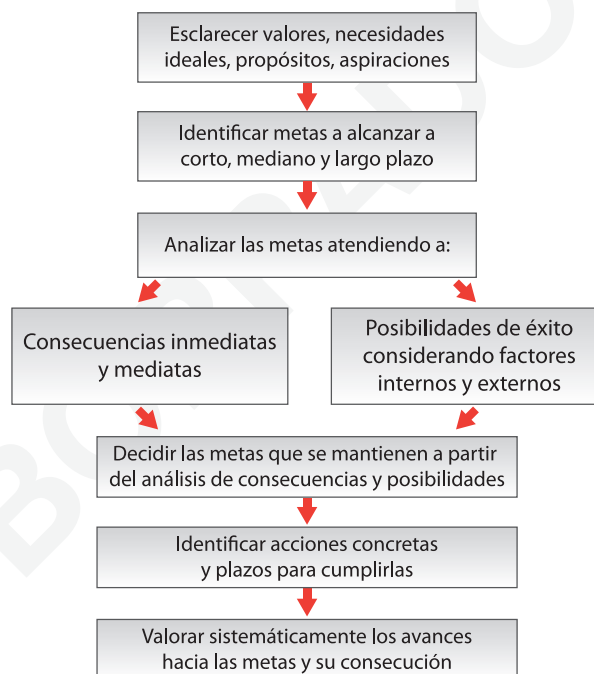
En igual medida, el análisis de las aspiraciones profesionales es muy importante, con vistas a infundir la motivación por continuar sus estudios y tener una formación técnica o profesional sin distinciones de género, enfatizando de forma especial que tanto los hombres como las mujeres pueden acceder a cualquier profesión que garantice una vida digna y enriquecedora.

- **¿Cómo puedo llegar?:** herramientas necesarias para construir y llevar a cabo el proyecto de vida, que incluyen las habilidades de toma de decisiones, la negociación y manejo de conflictos, el pensamiento crítico, las relaciones interpersonales, la comunicación asertiva, entre otras.

El siguiente modelo para la elaboración del proyecto de vida puede ser adaptado atendiendo al nivel de comprensión de los niños y las niñas, sus intereses y el vocabulario apropiado a estas edades:<sup>25</sup>

### Gráfico N° 6

#### Elaboración del Proyecto de Vida



Finalmente, es necesario destacar que en la construcción gradual del proyecto de vida, cristalizan todos los contenidos desarrollados en el Eje Temático de Sexualidad, Derechos y Ciudadanía, en estrecha relación con los aspectos a tratar en los restantes ejes.

### ¿Cómo contribuir a la educación en derechos humanos a través de los Talleres de Educación de la Sexualidad?

1. La noción de los derechos humanos se introduce progresivamente, utilizando términos adecuados a la edad de los niños y las niñas y a sus posibilidades de comprensión. Se ha comprobado que incluso los más pequeños son capaces de entender estos conceptos, especialmente los comprendidos en la Convención sobre los Derechos del Niño, por ejemplo, que todos los niños y las niñas son importantes y deben ser tratados por igual, que ninguno debe ser maltratado, que tienen derecho a una familia, a ir a la escuela, a recibir atención médica, entre otros.
2. Para abordar los derechos de la infancia, se recomienda partir de los siguientes mensajes clave apropiados a la etapa infantil.
  - Los derechos humanos son normas acerca de cómo deben tratarse las personas en la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad.
  - Estas normas protegen a los niños y las niñas, y aseguran que tengamos todo lo que necesitamos para vivir y crecer sanos, saludables y felices, y para ser ciudadanos y ciudadanas de bien.
  - Un derecho es algo que podemos hacer, tener o decidir; algo que nos protege; algo que todo el mundo debería tener.
  - Todos los niños y las niñas del mundo tenemos los mismos derechos. Todos los derechos son igual de importantes, y dependen unos de otros.

- Los derechos vienen con deberes y responsabilidades. Para pedir que se respeten nuestros derechos, tenemos que respetar los derechos de las demás personas.

3. Con relación a los derechos establecidos en la Convención, pueden ser explicados de la siguiente forma o utilizando un lenguaje similar, que los y las docentes pueden adecuar según corresponda:<sup>26</sup>

Igualdad	Todos los niños y niñas somos igual de importantes. No nos deben tratar de forma diferente por nuestra apariencia, color de piel, género, idioma, opiniones, discapacidad, situación económica, etc.
Integración	Si tenemos una discapacidad, debemos recibir apoyo y ayudas especiales para poder movernos, tener educación, salud. Todas estas cosas necesarias para formar parte de la sociedad.
Identidad	Todos los niños y niñas tenemos derecho a tener un nombre y una nacionalidad para empezar a ser nosotros mismos.
Protección	Ningún niño o niña debe ser maltratado, explotado o abandonado. Tampoco debe ser forzado a realizar un trabajo que le haga daño, ni sufrir abusos sexuales. Todos los niños y las niñas tenemos el derecho a ser ayudados y protegidos contra estas situaciones.
Salud	Tenemos derecho a tener buena salud física y mental y a poder recibir tratamientos y cuidados médicos.

Condiciones de vida dignas	Todos los niños y niñas tenemos derecho a vivir y crecer en condiciones dignas (casa, ropa, alimentación, etc.).
Familia y afecto	La familia es muy importante para nuestro desarrollo, bienestar y felicidad. Los principales responsables de nuestro cuidado son nuestras familias o tutores y tutoras.
Educación	Todos los niños y niñas tenemos el derecho de ir a la escuela, aprender cosas importantes y desarrollar nuestra personalidad, capacidades y habilidades.
Juego y tiempo libre	Tenemos derecho a jugar, a descansar y a participar en la vida cultural.
Participación	Tenemos derecho a dar nuestra opinión y a ser escuchados cuando es para un asunto que nos afecta. Además, tenemos derecho a recibir información y crear grupos o asociaciones.

4. En la medida en que se aborda el conocimiento de los derechos, es importante promover, a través de juegos, dramatizaciones, cuentos, estudios de casos y otras metodologías activas y significativas, el desarrollo de habilidades para valorar la conducta propia y ajena en base a los derechos, así como para respetar a las demás personas, y protegerse ante situaciones de vulneración de derechos, como la discriminación, el maltrato infantil y la violencia sexual, etc.
5. Con relación a los deberes y responsabilidades, es importante examinarlos a partir del contenido de cada uno de los derechos. Por ejemplo: al abordar el derecho a la igualdad, se requiere reforzar la idea de que los niños

y las niñas deben tratar a todas las personas por igual, con respeto, y sin discriminarlas por cualquier motivo; en lo relativo al derecho a la salud, el énfasis se hará en la responsabilidad de cuidar del propio cuerpo, tener hábitos saludables y prevenir riesgos y enfermedades, etc.

6. Otra de las habilidades que se requiere trabajar desde la infancia, según se examinó previamente, es la construcción de un proyecto de vida basado en elevados valores universales y nacionales, como el respeto a la dignidad humana, la igualdad, la justicia, la convivencia pacífica y la solidaridad, entre otros. Si bien los planes y proyectos de vida adquieren una dimensión más concreta y realista en la adolescencia, trabajarlos con estudiantes del nivel primario contribuye a fortalecer la autoestima y la autoconfianza, la interiorización de valores humanistas, la visión de una vida futura más allá de las necesidades inmediatas, así como las potencialidades para tomar decisiones y regular el propio comportamiento.
7. El ambiente democrático del aula y de la institución son asimismo, condiciones decisivas para el ejercicio de la sexualidad y de la ciudadanía. No basta con enseñar los derechos, hay que practicarlos, y al mismo tiempo los y las docentes deben ser el ejemplo, aplicarlos en su trato a niños y niñas.
8. Desde el punto de vista pedagógico, las actividades variadas ofrecen la oportunidad de examinar los elementos básicos que conforman los derechos humanos, como la vida, la justicia, la libertad, la igualdad, etc., y de que niños y niñas se formen sus propias ideas, sentimientos y actitudes sobre una amplia gama de temas de la vida real. En esta línea, es importante promover aprendizajes significativos, vinculados con la vida y con las experiencias del alumnado, asegurando que los ejemplos sean pertinentes y reflejen lo que sucede en el aula, la familia, la escuela, la región en que viven y el país.

9. Para desarrollar los contenidos, el personal de los Gabinetes Psicopedagógicos y el profesorado de primaria pueden apoyarse en los conceptos básicos presentados en los Ejes Temáticos, así como en los documentos y recursos recomendados en el Capítulo 5, disponibles en el CD que se adjunta a esta Guía. Complementariamente, en el Capítulo 4 se incluyen orientaciones específicas para implementar los Talleres de Educación de la Sexualidad en cada grupo etario.

**“Si se quiere que el aprendizaje tenga resultados en la práctica, los alumnos no sólo deben aprender los derechos humanos sino también aprender en un entorno en el que se respetan estos derechos”.**

*Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (2004) <sup>27</sup>*

### 3.2 Eje Temático No. 2: Sexualidad y Género

La Educación de la Sexualidad, para que sea integral y cumpla su finalidad de preparar a las personas para asumir y ejercer la sexualidad de forma responsable, saludable y feliz, debe sustentarse en un sólido **enfoque de género**, que implica:

- Reconocer que los hombres y las mujeres, como seres humanos, son iguales en dignidad y derechos.
- Visibilizar las relaciones de poder y las normas, concepciones, estereotipos, valores, actitudes y prácticas socioculturales que justifican las desigualdades de género, la discriminación de la mujer y la violencia por razón de género.
- Atender en todo el proceso educativo, a las necesidades, aspiraciones y preocupaciones de niñas y niños por igual, asegurando la construcción de la feminidad y la masculinidad a partir de pautas, roles y relaciones que promuevan la igualdad entre ambos géneros.

El enfoque de género, según se examinará en esta sección, representa una herramienta para

mirar, comprender y analizar todas las dimensiones de la sexualidad humana y su educación, por lo tiene carácter transversal, al igual que el marco de derechos humanos en el cual se inserta.

#### 3.2.1 Objetivos y contenidos para la Educación Primaria

##### Objetivos

1. Favorecer la comprensión de los factores que influyen en la construcción sociocultural del género, promoviendo el derecho a la igualdad y a una vida libre de violencia.
2. Facilitar el aprendizaje de habilidades para:
  - Valorar la conducta propia y ajena en base al derecho a la igualdad de género.
  - Prevenir y manejar situaciones de discriminación y desigualdad entre niños y niñas, hombres y mujeres.
  - Prevenir y manejar situaciones de violencia de género, incluyendo la violencia sexual, en la familia, el grupo de pares, la escuela y la comunidad.

## Contenidos

El sistema de contenidos propuesto para alcanzar los objetivos del Eje Temático de Sexualidad y Género incluye los siguientes aspectos, adaptados para cada grupo etario:

### Cuadro N° 3

#### Contenidos del Eje de Sexualidad y Género por grupos etarios, nivel primario

1ro-2do grado	3ro-4to grado	5to-6to grado
<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprensión de la sexualidad como dimensión de la vida</li> <li>Distinción entre sexo y género</li> <li>Importancia de la igualdad entre niños y niñas, hombres y mujeres</li> <li>Valoración de la conducta propia y ajena en base al derecho a la igualdad de género</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprensión de la sexualidad como dimensión de la vida</li> <li>Distinción entre sexo y género.</li> <li>Identidad de género y roles de género</li> <li>Derecho a la igualdad de género entre niños y niñas, hombres y mujeres.</li> <li>Valoración de la conducta propia y ajena en base al derecho a la igualdad de género</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprensión de la sexualidad como dimensión de la vida</li> <li>Distinción entre sexo y género</li> <li>Identidad de género y roles de género.</li> <li>Derecho a la igualdad de género entre niños y niñas, hombres y mujeres.</li> <li>Valoración de la conducta propia y ajena en base al derecho a la igualdad de género</li> <li>Efectos de la desigualdad en la vida de las personas</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Derecho de niños y niñas a una vida libre de violencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de la violencia de género</li> <li>Factores de riesgo y factores de protección con relación a la VBG</li> <li>Prevención y manejo de la VBG</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de la violencia de género</li> <li>Tipos de violencia sexual</li> <li>Factores de riesgo y factores de protección con relación a la VBG</li> <li>Prevención y manejo de la VBG</li> </ul>

### 3.2.2 Visión general y conceptos básicos

#### Sexualidad, sexo y género

Sexualidad, sexo y género están relacionados de forma estrecha, pero son fenómenos diferentes y singulares:

- La **sexualidad**, según la definición adoptada en esta Guía<sup>28</sup>, es una dimensión de la personalidad y de la vida humana, que se construye a partir de la interacción de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, afectivos, éticos y espirituales, entre otros, y se expresa en todo lo que las personas somos, sentimos, pensamos y hacemos.
- El **sexo** es una condición natural con la cual venimos al mundo todos los seres humanos. Alude a las diferencias biológicas (cromoso-

máticas, gonadales, hormonales, anatómicas y fisiológicas) entre hombre y mujeres, configuradas durante el período prenatal. En el momento del nacimiento, el personal de salud asigna al niño o a la niña un determinado sexo según la apariencia de los genitales externos, y los clasifica como varón o hembra, hombre o mujer.

- El **género** es una construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer, a partir de los cuales se educa a las nuevas generaciones y se forma su sexualidad. En otras palabras, el género representa “el patrón ideal de feminidad y masculinidad” inherente a cada época



y contexto sociocultural.”<sup>29</sup> En la mayoría de las sociedades contemporáneas, donde predomina en mayor o menor grado una estructura patriarcal, los modelos de feminidad y masculinidad tienden a ser asimétricos, basados en roles contrapuestos para el hombre y la mujer, lo que genera relaciones de subordinación, discriminación y violencia que afectan de forma especial a las niñas, las adolescentes y las mujeres”

- En la **generalidad de las sociedades contemporáneas, donde predomina en mayor o menor grado una estructura patriarcal, los modelos de feminidad y masculinidad** tienden a ser asimétricos, basados en roles contrapuestos para el hombre y la mujer, lo que genera relaciones de subordinación, discriminación y violencia que afectan de forma especial a las niñas, las adolescentes y las mujeres.

### Identidad de género y roles de género

- El **género**, según lo analizado, atañe a las expectativas y normas socioculturales respecto a “cómo debe ser un hombre” y “cómo debe ser una mujer”. Sin embargo, el ser humano se apropia de estos modelos de forma individualizada, y los incorpora como parte de la propia sexualidad y de su personalidad única e irrepetible. Por tanto, se utiliza el término “**identidad de género**” para hacer referencia a la construcción individual que cada persona hace a partir de los modelos socioculturales de feminidad y masculinidad.
- La **identidad de género** se define como el componente psicológico de la sexualidad humana, **que representa la autoconciencia y el sentimiento de pertenecer al género masculino o al género femenino: el saberse y auto-reconocerse como hombre o mujer, el sentir, actuar, pensar y vivir como tal, de acuerdo a determinadas expectativas y nor-**

mas, que son variables en función de cada época y cada contexto social. **La identidad de género es parte indisoluble de la identidad de cada persona, de su “yo”, y constituye el núcleo central de la sexualidad humana**

- La identidad de género **tiene su expresión pública en el comportamiento de las personas a través de los roles de género**. Estos se conforman a partir de un conjunto de normativas y prescripciones culturalmente establecidas acerca de las formas de conducta que debe tener cada persona según su sexo.

Con base en los conceptos presentados, se comprende que la sexualidad se relaciona con múltiples facetas de la vida y la personalidad humana, como son:

- Nuestro cuerpo y nuestra biología (anatomía y funciones de los órganos sexuales y reproductivos)
- **Nuestra identidad de género (cómo nos reconocemos y nos sentimos como hombres o mujeres)**
- Los **roles de género que desempeñamos (cómo hemos aprendido que deben comportarse los hombres y las mujeres)**
- Nuestros valores, sentimientos, emociones y afectos
- La forma en que nos relacionamos y comunicamos con las demás personas
- Nuestra salud, incluyendo la salud sexual y reproductiva
- **Nuestro derechos, incluyendo los derechos sexuales y reproductivos**

### Violencia basada en género

La igualdad y la no discriminación por razones de la pertenencia a uno u otro género son derechos universales e inalienables, que están en la base del sistema internacional de protección de los derechos humanos, como la Declaración Universal de Derechos Humanos, la Convención sobre los

Derechos del Niño y la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer. En Panamá, la Constitución Política declara en su Artículo 19: “No habrá fueros o privilegios ni discriminación por razón de raza, nacimiento, discapacidad, clase social, sexo, religión o ideas políticas”. Además de otras leyes y políticas nacionales que protegen este derecho, es de particular importancia la Ley de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres, en la cual se valora el papel del Ministerio de Educación en la promoción de la igualdad y la no discriminación.

La violencia, en cualquiera de sus formas, es una violación de los derechos humanos y las libertades fundamentales de las personas, en particular del derecho a la igualdad y la no discriminación por motivos de género, con graves secuelas para la salud y el bienestar humano, desde el punto de vista individual, familiar, comunitario y social.

La violencia es siempre una expresión del poder de unas personas sobre otras, pero no constituye un comportamiento humano innato, sino que se aprende en determinado contexto sociocultural (familiar, escolar, comunitario, social). Por consiguiente, la educación puede perpetuar la violencia, pero también tiene una enorme potencialidad para romper el círculo de la reproducción de la violencia, en particular de la violencia de género.

La **violencia basada** en género se refiere a todo acto violento, que resulte en un daño físico, psicológico, sexual, económico o de otra índole, dirigido contra una persona en razón de su género, así como de las expectativas sobre el rol que él o ella deba cumplir en una sociedad o cultura. Este concepto no sólo es aplicable a las mujeres y niñas, ya que los niños, los adolescentes varones y los hombres pueden también ser víctimas de diferentes formas de violencia, como el abuso sexual, la violación, la prostitución forzada y el tráfico humano con fines de explotación sexual. Sin embargo, este fenómeno afecta en propor-

**“Nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel, o su origen, o su religión: la gente tiene que aprender a odiar, y si ellos pueden aprender a odiar, también se les puede enseñar a amar; el amor llega más naturalmente al corazón humano que su contrario”.**

*Nelson Mandela*

ciones epidémicas a las mujeres y las niñas de todas las regiones y países del mundo.

La desigualdad de género y la discriminación son, según se ha señalado, las causas raíces de la violencia basada en género, y en particular de la violencia contra la mujer. Esta es resultante de desequilibrio de poder entre el hombre y la mujer, que se ha consolidado históricamente en las estructuras sociales en todos los niveles y se reproduce a través de normas, concepciones, valores, prescripciones, patrones de conducta, actitudes y prácticas basadas en la supuesta primacía del sexo masculino sobre el femenino.

La situación de desigualdad de las mujeres se manifiesta de forma abierta o encubierta en la esfera pública y en la vida privada, y aumenta el riesgo de que sufran abuso, relaciones violentas y explotación, debido a la dependencia económica, a las limitadas formas de sobrevivencia y opciones de obtener ingresos, o por la discriminación ante la ley en cuanto se relacione a temas de matrimonio, divorcio y derechos de custodia de menores, lo cual sucede aún en muchos países del mundo.<sup>30</sup>

### Formas de la violencia basada en género

La violencia basada en género se expresa de formas muy diversas e interconectadas:

- **Violencia física:** acción de agresión en la que se utiliza intencionalmente la fuerza corporal directa o por medio de cualquier objeto, arma o sustancia, que cause o pueda causar daño, sufrimiento físico, lesiones, discapacidad o enfermedad a una persona.
- **Violencia psicológica:** conducta u omisión intencional que cause daño emocional y/o disminución de la autoestima de una persona, mediante amenazas, humillación, vejaciones, exigencia de obediencia o sumisión, coerción verbal, insultos, aislamiento o cualquier otra limitación de su libertad, etc.
- **Violencia económica:** acción u omisión que afecte el uso, goce, disponibilidad o accesibilidad de recursos económicos de la persona, limitando su autonomía económica y aumentando la dependencia.
- **Violencia sexual:** acción de violencia física o psicológica contra una persona, cualquiera sea su relación con el agresor, con el ánimo de vulnerar su libertad e integridad sexual. Los tipos fundamentales de violencia sexual son:
  - **Violación:** relación sexual coercitiva con penetración o mediante el uso de objetos, perpetrada por la fuerza, la amenaza y/o la intimidación, por parte de sujetos conocidos o desconocidos.
  - **Abuso sexual:** búsqueda y obtención de placer sexual con un niño, niña o joven por parte de un adulto.
  - **Acoso sexual:** comportamiento de naturaleza sexual (física o verbal) que, no siendo deseado por la víctima, es percibido por ésta como una situación hostil y humillante.
  - **Femicidio:** muerte violenta de mujeres por razones de género, causada, en la mayor parte de los casos, por hombres conoci-

## Convención sobre los Derechos del Niño

### Abuso sexual (artículo 19)

- Los Estados Partes adoptarán todas las medidas legislativas, administrativas, sociales y educativas apropiadas para proteger al niño contra toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual, mientras el niño se encuentre bajo la custodia de los padres, de un representante legal o de cualquier otra persona que lo tenga a su cargo.

### Explotación sexual (artículo 34)

- Los Estados Partes se comprometen a proteger al niño contra todas las formas de explotación y abuso sexuales. Con este fin, los Estados Partes tomarán, en particular, todas las medidas de carácter nacional, bilateral y multilateral que sean necesarias para impedir:
  - La incitación o la coacción para que un niño se dedique a cualquier actividad sexual ilegal;
  - La explotación del niño en la prostitución u otras prácticas sexuales ilegales;
  - La explotación del niño en espectáculos o materiales pornográficos

### Venta, trata y secuestro (artículo 35)

- Los Estados Partes tomarán todas las medidas de carácter nacional, bilateral y multilateral que sean necesarias para impedir el secuestro, la venta o la trata de niños para cualquier fin o en cualquier forma.

dos (vecinos, compañeros de trabajo, entre otros) o por la propia pareja o ex-pareja.

- **Tráfico de personas con fines de explotación sexual:** captación, traslado y recepción de personas, recurriendo a la amenaza, el uso de la fuerza, el rapto o el engaño, entre otros, con fines de explotación de la prostitución ajena u otras formas de explotación sexual.

Los tipos de violencia sexual que más afectan a los niños y las niñas son el abuso sexual, el acoso sexual, la violación y la trata con fines de explotación sexual. Al respecto, la Convención sobre los Derechos del Niño hace especial énfasis en la protección de los menores contra estos delitos que afectan gravemente la salud, el bienestar, e incluso la vida.

#### Consecuencias y secuelas de la violencia basada en género

- Lesiones inmediatas, como fracturas y hemorragias.
- Muerte violenta de la mujer por razón de género (femicidio).
- Enfermedades físicas de larga duración (enfermedades gastrointestinales, desórdenes del sistema nervioso central, dolor crónico).
- Trastornos psíquicos y emocionales, como depresión, ansiedad, desórdenes de estrés post traumático, intento de suicidio, deficientes habilidades para el funcionamiento social, aislamiento social y marginación, etc.
- Abuso de sustancias, incluyendo alcohol y drogas.
- Problemas sexuales y reproductivos como: infecciones de transmisión sexual (incluyendo el VIH), disfunciones sexuales, embarazos no deseados, abortos, infertilidad, mortalidad materna, mortalidad fetal (en casos de abuso durante el embarazo), mortalidad infantil.

- Embarazos precoces, que suponen una amenaza para la vida de las adolescentes, por cuanto se estima que las complicaciones relacionadas con el embarazo y el parto son la principal causa de mortalidad de chicas de entre 15 y 19 años en todo el mundo.
- Abandono de los estudios y pérdida de oportunidades laborales y de participación social.
- Pérdida de días laborales, baja productividad y bajos ingresos (en el caso de las mujeres trabajadoras).
- Desembolsos (a nivel individual, familiar y del presupuesto público) para sufragar servicios médicos, judiciales, sociales y de protección, entre otros.

#### Los costos y las consecuencias de la violencia basada en género duran generaciones:

Los niños y las niñas que han sido testigos de violencia o que han sufrido violencia, tienen más probabilidades de presentar problemas emocionales y de conducta (ansiedad, depresión, baja autoestima, inseguridad, inadaptación psicosocial) y un deficiente desempeño escolar. También están en riesgo de llegar a ser víctimas o maltratadores al crecer.

#### Factores de riesgo y factores protectores con relación a la violencia de género

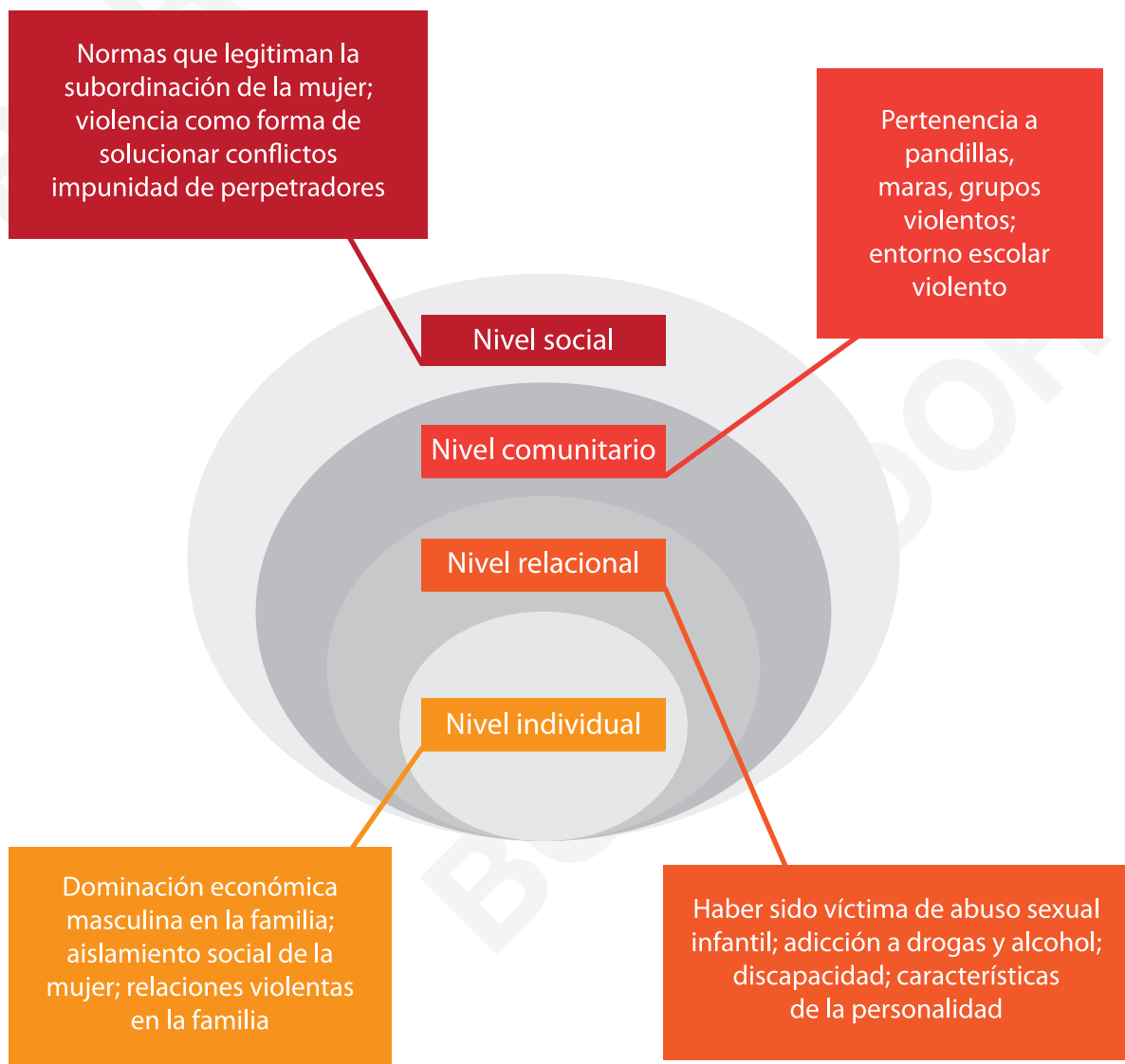
La violencia de género es un fenómeno complejo que se manifiesta a nivel individual, familiar, comunitario y social. En cada uno de estos niveles, inciden factores biológicos, sociales, psicológicos, culturales, económicos, políticos, entre otros, que pueden determinar que las personas cometan o sufran actos de violencia.

Diferentes agencias e instituciones que trabajan en esta esfera, utilizan un modelo ecológico para identificar los ámbitos de la sociedad donde se originan las prácticas violentas, así como los factores de riesgo y los factores de protección, como punto de partida para el diseño e implementación de políticas, programas y servicios de prevención y atención a la violencia.<sup>31</sup>

El modelo puede resultar de gran utilidad para las acciones de prevención desde la escuela, pues ayuda al personal de los Gabinetes Psico-pedagógicos y al profesorado a establecer cuáles pueden ser sus áreas de trabajo, en las que tienen oportunidad de incidir favorablemente, y qué ámbitos corresponden a otras entidades y especialistas, según se constata en los siguientes ejemplos:

### Gráfico N° 7

#### Ejemplo del modelo ecológico para identificar factores de riesgo con relación a la violencia de género



En el cuadro a continuación se presenta un conjunto de factores de riesgo y factores protectores con relación a la violencia de género. Se han incluido básicamente factores del nivel individual y del nivel relacional, en el entendido de que son los más cercanos a las posibilidades de intervención desde la escuela, aunque en muchos casos, por su complejidad, se requerirá la remisión a profesionales y servicios especializados.

#### Cuadro No. 4.

#### Principales factores de riesgo y de protección con relación a la VBG

Factores de riesgo	Factores protectores
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haber presenciado o sufrido violencia, maltrato o abuso sexual en la infancia.</li> <li>• Haber vivido o vivir en contextos familiares violentos, especialmente con violencia de género</li> <li>• Normas, actitudes y prácticas que refuerzan la subordinación de la mujer y toleran la violencia masculina</li> <li>• Aceptación de la violencia como forma de solucionar los conflictos</li> <li>• Influencia negativa de grupos de pares que practican la violencia (pandillas, maras, entre otros)</li> <li>• Pertenecer a grupos vulnerables (mujeres y niñas discapacitadas, migrantes, trabajadoras domésticas, pueblos indígenas).</li> <li>• Abandono de los estudios y la escuela</li> <li>• Deficiente preparación en habilidades para la vida (relaciones y comunicación, autoprotección, buscar ayuda y apoyo, solución de conflictos, etc.)</li> <li>• Condiciones de pobreza, hacinamiento y falta de recursos.</li> <li>• Conductas adictivas (drogas, alcohol)</li> <li>• Características de la personalidad (baja autoestima, agresividad, pobre manejo de emociones, baja tolerancia a la frustración, etc.)</li> <li>• Conflicto y tensión dentro de una relación íntima de pareja o de matrimonio</li> <li>• Control masculino sobre el bienestar económico familiar y la toma de decisiones</li> <li>• Disparidades económicas, laborales, de edad y educativas en la pareja y/o matrimonio</li> <li>• Antecedentes de conductas violentas contra otras parejas o mujeres, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entornos familiares, escolares y comunitarios que promuevan la equidad de género, la no discriminación y la no violencia</li> <li>• Haber completado la educación secundaria (para niñas y niños)</li> <li>• Haber recibido preparación en habilidades para la vida (relaciones de respeto, comunicación asertiva, autoprotección y autodefensa, buscar ayuda y apoyo, solución pacífica de conflictos, toma de decisiones, etc.)</li> <li>• Retardar la edad de matrimonio hasta los 18 años como mínimo</li> <li>• Autonomía económica de las mujeres y acceso a oportunidades de capacitación y empleo digno</li> <li>• Disponer de espacios seguros, refugios y/o grupos de ayuda</li> <li>• Disponer de servicios judiciales, de seguridad y protección, sociales, médicos y psicológicos) para la denuncia, atención y apoyo a las víctimas de la VBG, incluyendo abuso y acoso sexual, violación y trata de personas con fines de explotación sexual.</li> </ul>



### ¿Cómo contribuir a la prevención de la violencia de género desde la escuela?

Atendiendo a los aspectos previamente analizados, la escuela puede intervenir en la prevención de la violencia de género de diferentes formas:

1. Promover la prevención primaria, cultivando en los niños y las niñas el respeto de los derechos humanos, la igualdad entre los géneros y la no discriminación, y asegurando al mismo tiempo un entorno escolar libre de violencia, acoso y/o abuso sexual.
  - En esta línea, son fundamentales los aportes de las diferentes asignaturas, así como de los Talleres de Educación de la Sexualidad que se presentan en esta Guía, muchos de los cuales se dirigen a desarrollar conocimientos, valores y habilidades vinculadas con el ejercicio de los derechos humanos, las relaciones interpersonales y la comunicación, la valoración crítica de los estereotipo de género, la solución pacífica de los conflictos, etc.
  - Es también necesario prestar atención al llamado “currículo oculto”, aquel que no está normado y se traduce en comportamientos de discriminación, menosprecio, burla, prejuicios, abuso de poder, hostigamiento, violencia psicológica, entre otras muchas formas.
  - Al mismo tiempo, hay que implicar activamente a los niños varones con vistas a construir nuevas masculinidades, por cuanto los temas de género, igualdad y prevención de la violencia atañen a hombres y mujeres por igual.

“Cuando los programas trabajan con hombres y niños deben explícitamente tratar las actitudes de género y promover nociones alternativas de masculinidad. Se ha demostrado que tales programas son más efectivos para cambiar actitudes y conductas relacionadas a la violencia contra las mujeres que aquellos programas donde no se han incorporado componentes de género ni masculinidades”.

*Organización Mundial de la Salud, 2007*

2. Preparar a los y las estudiantes gradualmente, según la edad, para desarrollar una adecuada percepción del riesgo, que les permita reconocer situaciones y factores de riesgo con relación a la violencia, y en particular a la violencia sexual (acoso sexual, abuso sexual, violación y trata de niños y niñas con fines de explotación sexual) y conozcan cómo evitarlas y pedir ayuda a personas de confianza. Al respecto, en el Eje Temático sobre Desarrollo de la Sexualidad, se incluyen recomendaciones específicas y mensajes clave para trabajar las habilidades de autoprotección con el estudiantado del nivel primario.
3. Orientar a las familias, a través de las Escuelas de Padres, acerca de estos temas y su manejo, considerando que en muchos casos, la violencia tiene sus orígenes en el propio seno familiar.
4. Brindar apoyo a través de las diferentes instancias del Ministerio de Educación, a los niños y niñas que han sufrido o sufren situaciones de violencia, y a sus familias en caso de que corresponda.

### 3.3 Eje Temático N° 3: Relaciones interpersonales y comunicación

La sexualidad tiene una importante función relacional y comunicativa, ya que trasciende el espacio de lo individual, desborda las fronteras del yo, y se proyecta en la riqueza de los vínculos y afectos que se establecen con otras personas en la familia, la pareja, la escuela y la comunidad.

Aprender a convivir y a comunicarnos es uno de los pilares de la educación del siglo XXI, y también uno de los ejes fundamentales de la Educación de la Sexualidad, según se examinará a continuación.

#### 3.3.1 Objetivos y contenidos para la Educación Primaria

##### Objetivos

1. Propiciar la reflexión sobre los factores que ayudan a construir relaciones satisfactorias y respetuosas en la familia, el grupo de pares, la escuela y la comunidad.
2. Facilitar el aprendizaje de habilidades para:
  - Comunicarse asertivamente con la familia, los pares y otras personas sobre diversos temas, incluyendo la sexualidad.
  - Solucionar los conflictos de forma pacífica y respetuosa de los derechos humanos.
  - Manejar las presiones del grupo de pares y otras presiones externas con relación a la sexualidad.
  - Prevenir y manejar los riesgos en el uso de Internet y las redes sociales.

##### Contenidos

A continuación se presentan los contenidos, adecuados a la edad del estudiantado:

#### Cuadro N° 5

#### Contenidos del Eje de Relaciones Interpersonales y Comunicación por grupos etarios, nivel primario

1ro-2do grado	3ro-4to grado	5to-6to grado
<ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciones humanas: familia, matrimonio, amistad</li> <li>Solución de conflictos de forma pacífica y respetuosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciones humanas: familia, matrimonio, amistad, grupo de pares</li> <li>Solución de conflictos de forma pacífica y respetuosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciones humanas: familia, matrimonio, amistad, grupo de pares, amor</li> <li>Solución de conflictos de forma pacífica y respetuosa</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación asertiva sobre diversos temas, incluyendo la sexualidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación asertiva sobre diversos temas, incluyendo la sexualidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación asertiva sobre diversos temas, incluyendo la sexualidad</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Derechos y responsabilidades en el uso de Internet y las redes sociales, según la edad</li> <li>Prevención y manejo de riesgos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Derechos y responsabilidades en el uso de Internet y las redes sociales, según la edad</li> <li>Prevención y manejo de riesgos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Derechos y responsabilidades en el uso de Internet y las redes sociales, según la edad</li> <li>Prevención y manejo de riesgos</li> </ul>

### 3.3.2. Visión general y conceptos básicos

#### Relaciones interpersonales

El ser humano es eminentemente social. Su personalidad se forma y desarrolla en la interacción con otras personas en diferentes espacios, como son la familia, los grupos, la escuela y la comunidad.

Las relaciones interpersonales que establecen los niños, las niñas y adolescentes en cada uno de estos ámbitos de la vida cotidiana, son trascendentes en la configuración de sus formas de sentir, pensar y actuar en el presente y en el futuro.

Para la mayoría de las personas, los vínculos e interacciones humanas son fuente de alegría y felicidad, contribuyendo a la formación de personalidades sanas y realizadas. Pero también pueden menoscabar la capacidad del individuo para insertarse de forma activa en la sociedad y disfrutar de una vida plena, como sucede en el caso

de las relaciones fundadas en la desigualdad, la discriminación, la violencia y el menosprecio de la dignidad humana.

Por tanto, el respeto de los derechos humanos y de los valores universales inherentes a éstos, representa la piedra angular de la convivencia social.

#### Familia y matrimonio

La familia es la unidad básica de la sociedad, y como tal, es protegida y amparada por los derechos humanos universales y por las leyes y políticas nacionales. Una gran parte de las familias se constituyen en base al matrimonio, que es un compromiso legal en el que dos personas que se aman deciden compartir sus vidas y las responsabilidades familiares. Aunque la mayoría de las personas se casan, hay parejas que se aman, viven juntos y tienen relaciones serias y comprometidas de por vida, aunque no estén casados.

Siendo la familia uno de los espacios fundamentales donde se configura la sexualidad, su impac-

#### **Declaración Universal de Derechos Humanos**

“Los hombres y las mujeres... 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”.

“La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado”.

#### **Convención sobre los Derechos del Niño**

“... la familia, como grupo fundamental de la sociedad y medio natural para el crecimiento y el bienestar de todos sus miembros, y en particular de los niños, debe recibir la protección y asistencia necesarias para poder asumir plenamente sus responsabilidades dentro de la comunidad.”

#### **Constitución Política de la República de Panamá**

“El Estado protege el matrimonio, la maternidad y la familia”.

to es notable en la transmisión de las normas y roles de género, que en muchos casos pueden tener una connotación sexista, reafirmando la supremacía del hombre y la subordinación de la mujer.

Diferentes estudios acerca de cómo se desarrollan tradicionalmente los procesos de socialización en la familia, muestran que una de las variables más importantes que influyen en las interacciones de padres y madres con sus hijos e hijas, es el sexo. Este determina en gran medida los patrones de relación familiar en cuanto al apoyo afectivo y el control de la conducta, configurando la identidad y los roles de género a partir de estereotipos culturales sobre la feminidad y la masculinidad:

- Se espera por ejemplo, que las niñas sean obedientes, cariñosas, respetuosas, recatadas, de su casa y bien preparadas para los futuros papeles de madre y esposa. Así, se les trata de forma más suave y delicada, y los métodos disciplinarios predominantes son los regaños, castigos y/o coerción verbal.
- A los niños se les educa para que sean fuertes, seguros, inteligentes e independientes, amantes de los deportes, los juegos rudos y las ciencias, y se les disciplina en mayor medida mediante la violencia física, aunque las transgresiones son más toleradas, asumiendo que son propias de su sexo y que deben tener también mayor libertad.
- Los modelos de comportamiento que transmiten el padre, la madre y otros familiares acerca de los roles considerados “propios para cada sexo”, en especial lo relativo a la distribución de las responsabilidades y tareas en el hogar, refuerzan con mucha frecuencia las normas y valores sexistas.
- Estas dinámicas generan la desigualdad y la discriminación de la mujer, que según hemos

analizado en la sección anterior, son la causa raíz de la violencia basada en género.

Cuando los niños y las niñas conviven en una familia disfuncional, con predominio de relaciones jerárquicas, violentas e irrespetuosas, o cuando se rompen los vínculos familiares, están expuestos a múltiples riesgos, como el abandono de la escuela, los trastornos psicoemocionales, las adicciones, la afiliación a pandillas o grupos violentos y delictivos, la explotación laboral, la explotación sexual, los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual, entre otros.

Sin embargo, la familia humana tiene la potencialidad de transformarse, sin perder su esencia como célula básica de la sociedad:

- En la actualidad existen diferentes tipos de familia. Además de las familias biparentales, donde los menores conviven con el padre y la madre, hay familias monoparentales, encabezadas por uno de los progenitores, así como familias donde en ausencia de los padres, un tutor u otro familiar es responsable de la crianza y educación de los niños y las niñas.
- Las relaciones en el seno de la familia van cambiando, aunque lentamente, como resultado de los avances de las sociedades en la promoción y protección del derecho a la igualdad de género, a la no discriminación y a una vida libre de violencia. En muchas familias actuales, la distribución de roles y responsabilidades es más justa y equitativa, y se observa un mayor equilibrio en las relaciones de poder.

Al desarrollar los Talleres de Educación de la Sexualidad que se presentan en esta Guía, es importante promover el amor por la familia, su significación en la vida de los seres humanos y en la estructura social, con énfasis en el establecimiento de relaciones interpersonales basadas

en el respeto, los afectos y la igualdad. Al mismo tiempo, se fortalecerá la comprensión de que el matrimonio es un compromiso responsable y de largo plazo, y que los matrimonios prematuros en la adolescencia, suelen tener consecuencias psicosociales desfavorables, por cuanto en estas edades no existen las condiciones propicias para enfrentar los retos de la vida en común y la constitución de una familia.

Desde esta perspectiva, se requiere que los niños y las niñas conozcan su derecho de crecer en un ambiente de felicidad, amor y comprensión, y las responsabilidades de padres y madres de familia en cuanto a proveerles protección contra todo tipo de maltrato, negligencia, abuso, explotación y vulneración de su intimidad e integridad, cuidar de su educación, salud y esparcimiento, respetar y escuchar sus opiniones, entre otras, consagradas en la Convención sobre los Derechos del Niño y en las leyes panameñas, en particular el Código de la Familia. En los escolares mayores, estos temas se trabajarán también desde la perspectiva de los derechos sexuales y reproductivos acordes a la edad.

### **Amistades y grupos de pares**

La amistad es un tipo de relación selectiva, voluntaria, profunda e íntima, basada en la simpatía mutua, la afinidad de intereses, la confianza y el deseo de compartir.

Los niños y las niñas más pequeños todavía no distinguen con suficiente claridad el concepto de amistad, y llaman a amigo o amiga a cualquier coetáneo con quien comparten, incluso ocasionalmente, el juego y otras actividades en la escuela, la barriada o la comunidad. A medida que aumenta la edad, se manifiesta cada vez más el carácter selectivo de la amistad, y las relaciones se tornan más íntimas y personales. Por ejemplo, en los últimos grados de primaria, es usual que definan a un amigo o amiga como alguien en quien confías, que te ayuda, con quien te gusta pasar el tiempo y que sabe “guardar un secreto”.

Las amistades son importantes durante toda la vida del ser humano, y juegan un papel crucial en la formación de la personalidad y la sexualidad de los niños y las niñas, por lo que debe prestarse especial atención al desarrollo de vínculos basados en el respeto mutuo, la honestidad, la lealtad y la solidaridad, así como a la formación de habilidades para la comunicación asertiva y la resolución no violenta de los conflictos interpersonales.

Es evidente que determinadas relaciones de amistad pueden ejercer una influencia desfavorable en el desarrollo infantil. En efecto, los amigos y las amigas son una de las fuentes fundamentales de transmisión de conocimientos (generalmente erróneos, no científicos y prejuiciosos) sobre el sexo, y de patrones y normas de género que pueden ser discriminatorias. Por consiguiente, se requiere cultivar el valor de la igualdad y la no discriminación, de modo que los niños y las niñas sean capaces de entablar relaciones de amistad con otras personas de su edad o adultas, sin distinción por motivos de género, raza, etnia, condición social o discapacidad.

Si bien en la primera infancia los niños y niñas se relacionan en actividades escolares, recreativas y juegos, al ganar más edad, y sobre todo en los albores de la adolescencia, tienden a formar grupos de pares o iguales, basados en intereses compartidos respecto a diversos ámbitos, como los deportes, los gustos, la música, la moda, etc. Lo singular de este tipo de agrupación informal y temporal, es que se establecen determinados nexos y vinculaciones entre sus miembros, y se desarrollan normas y códigos propios, así como un sentido de pertenencia y fidelidad particular.

La influencia y las presiones del grupo de pares sobre cada niño y niña en particular son mucho más fuertes que aquellas ejercidas individualmente por los amigos y amigas. En algunos casos, las normas compartidas pueden alejarse del respeto de los derechos humanos, y se desarrollan com-

portamientos violentos, incluyendo las adicciones, el acoso directo y el ciberacoso, la incitación a conductas sexuales de diversa índole, etc.

Por ello, es fundamental trabajar en los Talleres, la formación de habilidades para disfrutar de la amistad de forma saludable, sin perder ni sacrificar la identidad y los criterios propios, así como para manejar relaciones interpersonales violentas, abusivas y/o manipuladoras, solucionar los conflictos pacíficamente, negociar y resistirse a las presiones inapropiadas del grupo de pares.

### Amor y enamoramiento

En su más amplia acepción, el amor es un sentimiento profundo que puede expresarse de diversas maneras: el amor a padres, madres y familiares, a los amigos y amigas, a la pareja, a Dios, a la patria, o a la humanidad, entre otras muchas.

En cualquier clase de amor, hay un conjunto de componentes esenciales que lo distinguen de otras relaciones: el afecto, el cariño, el respeto, el interés, la empatía y la comprensión.

La capacidad de amar, que es exclusiva del ser humano, se comienza a desarrollar desde las edades más tempranas, en la medida en que se cultiven en los niños y las niñas los valores relacionados con la igualdad y el respeto, la potencialidad de dar y recibir afecto, entre otros.

Durante los últimos grados del nivel primario, cuando se empiezan a experimentar los cambios biológicos, psicológicos y sociales propios de la pubertad, es frecuente la sensación de “estar enamorado” o de “enamoramiento”, casi siempre pasajera y diferente de la profundidad del amor maduro que se da en el marco de una relación continua y estable.

El enamoramiento es una experiencia emocional intensa, que puede conducir a involucrarse íntimamente con la otra persona - en particular si

esta es mayor en edad - y a iniciar de forma prematura la actividad sexual, con las consecuencias que ello puede acarrear a estas edades.

Al mismo tiempo, es importante considerar que las relaciones románticas pueden verse profundamente afectadas por los estereotipos de género basados en la desigualdad y la discriminación de la mujer. En estas situaciones, es posible que se generen vínculos no saludables que son factores de riesgo con relación a la violencia de género, incluyendo la violencia en el noviazgo

### Aprendiendo a convivir

La convivencia cotidiana en la familia, la escuela, los grupos de pares, el noviazgo y otros ámbitos de la vida, enfrenta con frecuencia a los niños y las niñas a situaciones de conflicto, muchas de las cuales pueden ser resueltas sin llegar al uso de la violencia.

Los conflictos en las relaciones interpersonales se originan por lo general debido a que cada individuo tiene necesidades, valores, intereses, percepciones, sentimientos, aspiraciones y opiniones individuales que pueden no coincidir con los de otra persona en un momento determinado o en una circunstancia particular.

Con frecuencia, el mayor problema no está en la naturaleza del conflicto, sino en la forma en que éste es enfrentado mediante actitudes y comportamientos violentos a nivel verbal y físico, lo cual, en lugar de resolverlo, agrava la situación y alimenta la cultura de la violencia. Por ejemplo, no es inusual que las personas adultas estimulen en los niños y adolescentes varones las conductas agresivas, las peleas y el uso de la fuerza como método para dirimir los desacuerdos con sus coetáneos.

Por consiguiente, debemos estimular en niñas y niños la convicción de que los conflictos interpersonales pueden prevenirse y solucionarse de for-



ma respetuosa de los derechos, sin recurrir a la violencia. También es necesario que se apropien de las habilidades necesarias para lidiar con estas situaciones, en particular las habilidades para la comunicación asertiva y la negociación.

### Métodos alternativos para la solución de conflictos

- **Negociación:** proceso de persuasión, convencimiento y acuerdo donde intervienen únicamente las partes en disputa, sin la intervención de terceros.

“Es un mecanismo para la solución de un conflicto, que se da cuando las partes buscan por sí mismas llegar a un acuerdo, tratando de que ambas obtengan algún beneficio. En la negociación las partes están dispuestas a conceder algo con la seguridad que para ambas el resultado será satisfactorio.”<sup>32</sup>

- **Mediación:** las partes en conflicto llegan a un acuerdo satisfactorio para ambas con ayuda de una tercera persona de confianza e imparcial (“mediador”). Esta no propone soluciones, sino que favorece el clima necesario para que las partes tomen la decisión.
- **Conciliación:** la intervención de un tercero imparcial llamado “conciliador”, que propone fórmulas de solución al conflicto, ayuda a llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios para ambas partes.
- **Arbitraje:** las partes acuerdan someter la solución del conflicto a la decisión de uno o varios “árbitros”. Este método se utiliza con frecuencia para resolver desacuerdos en diferentes áreas de la actividad socioeconómica, entre sectores del país, o entre países.

### ¿Cómo promover el desarrollo de habilidades para la negociación?

De manera general, la formación de habilidades implica:

- Enseñar a los niños y las niñas en qué consiste la habilidad en cuestión, cuál es su importancia y cuáles son las acciones o pasos necesarios para ponerla en práctica;
- Brindar ejemplos diversos, tanto positivos como negativos, acerca de la aplicación de la habilidad en distintos ámbitos de la vida cotidiana;
- Proveer oportunidades para observar su aplicación efectiva y para practicarla por sí mismos;
- Propiciar espacios para la evaluación y autoevaluación del desempeño, incluyendo retroalimentación y recomendaciones para el mejoramiento.

En lo referente a la negociación, resulta útil y sencillo trabajar con los y las estudiantes en base a los siguientes pasos:

1. **Clarificar las intenciones, deseos y necesidades** reales de cada una de las partes en conflicto;
2. **Comunicar de forma asertiva** (directa, clara, franca y respetuosa) lo que se desea o necesita y escuchar lo que desea o necesita la otra persona, utilizando en igual medida un lenguaje corporal asertivo,
3. **Valorar alternativas** para llegar a un acuerdo, que deben, en lo posible, recoger los intereses de ambas partes;
4. **Acordar la solución**, asegurando la legitimidad del acuerdo escogido, de modo que sea la mejor de las alternativas, y que resulte beneficioso para ambas partes;
5. **Aceptar los compromisos** que se derivan de la negociación y llevarlos a la práctica.

Es importante fortalecer la comprensión de la negociación desde un enfoque de derechos, con énfasis en el respeto a la dignidad de las personas, sin utilizar la violencia psicológica (descalificar, humillar, criticar, gritar) ni la violencia física. Un aspecto clave es incorporar en el marco de la negociación, lo aprendido acerca de las formas asertivas y no violentas de comunicación entre las personas.<sup>33</sup>

En este contexto, los y las docentes pueden asumir la función de “mediadores”, ayudando a escuchar todas las perspectivas y a pensar en buenas soluciones, en las que ambas partes ganen.

Por otra parte, las habilidades para la comunicación y la negociación son necesarias para enfrentar relaciones interpersonales manipuladoras, así como las presiones del grupo de pares y otras personas con relación a la sexualidad.

### Aprendiendo a comunicarnos

El logro de una comunicación efectiva es una condición imprescindible para construir relaciones humanas respetuosas, y requiere de la apropiación por parte de las personas de todas las edades, de habilidades comunicativas.

“Entender cómo comunicarse en debida forma es la piedra angular de las relaciones interpersonales... pese a lo cual son muy pocos los individuos a los que se enseña la técnica o el arte de comunicarse íntimamente con los demás.”

*Masters, Johnson y Kolodny (1988)<sup>34</sup>*

En sentido general, la comunicación es un proceso que cumple tres funciones básicas: transmisión y recepción de información (función informativa); organización, planificación y control de las activi-

dades comunes y el comportamiento (función reguladora); e intercambio de afectos, sentimientos, actitudes, valores y emociones (función afectiva).

Con independencia de su función, la comunicación puede ser verbal (a través del lenguaje) y no verbal (mediantes gestos y expresiones corporales y faciales).

Al mismo tiempo, se identifican dos estilos comunicativos fundamentales:

- **Comunicación directa o asertiva:** la persona transmite el mensaje de forma clara y firme, expresa francamente sus opiniones y sentimientos, usando el pronombre “yo” (lenguaje yoico) y tiende a establecer contacto visual o a enviar mensajes no verbales coherentes con lo que dice;
- **Comunicación indirecta:** el mensaje transmitido es menos específico y definido, no se utilizan las expresiones en primera persona, se dejan las frases incompletas y se evita el contacto visual.

La forma en que las personas se comunican depende de las relaciones de poder predominantes en el ámbito en el cual tiene lugar el acto comunicativo, y en particular, de las expectativas acerca de la condición social y los roles de género.

El hecho de que la persona se perciba a sí misma en una posición subordinada y sin suficiente poder, tanto en la familia como en cualquier otra esfera de la vida social, afecta notablemente su habilidad para expresar de forma directa, clara e inequívoca, sus ideas, sentimientos y necesidades. Esta situación se evidencia de forma muy especial en el ámbito de la sexualidad y las relaciones entre ambos géneros. Por ejemplo, la mayoría de los niños y las niñas que sufren abuso sexual, creen los perpetradores, al ser adultos, tienen derecho a vulnerar la integridad e intimidad de su cuerpo, y no se sienten capaces de decir “NO” y resistirse al abuso.

## ¿Cómo comunicarnos de forma asertiva?

La comunicación asertiva es una habilidad social mediante la cual manifestamos de forma directa, clara y firme lo que sentimos, pensamos, deseamos o proponemos, haciéndolo con respeto, sin ofender, agredir o humillar a las personas con las que dialogamos.

La asertividad se sustenta en el derecho del ser humano de expresar libremente sus opiniones e ideas y de que se le respete, y en el deber de respetar en igual medida, los derechos de las demás personas. Por tanto, esta habilidad es fundamental para construir una sana convivencia, además de su importancia para protegerse contra relaciones violentas y otros riesgos de la sexualidad.<sup>35</sup>

Los aspectos esenciales que los y las docentes deben trabajar con el estudiantado para propiciar la formación de habilidades para comunicarse asertivamente son los siguientes:

### Recomendaciones para una comunicación asertiva

- Expresar de forma clara, precisa, franca y sin rodeos, lo que se siente, desea, opina, necesita o propone
- Hablar en primera persona (“Yo”), para reafirmar las propias opiniones o sentimientos
- Escuchar activamente y respetuosamente las opiniones de las demás personas
- No criticar ni juzgar desde nuestros propios valores y conceptos, como si fueses verdades absolutas
- No agredir ni ofender, evitando formas abiertas o encubiertas de violencia verbal o no verbal
- Usar un lenguaje corporal asertivo (mantener contacto visual, mover afirmativamente la cabeza, sonreír a la persona con la que se habla, etc.)
- Ponerse en el lugar de las otras personas para comprender sus puntos de vista
- No imponer, sino persuadir y llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios.

En contraposición con las formas asertivas de comunicarnos, hay otras que son irrespetuosas, no efectivas y en algunos casos violentas. Por ejemplo:

- Dar rodeos para decir algo
- Hablar fuerte o gritar
- No prestar atención a la otra persona cuando habla; atender a otras cosas
- Evitar el contacto visual
- Culpar, criticar, juzgar, humillar, usar nombres hirientes
- Dar órdenes y tratar de imponer las opiniones propias
- Hacer que la otra persona se sienta culpable
- Interrumpir al interlocutor
- Ocultar información
- Transmitir mensajes no-verbales negativos (expresiones de disgusto o aburrimiento, fruncir el ceño, dar la espalda a la otra persona, etc.)

### Prevención y manejo de los riesgos en el uso de Internet y las redes sociales<sup>36</sup>

Durante las últimas décadas, el desarrollo vertiginoso de las nuevas tecnologías de información y comunicación (TIC) no sólo ha conmocionado los mecanismos de acceso al conocimiento, sino también las formas de relación y comunicación entre las personas de todas las edades.

Las tecnologías abren nuevos horizontes a niños, niñas y adolescentes, pero al mismo tiempo entrañan sensibles peligros y riesgos que pueden afectar el sano desarrollo de su personalidad y el ejercicio de la sexualidad:

- **Cyberbullying o ciberacoso:** uso de Internet, las redes sociales, los teléfonos celulares u otros dispositivos electrónicos, para causar daño a otras personas de manera deliberada, repetida y hostil, difundiendo textos o imágenes que dañan la dignidad, la autoestima y la integridad de la persona acosada, causando vergüenza y humillación.

“Con el avance de la tecnología, el acoso escolar cuenta con nuevos medios para llevarse a cabo, como Internet y el celular; a través de ellos (correos electrónicos, blogs, MSN, Orkut, YouTube, Skype, Twitter, MySpace o Facebook) se emiten mensajes, se humilla o molesta, y se generan rumores ofensivos sobre determinado alumno o sobre su familia. En este acoso electrónico, el anonimato del agresor se fortalece y la inmediatez de los mensajes produce un efecto en cadena que afecta al alumno más allá incluso del centro educativo”.<sup>37</sup>

En Panamá, la Ley 82 de 24 de octubre de 2013 define la violencia mediática como un tipo de violencia contra la mujer:

“Aquella publicación o difusión de mensajes e imágenes estereotipados a través de cualquier medio masivo de comunicación, que directa o indirectamente, promueva la explotación de mujeres o sus imágenes, injurie, difame, deshonre, humille o atente contra la dignidad de las mujeres, así como la utilización de mujeres en mensajes e imágenes pornográficas, legitimando la desigualdad de trato o que construya patrones socioculturales reproductores de la desigualdad o generadores de violencia contra las mujeres.” (Artículo 4)

El acoso directo o cibernético a una persona por su origen, sexo, apariencia, edad, raza, discapacidad, o cualquier otra condición, es un acto de violencia psicológica, que vulnera los derechos humanos y tiene graves consecuencias psicosociales y sociales para la víctima, tales como: depresión, ansiedad, pánico, insomnio, fobias, inseguridad, baja autoestima, agresividad, conductas violentas, anorexia, bulimia, aislamiento e inadaptación social, pérdida del interés en el estudio, bajo rendimiento escolar, entre otros, que pueden llevar incluso al suicidio.

- **Grooming:** conjunto de estrategias que una persona adulta realiza para ganarse la confianza de un niño, niña o adolescente, a través del uso de las TIC, con el propósito de abusar o explotar sexualmente de él o ella. El adulto suele crear un perfil falso en una red social, foro, sala de chat u otro, haciéndose pasar por un chico o una chica y entablan una relación de amistad y confianza con el niño o niña con la intención de acosarlo.

- **Sexting o intercambio de contenido sexual:** envío y/o recepción de imágenes, fotos y videos sexuales a través de mensajes, redes sociales, e-mail y sobre todo con el teléfono celular
  - **Sextortion o extorsión sexual:** chantaje a una persona por medio de una imagen o video de sí misma desnuda, que pudo haber compartido a través de Internet o mensajes. La víctima es coaccionada a ejecutar acciones que den gratificación sexual al malhechor (tener relaciones sexuales con el chantajista, producir pornografía u otras). Esta situación implica diversos actos ilícitos como: amenazas, explotación sexual, abuso sexual de menores, corrupción de menores, daños al honor, producción y tenencia de pornografía infantil, etc.
  - **Phishing o estafa:** Hay estafadores que envían mensajes de texto, e-mail o cuadros de diálogo pop-up falsos para conseguir que personas desprevenidas revelen su información personal o bancaria. La información que se ha entregado al estafador es luego utilizada para dañar a la víctima, por ejemplo robando dinero de su cuenta bancaria.
- Derechos y deberes de niños y niñas en el uso de Internet y las redes sociales**
- El **enfoque de derechos** es el punto de partida para enseñar a los niños y las niñas a utilizar responsablemente las TIC, en particular Internet, las redes sociales y los teléfonos celulares, así como para protegerse de los riesgos y amenazas y no dañar a otras personas.
  - Los **mensajes clave** que se recomienda compartir, promoviendo el diálogo y la reflexión crítica, son los siguientes:

### Mis derechos y responsabilidades en Internet y las redes sociales

1. En Internet y las redes sociales tengo los mismos derechos y responsabilidades que en la vida real:<sup>38</sup>
  - Derecho a no sufrir discriminación por cualquier motivo.
  - Derecho a expresar mis ideas y opiniones, y a que éstas sean escuchadas y respetadas.
  - Derecho a que se respete mi intimidad, integridad y reputación.
  - Derecho a obtener y compartir información apropiada a mi edad.
  - Derecho a no sufrir situaciones de abuso psicológico, acoso, abuso sexual y explotación sexual, incluyendo la trata de personas.
  - Derecho al esparcimiento, al juego y las actividades recreativas propias de mi edad.
2. Es importante exigir que se respeten mis derechos, y respetar en igual medida los derechos de las demás personas



### Consejos prácticos para niños y niñas

Las siguientes recomendaciones son apropiadas para escolares mayores (5to y 6to grado) que ya son, a estas edades, usuarios de Internet, las redes sociales y los teléfonos celulares

- Asegura la privacidad de tu información. Crea una buena contraseña, no la compartas y cámbiala con frecuencia.
- No aceptes invitaciones de amistad de extraños o de personas en las que no confías.
- Piénsalo dos veces antes de compartir cualquier contenido. En Internet no hay olvido, todo lo que subes se queda ahí para siempre.
- Usa tu Webcam de forma segura, ya que ofrece información que puede ser utilizada malintencionadamente e incluso ser manipulada de forma remota. No hagas delante de la Webcam nada que no harías en público.
- Habilita el bloqueo automático de tu teléfono celular, protégelo con contraseña y descarga aplicaciones únicamente de sitios confiables.
- Ante cualquier solicitud inapropiada, tienes el derecho de decir NO, salir de la página o mensaje, e informar de inmediato a tu familia, docentes u otras personas de tu confianza.
- En caso de amenazas, acoso, insultos, publicación de información o imágenes íntimas, contenidos discriminatorios, entre otros, denuncia o bloquea la página, el grupo o la persona.
- Recuerda que la mayoría de estas situaciones que ocurren en el espacio virtual, son delitos penados por las leyes. Puedes denunciarlos ante las autoridades con el apoyo de las personas adultas de tu entorno.

---

## 3.4 Eje Temático No. 4: Desarrollo de la sexualidad

Uno de los estándares de calidad de la Educación de la Sexualidad es el enfoque de ciclo de vida, que presupone:

- La comprensión del desarrollo de la sexualidad como un proceso continuo a lo largo de la vida, que presenta características y formas de expresión singulares en la infancia, la adolescencia, la adultez y la tercera edad, y donde cada etapa influye en la siguiente.
- La adecuación de los objetivos, contenidos y metodologías de la EIS a las necesidades y demandas de cada etapa del desarrollo, asegurando así que los aprendizajes sean relevantes y significativos para la vida de las personas.

### 3.4.1 Objetivos y contenidos para la Educación Primaria

#### Objetivos

1. Profundizar en el conocimiento de las características biológicas, psicológicas y sociales de la sexualidad en la niñez y la pubertad.
2. Facilitar el aprendizaje de habilidades para:
  - Valorar su propio cuerpo.
  - Respetar las diferencias corporales y la integridad del cuerpo de las demás personas.
  - Reconocer y valorar críticamente las prácticas discriminatorias y los estereotipos basados en la apariencia corporal y cómo afectan la autoestima, la autoconfianza y las relaciones interpersonales.
  - Prevenir y manejar situaciones de abuso y violencia sexual.
  - Utilizar apropiadamente el lenguaje para nombrar los órganos y funciones sexuales y reproductivas..

#### Cuadro N° 6.

#### Contenidos del Eje de Desarrollo de la Sexualidad por grupos etarios, nivel primario

1ro-2do grado	3ro-4to grado	5to-6to grado
<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y respeto del propio cuerpo.</li> <li>Semejanzas y diferencias entre niños y niñas, hombres y mujeres</li> <li>Uso correcto del lenguaje para nombrar los órganos sexuales y reproductivos</li> <li>Derecho a la intimidad e integridad del cuerpo.</li> <li>Prevención y manejo de situaciones de abuso y violencia sexual</li> <li>De dónde vienen los niños y las niñas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y respeto del propio cuerpo.</li> <li>Estructura y funciones de los órganos sexuales y reproductivos.</li> <li>Uso correcto del lenguaje para nombrar los órganos y funciones sexuales y reproductivas</li> <li>Derecho a la intimidad e integridad del cuerpo.</li> <li>Prevención y manejo de situaciones de abuso y violencia sexual</li> <li>Fecundación, embarazo y parto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento y respeto del propio cuerpo.</li> <li>Estructura y funciones de los órganos sexuales y reproductivos.</li> <li>Uso correcto del lenguaje para nombrar los órganos y funciones sexuales y reproductivas</li> <li>Derecho a la intimidad e integridad del cuerpo.</li> <li>Prevención y manejo de situaciones de abuso y violencia sexual</li> <li>Fecundación, embarazo y parto</li> <li>Toma de decisiones sobre el comportamiento sexual y la reproducción</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Características de la sexualidad infantil.</li> <li>Inquietudes y preguntas sobre la sexualidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Características de la sexualidad infantil. Cambios puberales</li> <li>Inquietudes y preguntas sobre la sexualidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Maduración del sistema sexual y reproductivo y cambios psicológicos y sociales en la pubertad</li> <li>Inquietudes y preguntas sobre la sexualidad</li> </ul>

### 3.4.2 Visión general y conceptos básicos

#### Conocimiento y respeto del cuerpo en la infancia

A través de los contenidos de Educación de la Sexualidad incorporados en los programas de estudios y en los Talleres que se presentan en esta Guía, la escuela contribuye de forma especial a que los niños y las niñas adquieran progresivamente los conocimientos científicos sobre el cuerpo humano y la anatomía y fisiología de los órganos sexuales y reproductivos. Estos conocimientos, junto con los valores y las habilidades transmitidas, favorecen la construcción de una imagen corporal positiva, el respeto de sí mismo y de las demás personas, el manejo de situaciones de discriminación y de vulneración del derecho a la integridad del cuerpo, la toma de decisiones responsables, entre otros, según se explicará a continuación.

Los niños y las niñas, al igual que todos los seres humanos, tienen un cuerpo sexuado. Al nacer, se les asigna un determinado sexo según la apariencia de sus genitales externos, y a partir de esta diferenciación inicial, son educados atendiendo a las expectativas e ideas de la familia y la sociedad respecto a “cómo debe ser un hombre” y “cómo debe ser una mujer”.

El cuerpo desempeña un papel central en la formación de la personalidad y en el desarrollo de la sexualidad. Una imagen corporal positiva, como parte del “yo”, influye en la aceptación, respeto y cuidado del propio cuerpo y favorece el desarrollo de la autoestima y la autoconfianza necesarias para establecer relaciones interpersonales en todos los ámbitos de la vida y para ejercer la sexualidad de forma responsable, saludable y satisfactoria.

“... el desarrollo de una buena autoestima basada en el derecho a la integridad física y psicológica personal, y el respeto de la integridad de otros seres humanos, previene la formación de relaciones estructuradas con patrones autoritarios originados en la relación víctima-agresor, que está particularmente presente en relaciones de género y en toda relación donde hay dependencia y desigualdad”.<sup>39</sup>

Sin embargo, con frecuencia los niños y las niñas están expuestos a ideas estereotipadas sobre la masculinidad y la feminidad que afectan la valoración del propio cuerpo, así como las percepciones y actitudes sobre la apariencia corporal de las demás personas. Unido a ello, las presiones acerca de la apariencia física y los patrones de belleza, reforzados día a día por los medios de información y comunicación social, provocan que las personas tengan una imagen corporal disminuida y una baja autoestima. Por ejemplo, se fomentan actitudes y comportamientos discriminatorios, en el entendido de que las niñas son “el sexo débil” y que los varones deben ser fuertes y agresivos para demostrar su “hombría”.

En igual medida, las expectativas sociales acerca del modelo corporal ideal tienen un impacto desfavorable para ambos sexos y crean sentimientos de inseguridad e inferioridad, por cuanto resulta evidente, que dada la diversidad corporal del ser humano, la apariencia de la mayoría de las personas no se corresponde con las bellezas de cine y la publicidad.

Estas problemáticas afectan de forma muy sensible a los niños y niñas con discapacidad, que son personas sexuadas y tienen el mismo derecho de las demás a disfrutar del amor, la ternura, los afectos y la sexualidad, y a desarrollar plenamente sus potencialidades humanas.

*“En el caso de un niño o niña con discapacidad, la imagen de sí mismo parte de un aspecto físico que puede ser diferente al de la mayoría, y debe además incorporar elementos tales como prótesis, bastones, sillas de ruedas, orinales, sondas. Esto implica una serie de desafíos psicológicos en la construcción de la autoestima y el relacionamiento con los demás.”*

Además, enfrentan actitudes sociales que limitan sus posibilidades de desarrollarse en el terreno de la vida amorosa, por cuanto:

- “Estigmatizan a las personas con discapacidad, negando y reprimiendo su sexualidad.
- Disminuyen sus oportunidades protegiéndolos en exceso y aislándolos en el ámbito familiar.
- Fomentan una baja auto-estima.
- Impiden su participación en los espacios, conversaciones y oportunidades de intercambio, juego y relacionamiento (socialización) con otros niños.
- Hacen que las propias familias tengan dificultades a la hora de tomar en cuenta sus necesidades de educación sexual y brindarles acceso a información preventiva.”<sup>40</sup>

### ¿Cómo abordar el conocimiento y respeto del cuerpo en la etapa infantil?

1. En los primeros grados escolares, el conocimiento de las partes del cuerpo, incluyendo los genitales externos y las diferencias entre niños y niñas, hombres y mujeres, es el punto de partida para fortalecer la imagen corporal que se empieza a formar desde la infancia más temprana. Es importante en este contexto, ofrecer información clara acerca de los órganos sexuales y reproductivos, el origen del ser humano (concepción, gestación y nacimiento) y dar respuesta a las preguntas e inquietudes propias de la edad. Asimismo, la labor educativa para fomentar una sexualidad responsable, debe adaptarse al nivel de comprensión, con énfasis en la importancia de la llegada de un hijo o hija a la familia, los cuidados que necesitan la embarazada y el recién nacido, y las responsabilidades inherentes a la formación de una familia, entre otros.
2. A partir de 3er grado y hasta la conclusión del nivel primario, los conocimientos sobre la anatomía y fisiología de los órganos sexuales y reproductivos se irán ampliando y profundizando según las potencialidades cognitivas y psicoemocionales de cada grupo etario. Con vistas a determinar los contenidos específicos para los diferentes grados escolares, la referencia fundamental son los programas de estudios de las asignaturas (Religión, Moral y Valores; Educación Física; Tecnologías), que han

sido dosificados por edades. Por tanto, en las fichas de los Talleres de Educación de la Sexualidad que abordan el conocimiento del cuerpo y de los órganos sexuales y reproductivos, se explicita la articulación con estos aspectos.

3. En los últimos grados, y dada la inminencia de los cambios puberales, se requiere abordar de forma específica la habilidad para tomar decisiones responsables sobre la sexualidad, trabajándola a partir de ejemplos y situaciones apropiados a cada edad. Esta habilidad será fortalecida también en el Eje Temático de Salud Sexual y Reproductiva.
4. En todos los niveles, debe enseñarse el uso correcto del lenguaje para nombrar los órganos y funciones sexuales y reproductivas y otros aspectos relacionados con la sexualidad humana. La utilización de las palabras apropiadas es primordial como herramienta para la comunicación, y también porque a través del lenguaje pueden transmitirse ideas vulgares y peyorativas sobre la sexualidad como algo sucio, bajo y desagradable. Se ha demostrado al efecto, que los niños y las niñas son capaces, desde muy pequeños, de comprender y utilizar estas palabras.
5. La transmisión de los conocimientos debe ir siempre acompañada del desarrollo de sentimientos de amor y respeto por el propio cuerpo, y de los valores emanados de los derechos humanos, con énfasis en los derechos a la no discriminación, a la protección de la intimidad, a la salud y a la protección contra abusos y maltratos, incluyendo la violencia sexual.<sup>42</sup>
6. El enfoque de derechos es una de las bases para la formación de las habilidades para el ejercicio de la sexualidad relacionadas con la aceptación y el cuidado del propio cuerpo, el respeto a las diferencias corporales y la integridad del cuerpo de las demás personas, la valoración crítica de las prácticas discriminatorias y los estereotipos basados en la apariencia externa, así como para la toma de decisiones responsables y la prevención del abuso y la violencia sexual.

#### ¿Cómo enseñar a niños y niñas a protegerse de la violencia sexual?

En la etapa infantil, los tipos más frecuentes de violencia sexual que pueden sufrir los niños y las niñas son el abuso sexual, el acoso sexual y la violación. También se reportan, cada vez más, casos de prostitución forzada y trata con fines de explotación sexual.

- Los términos referidos a los órganos sexuales y reproductivos, como pene, testículos, vulva o vagina, entre otros, no son complicados para los niños y las niñas. La verdad es que les enseñamos palabras más complejas, como estómago, hombros, rodillas o garganta.
- A veces las personas adultas se sienten menos cómodas al hablar de los genitales, porque los relacionan exclusivamente con el sexo. En realidad, los genitales solamente son otras partes del cuerpo.
- Enseñar a niños y niñas los nombres correctos para sus genitales les da algunas ventajas:
  - Primero, les ayuda a tener una actitud positiva y saludable sobre sus cuerpos.
  - Segundo, al enseñarles las palabras apropiadas, les compartimos un lenguaje con el cual pueden expresarse claramente. Esto termina siendo muy importante también en situaciones médicas o de abuso sexual.<sup>41</sup>



En Panamá, el marco normativo vigente protege a los y las menores contra estas conductas y establece sanciones severas para los perpetradores:

- **Ley No. 16 de 31 de marzo de 2004**, que dicta disposiciones para la prevención y tipificación de delitos contra la integridad y la libertad sexual, y modifica y adiciona artículos a los Códigos Penal y Judicial.
- **Ley No. 38 de 10 de junio de 2001**, que reforma y adiciona artículos al Código Penal y Judicial, sobre violencia doméstica y maltrato al niño, niña y adolescente, deroga artículos de la Ley 27 de 1995 y dicta otras disposiciones
- **Ley No. 27 de 16 de junio de 1995**, por la cual se tipifican los delitos de violencia intrafamiliar y maltrato de menores
- **Ley No. 82 de 24 de octubre de 2013**, que adopta medidas de prevención contra la violencia en las mujeres y reforma el Código Penal para tipificar el femicidio y sancionar los hechos de violencia contra la mujer

Los niños y las niñas son especialmente vulnerables a sufrir violencia sexual debido a diferentes factores:

- Al no tener los conocimientos y las habilidades necesarias para identificar, prevenir y notificar estas situaciones, se convierten en fáciles víctimas. Por ejemplo, desconocen cuáles son las estrategias que utilizan los agresores sexuales (secretos, regalos, sobornos, amenazas, engaños, entre otras), por lo que caen inocentemente en sus redes

y sufren abusos que en muchos casos, siguen perpetrándose durante años.

- Debido a su sentido de dependencia con relación a las personas adultas y a la pobre percepción de que tienen derecho a la integridad y la intimidad corporal, creen que los mayores pueden hacer lo que quieran con su cuerpo, por lo que toleran y ocultan los abusos.
- Los sentimientos de vergüenza y culpabilidad, provocan también que no hablen sobre los abusos que están sufriendo, ya que piensan que son culpables de la situación en lugar de culpar al agresor.

Dada la sensibilidad de estas problemáticas, deben ser tratadas gradualmente, partiendo de la valoración del propio cuerpo y del derecho a que se respete la intimidad e integridad corporal de cada niño o niña, evitando detalles acerca de formas específicas de la violencia sexual (que serán tratados en grados posteriores).

Es esencial reforzar sistemáticamente las actividades para lograr que las habilidades se consoliden y generalicen. Pueden utilizarse diferentes métodos y técnicas, como análisis de historias, casos y situaciones pero en ningún caso se recomiendan las dramatizaciones ni representaciones de las conductas abusivas, ya que pueden tener un efecto contraproducente y dañino en la psiquis infantil.

Asimismo, debemos recordar que para la formación de las habilidades, en este caso las relativas a la autoprotección contra la violencia sexual, hay que proporcionar a los niños y las niñas **información precisa** y adecuada a su nivel de comprensión, sobre los factores de riesgo y de protección y transmitirles **mensajes claros** sobre los comportamientos protectores.

## Mensajes clave para niños y niñas<sup>43</sup>

1. **Mi cuerpo es mío y me pertenece.** Tengo derecho a que mi cuerpo sea respetado, y el deber de respetar el cuerpo de las demás personas.
2. **Hay formas buenas de mirar o tocar mi cuerpo:** cuando mis padres y familiares me ayudan a bañarme o me abrazan y besan con cariño, o cuando los doctores, doctoras y enfermeras me revisan y me curan si estoy enfermo o enferma.
3. **Hay formas malas de mirar o tocar mi cuerpo,** que me causan molestia, daño, miedo, incomodidad o confusión.
4. **Ninguna persona, conocida o desconocida, tiene derecho a mirar o tocar mi cuerpo y mis partes genitales (íntimas) sin mi permiso.**
5. **Hay secretos buenos y secretos malos.** Los buenos son los secretos divertidos y alegres que comparto con mi familia, amigos y amigas. Los secretos malos me hacen sentir incómodo, triste o me ponen nervioso, y nunca deben guardarse, hay que contarlos de inmediato a las personas de mi confianza.
6. **Hay personas que ofrecen dulces, regalos, dinero o invitaciones a** los niños y las niñas. No debo aceptarlos sin antes decírselo a mis padres u otra persona de confianza.
7. Cuando otra persona, conocida o desconocida, adulto o niño, quiere mirar o tocar mi cuerpo, cuando quiere que guarde un secreto acerca de algo que me hace sentir mal o confundido, o cuando me ofrece regalos o invitaciones, debo **decir ¡No!, gritar, huir de la situación y contarle** de inmediato a una persona de mi confianza.
8. **Si no me creen,** debo seguirlo contando hasta que me crean.
9. **Si veo que alguna persona está tocando, mirando, ofreciendo regalos o invitando a otro niño o niña,** debo gritar, huir de la situación y avisar de inmediato a personas de confianza.

Por otra parte, determinados indicios pueden hacernos sospechar que un menor ha sido o está siendo víctima de abuso sexual u otras formas de violencia sexual, por ejemplo: cambios de personalidad, dependencia excesiva de alguien en la familia o la escuela, regresiones, como chuparse el dedo, orinarse en la cama, cambios de apetito como pérdida o compulsión, aislamiento, distanciamiento, incapacidad de concentrarse, falta de confianza en un adulto que le es familiar, comportamientos excesivamente afectuosos, comportamientos sexuales inapropiados para su edad, y problemas médicos, como dolores o picores crónicos en los genitales.<sup>44</sup>

Si un niño o una niña ofrecen señales, por muy insignificantes que sean, de que están siendo abusados, la escuela debe tomar de inmediato las medidas correspondientes, en consulta con los y las especialistas de los Gabinetes Psicopedagógicos y con las autoridades del Ministerio de Educación y otras instituciones, según el caso. Recordemos que estas conductas constituyen delitos graves sancionados por las leyes panameñas y que deben ser debidamente denunciadas, además de brindar a las víctimas el apoyo psicológico y médico que necesitan.

### **Desarrollo de la sexualidad en la infancia y la adolescencia**

La sexualidad es inherente a todas las etapas del ciclo vital: tanto los niños, las niñas y adolescentes, al igual que los hombres y las mujeres adultos y de la tercera edad, son seres sexuados, que expresan su sexualidad, como parte indisoluble de la identidad individual, en todos los ámbitos de la existencia.

#### **Primeros años de vida**

En el marco de este proceso de socialización, que ocurre inicialmente en el seno de la familia, los niños y las niñas son educados atendiendo a determinadas expectativas socioculturales respecto a cada género y a las normas de conducta correspondientes.

Durante la infancia temprana, los procesos más importantes son la formación gradual de la identidad de género y los roles de género. Entre los 2 y los 3 años, ya son capaces de distinguir algunas características de las funciones socialmente asignadas a cada sexo, y se autclasifican como niño o niña. Sin embargo, lo hacen básicamente a partir de aspectos externos, como las ropas, los adornos, los juegos y juguetes.

En este período, imitan a las personas del entorno y van asimilando los modelos y normas relativas a las conductas propias de su sexo que los adultos le brindan en su vida cotidiana. Así, aprenden qué es lo considerado como femenino y masculino en su medio, incorporando estos patrones y representaciones sexuales a través de sus juegos.

También se observan conductas autoexploratorias que pueden generar angustia en las personas adultas que les rodean. Muchas de estas conductas infantiles, a las cuales se atribuye una connotación sexual, responden en realidad a motivaciones diferentes a las de las personas adultas.

Por ejemplo, tocarse los genitales es una forma de explorar y conocer el propio cuerpo, y los niños y las niñas pequeños lo hacen de la misma forma en que se tocan sus pies, orejas u otras partes del cuerpo. En otros casos, los juegos sexuales, besos, pueden estar relacionados con la imitación de comportamientos observados en su entorno o en los medios de comunicación.

Los intereses y las preguntas más frecuentes en estas edades se relacionan inicialmente con la observación de las diferencias anatómicas y con el origen de las personas: ¿Por qué son distintos los niños y las niñas?; ¿Por qué no tengo eso que tiene mi hermanito entre las piernas?; ¿Cuándo las niñas son grandes, les crece un pene?; ¿De dónde vienen los niños?; ¿Cómo se alimentan en la barriga de la mamá?; ¿Cómo salen de la barriga?; ¿Cómo entran?, etc.

## Cuatro pasos básicos para responder a las preguntas de niños y niñas<sup>45</sup>

### **PASO 1. Pregúntele por qué está preguntando eso.**

- Por ejemplo: “Que buena pregunta. Cuéntame por qué lo quieres saber”.
- Este paso le dice al niño o niña que su pregunta es normal y le permite saber al adulto la razón por la que pregunta. Esto es importante para conocer si está recibiendo información de otras fuentes o si ha visto o escuchado algo al respecto.

### **PASO 2. Pregúntele: “¿Qué tú crees?”**

- Esto le da una idea de cuánto sabe el niño o la niña, y qué tipo de lenguaje usa para expresarlo.

### **PASO 3. Conteste honestamente basado en lo que le dijo el niño/niña.**

- No tiene que dar respuestas largas o complicadas. Empiece con una respuesta sencilla y ofrezca la información correcta de forma abierta y natural. Complemente la información si sigue haciendo más preguntas.
- Aproveche la oportunidad para transmitir valores y actitudes positivas, por ejemplo: el respeto entre las personas, el amor y los afectos, la significación de la maternidad y la paternidad, etc.
- Si no sabe la respuesta, dígame con honestidad que va a buscar información y regrese con la respuesta.

### **PASO 4. Pregúntele si entiende la respuesta: “¿Te contesté tu pregunta?”**

- Asegúrese de que el niño/niña entendió la respuesta. Use palabras diferentes u otros recursos si no entiende la primera vez.

### **Etapas escolares**

Cuando los niños y las niñas entran en primer grado, la mayoría ha recibido durante la Educación Preescolar, un conjunto de nociones básicas acerca de las diferencias anatómicas entre ambos sexos, el reconocimiento de las partes del cuerpo, la reproducción en los seres vivos, el uso del nombre correcto de los órganos sexuales, la higiene corporal, el cuidado de la privacidad del cuerpo y la prevención del maltrato y el abuso.<sup>46</sup> Al mismo tiempo, han estado expuestos a otras fuentes de información, como son los coetáneos, la familia y los medios de comunicación.

Sin embargo, con mucha frecuencia, las representaciones e ideas previas sobre estos aspectos de la sexualidad humana pueden ser poco precisas o tergiversadas, ya que son una síntesis de lo que han visto o escuchado, y de la interpretación que dan a los contenidos de EIS abordados en los programas de estudios del nivel preescolar.

En el contexto escolar, las nuevas relaciones que se establecen con el grupo de pares y el acceso a la información aportada por los coetáneos, multiplica la curiosidad por los aspectos relacionados

con el cuerpo y la sexualidad y puede conducir a juegos, observación y comparación de los genitales con relación a otros niños y niñas y a las personas adultas.

El manejo educativo de las manifestaciones sexuales, tanto en la familia como en la escuela, parte del supuesto de que las prohibiciones, amenazas y castigos tienen un impacto desfavorable en el desarrollo de la sexualidad infantil y conducen a la idea de que ésta es algo sucio, negativo, pecaminoso o prohibido, además de interrumpirse los canales de diálogo y comunicación. Por tanto, es fundamental promover en niños y niñas la regulación del propio comportamiento, con énfasis en la privacidad del cuerpo, en el respeto a las demás personas, en la necesidad de seguir determinadas normas de convivencia social, etc.

Entre las preguntas más frecuentes, que se convierten en tema de conversación recurrente en estas edades, están las referidas a la relación sexual entre el hombre y la mujer. Ya no les basta con saber que los niños se forman a partir de la unión de una célula del papá y una célula de la mamá, quieren saber detalles acerca de cómo se unen las células del hombre y la mujer, así como diversas cuestiones relacionadas con el cuerpo y la sexualidad: ¿Qué es el sexo?; ¿Todas las personas mayores tienen sexo?; ¿Mi papá y mi mamá lo hacen?; ¿Es doloroso?; ¿Por qué las niñas tienen menstruación y los varones no?, etc.

En los últimos grados, se crean vínculos más estrechos con el grupo, y la presión de éste sobre el comportamiento, debido a la necesidad de los escolares pertenecer y responder a las normas y exigencias de sus pares, puede tener una gran influencia en el refuerzo de los roles de género sexistas y estereotipados, así como en el posible inicio precoz de las relaciones sexuales.

También empiezan a experimentarse los primeros cambios puberales, lo que genera preocupaciones e intereses sexuales, sobre todo relacionados con el propio cuerpo, con la formación de la pareja y el amor, para los cuales deben ser bien preparados por las y los educadores.

Comienza así una interrelación cada vez más profunda con niños y niñas de ambos sexos, fenómeno que debe ser aprovechado como vía especialmente importante para la formación de la personalidad y su esfera psicosexual, fomentando la adquisición de normas de convivencia, relación y comunicación basadas en el respeto y la igualdad.

### Adolescencia

La adolescencia, según la Organización Mundial de la Salud, es la etapa de la vida comprendida entre los 10 y los 19 años, caracterizada por profundos y rápidos cambios en el desarrollo biológico, psicológico, y social. De acuerdo a esta clasificación, los niños y las niñas panameños que cursan 5to y 6to grado del nivel primario, se encuentran transitando la etapa inicial de la adolescencia.

Este período de la vida se inicia con la pubertad, que se manifiesta en la maduración anatómica y fisiológica del sistema reproductor, la adquisición de la capacidad reproductiva y la aparición de los caracteres sexuales secundarios.

Los primeros cambios se observan en las niñas muy tempranamente, entre los 8 y los 9 años, mientras que en los varones se inician cerca de dos años después, entre los 10 y los 13 años, aunque hay grandes variaciones en ambos casos atendiendo a factores hereditarios, socioculturales y de salud.



**Cuadro N° 7****Principales cambios puberales**

Niñas	Niños
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crecimiento de las mamas</li> <li>• Crecimiento del vello púbico</li> <li>• Engrosamiento de la vagina y aumento de tamaño del útero y ovarios</li> <li>• Menarquia (primer sangrado menstrual).</li> <li>• Crecimiento del vello axilar y cambio en el sudor (olor corporal adulto)</li> <li>• Producción de mucosa por el cuello uterino, que es expulsada por la vagina</li> <li>• Aumento de talla, pelvis y caderas</li> <li>• Aumento del tejido adiposo y piel más grasosa, lo que aumenta la probabilidad de padecer acné</li> <li>• Una vez que la niña ovula, adquiere la capacidad reproductiva y puede resultar embarazada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crecimiento de los testículos y el pene</li> <li>• Crecimiento del vello púbico</li> <li>• Cambios en la voz, que se hace más profunda</li> <li>• Erecciones y eyaculaciones</li> <li>• Crecimiento del vello axilar y cambio en el sudor (olor corporal adulto)</li> <li>• Crecimiento de la barba</li> <li>• Estirón del crecimiento, aumento de musculatura</li> <li>• Piel más grasosa, y probabilidad de padecer acné</li> <li>• Adquisición de la capacidad reproductiva (puede embarazar a una adolescente o mujer)</li> </ul>

Con la pubertad surgen nuevas inquietudes, pero muchos escolares no están preparados para afrontarlas. Por ejemplo, hay niñas que tienen su primera menstruación sin que se les haya explicado la naturalidad de este proceso y las medidas de higiene requeridas. Del mismo modo, los varones tienen erecciones nocturnas que pueden llegar a la emisión espontánea de semen, así como otras conductas relacionadas con sus cambios hormonales, necesitando orientación e información al respecto.

En el área psicoemocional, aparecen necesidades, motivaciones, sentimientos e intereses, vinculados sobre todo con las relaciones con el otro sexo y con la sexualidad en general, como son la actitud de pareja, la necesidad de experimentación y los enamoramientos. Sin embargo los

cambios pueden generar inseguridad y conflictos en torno a la identidad de género, la afirmación de la masculinidad y la feminidad, la aceptación de la nueva imagen corporal, la autoestima, entre otros.

En esta etapa, el enamoramiento y la formación de parejas, pueden conducir al inicio precoz de las relaciones sexuales por diferentes razones: se aman o creen amarse; sienten necesidad de tener una relación más íntima; las chicas temen que si no lo hacen la pareja las abandonará y por lo general carecen de habilidades para resistirse a presiones externas. En el caso de los varones, los roles y patrones de género juegan un papel motivador importante ya que se sienten socialmente impulsados a reafirmar su masculinidad, en particular ante el grupo de pares.

### 3.5 Eje Temático No. 5: Salud Sexual y Reproductiva

Uno de los fundamentos básicos de la Educación de la Sexualidad es la preparación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes para el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en correspondencia con las características y necesidades de cada etapa, fortaleciendo una cultura de protección y cuidado de la salud sexual y reproductiva y contribuyendo, según se explicará en esta sección, a la prevención del embarazo en la adolescencia, las ITS y el VIH/sida.

#### 3.5.1 Objetivos y contenidos para la Educación Primaria

##### Objetivos

1. Promover la comprensión de los factores de riesgo y los factores protectores relacionados con la salud y la salud sexual y reproductiva acordes a cada edad, como condición para el ejercicio responsable de la sexualidad.
2. Facilitar el aprendizaje de habilidades para:
  - Cuidar la salud y la SSR propia y ayudar a cuidar a las demás personas de su entorno.
  - Prevenir y manejar situaciones que afectan la salud y la SSR, incluyendo la iniciación sexual temprana, el embarazo adolescente, las ITS y el VIH/sida.
  - Valorar la significación e importancia de la maternidad y la paternidad responsable y la planificación de la familia.

#### Cuadro No.8.

##### Contenidos del Eje de Salud Sexual y Reproductiva por grupos etarios, nivel primario

1ro-2do grado	3ro-4to grado	5to-6to grado
<ul style="list-style-type: none"> <li>Derecho a la salud y la SSR según la edad</li> <li>Cuidado de la salud y la SSR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Derecho a la salud y la SSR según la edad</li> <li>Cuidado de la salud y la SSR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Derecho a la salud y la SSR según la edad</li> <li>Cuidado de la salud y la SSR</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoración de la maternidad y la paternidad en la vida humana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoración de la maternidad y la paternidad en la vida humana</li> <li>Riesgos y consecuencias de la maternidad y la paternidad en edades tempranas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Toma de decisiones responsables sobre la sexualidad</li> <li>Importancia de la planificación de la familia</li> <li>Factores de riesgo y factores protectores con relación al embarazo en la adolescencia</li> <li>Consecuencias fisiológicas, psicológicas y sociales del embarazo adolescente</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Enfermedades relacionadas con la sexualidad que se transmiten de una persona a otra</li> <li>Comportamientos que protegen la salud y la SSR</li> <li>Respeto, apoyo y protección a las personas enfermas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enfermedades relacionadas con la sexualidad que se transmiten de una persona a otra</li> <li>Comportamientos que protegen la salud y la SSR</li> <li>Respeto, apoyo y protección a las personas enfermas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ITS y VIH. Transmisión, síntomas, diagnóstico y tratamiento</li> <li>Factores de riesgo y factores protectores con relación a las ITS y el VIH</li> <li>Prevención de riesgos relacionados con las ITS y el VIH</li> <li>Marco normativo sobre la prevención y atención de las ITS y el VIH/sida</li> </ul>

### 3.5.2 Visión general y conceptos básicos

#### El derecho a la salud y a la salud sexual y reproductiva

Actualmente, el concepto de salud es entendido desde una perspectiva amplia, no sólo como la ausencia de enfermedad, sino en términos del pleno bienestar físico psicológico y social del ser humano. En este contexto, es importante considerar que la salud sexual y la salud reproductiva son factores determinantes, tanto para el bienestar del individuo, las parejas y las familias, como para el desarrollo de los países.

- **La salud sexual** es un estado general de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad, y no la mera ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad. La salud sexual requiere de un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales seguras, libres de coacción, discriminación y violencia. (Organización Mundial de la Salud, 2002)
- **La salud reproductiva** es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. En consecuencia, la salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos y de procrear, y la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia. (Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, 1994)

Para lograr el pleno bienestar con relación a la sexualidad y la reproducción, cada individuo debe tener la oportunidad y la capacidad de ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, tomando decisiones autónomas y responsables, libres de coacción, discriminación y violencia.

De los 17 Objetivos de la nueva **Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible** aprobada por la comunidad internacional, tres se relacionan de forma directa con la salud sexual y reproductiva:

**Objetivo 3.** Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades (reducción de la mortalidad materna y del recién nacido; poner fin a la epidemia de Sida; acceso universal a los servicios de SSR, incluidos los de planificación de la familia, información y educación, entre otros).

**Objetivo 4.** Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos (acceso a la educación y a conocimientos teóricos y prácticos sobre estilos de vida sostenibles, derechos humanos, igualdad entre los géneros, la promoción de una cultura de paz y no violencia, etc.).

**Objetivo 5.** Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas (eliminar la discriminación y la violencia de género, incluidas la trata y la explotación sexual; acceso universal a la salud sexual y reproductiva y los derechos reproductivos de las mujeres, entre otros).

Los derechos de todas las personas - sin distinción de edad, género, raza, etnia, nacionalidad, religión, posición social o económica - al más alto nivel posible de SSR, están reconocidos en las declaraciones y convenciones internacionales de derechos humanos, así como en los marcos normativos de la mayoría de los países, incluyendo Panamá.

Los niveles de SSR dependen de un conjunto de factores de riesgo y protectores (biológicos, psicológicos, conductuales, familiares, socioculturales, económicos, etc.) que interactúan de forma estrecha en el curso del ciclo de vida y que serán explicados en esta sección.

### Maternidad, paternidad y planificación de la familia

La maternidad y la paternidad son parte del proceso natural de reproducción de la vida, y la mayoría de las personas anhelan fundar una familia y tener descendencia. No obstante, hay parejas que deciden no tener hijos, así como personas que voluntariamente optan por el celibato, como las religiosas y los sacerdotes, ejerciendo un derecho que debe ser respetado.

La familia y los hijos e hijas entrañan grandes alegrías y son fuente de felicidad para el ser humano, pero al mismo tiempo, presuponen grandes responsabilidades, para las cuales es necesario preparar a niños y niñas desde los primeros grados escolares.

La planificación de la familia es un proceso de toma de decisiones con relación al proyecto de pareja y de vida familiar que se desea construir como parte del proyecto de vida, lo que implica clarificar las opciones en torno a un conjunto de preguntas trascendentes.<sup>47</sup>

- ¿Cuál es nuestro proyecto de vida como pareja?
- ¿Qué papel juega la familia en ese proyecto?
- ¿Qué tipo de familia deseamos formar?
- ¿Deseamos o no tener hijos e hijas?
- ¿Cuántos queremos tener?
- ¿En qué momento de nuestras vidas los tendremos?
- ¿Cuáles son las condiciones de vida, crianza y educación que deseamos para nuestros hijos e hijas?
- ¿Tenemos actualmente, o tendremos en un futuro tales condiciones?
- ¿Cómo regularemos la fecundidad para ser madres y padres en el momento deseado?
- ¿Cuáles son los métodos más convenientes, cómo adquirirlos y cómo utilizarlos?

Al tomar decisiones sobre estos aspectos, las personas ejercen sus derechos a la elección de la pareja, a tener relaciones sexuales consensuadas, al matrimonio consensuado, a llevar una vida sexual segura y satisfactoria, a decidir responsablemente el número de hijos, el espaciamiento de los nacimientos y el intervalo entre éstos, a disponer de la información y de los medios para ello, a adoptar decisiones relativas a la reproducción sin sufrir discriminación, coacciones ni violencia, a alcanzar el nivel más elevado de salud sexual y reproductiva, entre otros. Al mismo tiempo, se protege el derecho de todo niño y niña a ser deseado, y a nacer y vivir en una familia que le brinde el amor y los cuidados necesarios para su pleno desarrollo.

En la etapa infantil, es importante sentar las bases del proyecto de vida, propiciando la reflexión de niños y niñas acerca de sus expectativas futuras sobre la pareja y la familia, con énfasis en la paternidad y la maternidad responsables. Estos aspectos revisten especial significación para abordar el tema de la prevención del embarazo en la adolescencia, que será trabajado en los Talleres de Educación de la Sexualidad.

### Toma de decisiones responsables sobre la sexualidad

Entre las habilidades para la vida que promueven los programas de Educación de la Sexualidad, son de especial significación aquellas relacionadas con la toma de decisiones para manejar de manera responsable los retos que se presentan en diversos ámbitos de la vida sexual y reproductiva.

Es importante considerar al respecto, que existen diferentes formas de reaccionar y afrontar los desafíos, conflictos y problemas:

- **Actitud pasiva:** se caracteriza por respuestas adaptativas, que dependen de las presiones externas. En estos casos, se deja que

otras personas decidan por uno mismo o se evade tomar la decisión y asumir la responsabilidad, sin que tenga lugar una reflexión en base a los propios valores y convicciones. Por ejemplo, ante la decisión de tener o no tener relaciones sexuales en la adolescencia, suele suceder que algunas jóvenes se inicien tempranamente para complacer a su pareja, ante las presiones de ésta.

- **Actitud impulsiva:** la persona decide atendiendo a emociones y necesidades inmediatas, sin considerar las consecuencias de su comportamiento para sí misma y para los demás.
- **Actitud activa:** se basa en un análisis autónomo de la situación, la búsqueda de opciones y alternativas y la reflexión sobre las consecuencias inmediatas y mediatas de la actuación. Este implica un pensamiento crítico, y que la persona tenga claridad acerca de sus propios valores y convicciones.

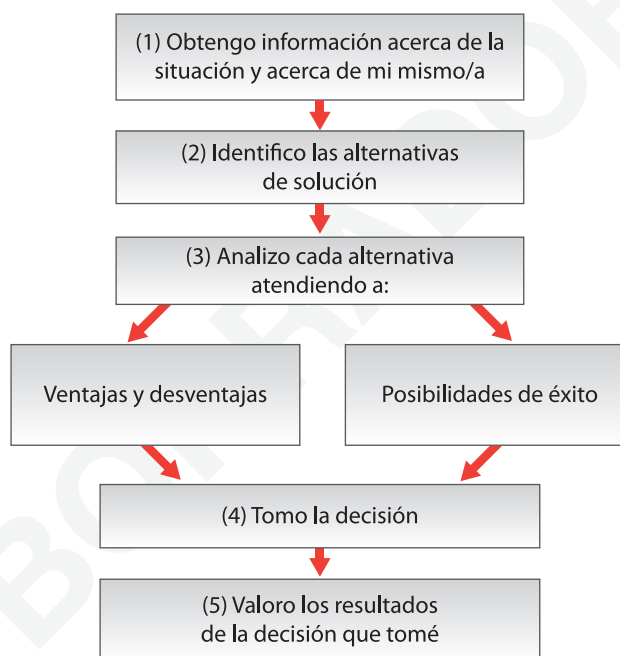
Desde esta perspectiva, se comprende que educar para una sexualidad responsable, exige preparar activamente a niños, niñas y adolescentes para enfrentar los desafíos que surgen en el encuentro con la propia sexualidad y en las interrelaciones en la familia, la escuela, los grupos de pares y la comunidad, de modo que sean capaces de tomar decisiones independientes y oportunas.

Para tomar decisiones, la persona tiene que elegir entre un conjunto de opciones y posibilidades, la que mejor se adapta a la solución de una determinada situación, considerando las posibles implicaciones de su decisión, o sea, que debe anticipar las consecuencias y prever los riesgos. Al mismo tiempo, tiene que conocer y aceptar sus propios deseos, aspiraciones, valores y necesidades, disponer de información relevante sobre la situación y dominar estrategias y procedimientos que facilitan este proceso.

En el caso de los niños, niñas y adolescentes, es posible desarrollar gradualmente estas habilidades, de modo que se apropien de los siguientes pasos del proceso, y los ejerciten a partir del análisis de casos y ejemplos acordes a las problemáticas de su edad: (1) Obtención de información de fuentes confiables, acerca de la situación, y acerca de los propios valores y expectativas; (2) Identificación de las posibles alternativas de solución, a partir de la información disponible, y consultando, de ser necesario, a otras personas; (3) Análisis de las opciones o alternativas en consideración a sus ventajas y desventajas y a las posibilidades reales de que tengan éxito; (4) Toma de decisión; y (5) valoración de los resultados de la decisión, lo que puede conducir a eventuales reajustes y a reiniciar el proceso.

### Gráfico N° 9

#### Pasos del proceso de toma de decisiones





Según se explicó en la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación), la formación de habilidades, requiere enseñar a los y las estudiantes en qué consiste la habilidad, su importancia y las acciones necesarias para ponerla en práctica. Además, es esencial brindarles ejemplos de su aplicación en la vida cotidiana, oportunidades para la ejercitación y espacios para la evaluación y autoevaluación del desempeño.

### Prevención del embarazo en la adolescencia

La Organización Mundial de la Salud define el embarazo en la adolescencia como aquel que se produce entre los 10 y los 19 años de edad, independientemente del grado de madurez biológica, psicoemocional y social alcanzado. Tanto en la adolescencia temprana (10-14 años) como en la tardía (15 a 19 años), el embarazo se considera de riesgo, debido a sus repercusiones en la salud sexual y reproductiva y en el proyecto de vida de los y las adolescentes de ambos sexos, en particular de las mujeres.

Los principales factores de riesgo y protectores son los siguientes:

## Cuadro N° 9

### Factores de riesgo y de protección con relación embarazo en la adolescencia

Factores de riesgo	Factores protectores
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Condiciones de pobreza y exclusión social</li> <li>• Bajo nivel educativo</li> <li>• Insuficiente o pobre información, educación y servicios sobre la sexualidad y la SSR</li> <li>• Haber vivido en hogares con antecedentes de madres y hermanas mayores con iniciación sexual precoz y embarazo en la adolescencia</li> <li>• Falta de aspiraciones y proyectos de vida</li> <li>• Desigualdad de género</li> <li>• Violencia de género, incluyendo la violencia sexual</li> <li>• Iniciación sexual temprana</li> <li>• Relaciones sexuales sin protección y débil percepción del riesgo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permanencia en el sistema escolar, como mínimo hasta la conclusión del nivel secundario</li> <li>• Recibir información y educación sobre la sexualidad y la SSR acorde a las necesidades de cada etapa</li> <li>• Acceso a servicios de SSR, incluyendo consejería</li> <li>• Tener un proyecto de vida y aspiraciones de desarrollo personal</li> <li>• Dinámica familiar saludable, basada en relaciones respetuosas y libres de violencia</li> <li>• Influencia favorable del grupo de pares</li> </ul>

### Consecuencias del embarazo en la adolescencia

Los impactos del embarazo en la adolescencia son multidimensionales y afectan no sólo el bienestar de las personas, las familias y las comunidades, sino también los esfuerzos de los países por alcanzar un desarrollo socioeconómico sostenible.

- Mortalidad materna: la tasa de mortalidad en adolescentes es mayor que en otros grupos de edad debido a la atención tardía durante el embarazo y a complicaciones médicas en el parto. También se reportan casos de mujeres que son agredidas por sus parejas durante el embarazo, poniendo en peligro la salud de la madre y del hijo.
- Mortalidad infantil, sobre todo perinatal: los hijos e hijas de madres adolescentes pueden ser prematuros, con bajo peso al nacer, y tienen la mitad de posibilidades de sobrevivir en su primer año de vida, que los de mujeres entre 20 y 39 años.<sup>48</sup>
- Incremento de la fecundidad adolescente, especialmente en el caso de las adolescentes pobres y que han abandonado la escuela, produciéndose una alta incidencia del 2do embarazo y de otros subsecuentes.
- Alta incidencia de abortos
- Deserción escolar y bajos niveles educativos
- Pérdida del proyecto de vida

**El embarazo en la adolescencia contribuye a perpetuar el círculo de la reproducción intergeneracional de la pobreza y las exclusiones, y en particular, tiene un impacto notable en la feminización de la pobreza, la persistencia de la desigualdad, la violencia y la falta de oportunidades de la mujer.**

**Las adolescentes embarazadas, en comparación con las mujeres adultas, tienen más riesgos y consecuencias adversas en salud, menos probabilidades de terminar el ciclo educativo, más riesgo de empleos informales y de pobreza, y sus hijos sufren más riesgos de salud.**

*(OPS, 2009)*

- Inserción precaria en el mundo laboral, desempleo, bajo nivel de ingresos
- Pérdida de la red de relaciones con sus pares y aislamiento social
- Trastornos psicoemocionales: depresión, ansiedad, frustración, adicciones, y otros
- Consecuencias para la dinámica y la economía familiar

### ¿Cómo puede la escuela contribuir a la prevención del embarazo en la adolescencia?

1. Si bien toda estrategia preventiva se sustenta en la consideración de los factores de riesgo y los factores protectores, en el caso del embarazo en la adolescencia, hay aspectos en los que no es posible intervenir desde la escuela, por ejemplo, aquellos relativos a aliviar las condiciones de pobreza o a asegurar el acceso a los servicios de salud y de salud sexual y reproductiva. Pero la institución educativa tiene la potencialidad para incidir, a través de la Educación de la Sexualidad, en la transmisión de conocimientos, valores y habilidades para el ejercicio de una sexualidad responsable, saludable y feliz.

## El efecto protector de la Educación de la Sexualidad

- En una revisión de 87 programas de Educación Sexual alrededor de todo el mundo, se constató que la mayoría incrementó el conocimiento, y dos tercios tuvo un impacto positivo en el comportamiento: muchos adolescentes retrasaron su iniciación sexual, y en el caso de los sexualmente activos, se redujo la cantidad de parejas sexuales y la frecuencia de encuentros sexuales sin protección, entre otros comportamientos de riesgo. (UNESCO, 2009)
- Otras evaluaciones indican que los programas eficaces de Educación de la Sexualidad logran: aumentar los conocimientos, mejorar la comunicación de padres y madres con sus hijos e hijas, retrasar el inicio de las relaciones sexuales y aumentar las relaciones protegidas. Estos programas no fomentan el inicio de las relaciones sexuales, ni aumentan la frecuencia de éstas. (Kirby, 2007)
- Diferentes investigaciones han demostrado que los programas que de mayor impacto en la prevención del embarazo y las infecciones de transmisión sexual, son los que enfatizan el pensamiento crítico acerca del género y el poder en las relaciones. (Haberland y Rogow, 2013)

2. El punto de partida para la prevención, tanto primaria como secundaria, es el marco de derechos humanos, incluyendo los derechos sexuales y reproductivos acordes a la edad. Empoderar a niños y niñas con relación a sus derechos, deberes y responsabilidades, como son el derecho a la salud y a alcanzar el más alto nivel de SSR según cada edad, el derecho a la educación, a la igualdad de género, a adoptar decisiones libres de coacción o violencia, entre otros, es la clave para lograr la concientización y la adopción de comportamientos responsables.
3. En los grados iniciales del nivel primario, es importante enfocar la prevención a partir de la valoración de la paternidad y la maternidad en la vida de las personas, con énfasis en las condiciones necesarias para ser padres y madres, las responsabilidades que ello conlleva y las consecuencias que puede tener la maternidad o la paternidad en edades tempranas. Al mismo tiempo, cuando se alienta a los niños y niñas a construir un proyecto de vida que incluya la continuidad de su educa-

ción y un conjunto de expectativas valiosas acerca de la pareja, la familia y las relaciones de igualdad, respeto y libres de violencia, se contribuye especialmente a incidir en otros de los factores de riesgo del embarazo en la adolescencia (desigualdad y violencia de género, bajo nivel educativo, falta de aspiraciones y proyectos de vida, falta de información y educación en sexualidad, etc.).

4. En 5to y 6to grado se requiere profundizar en los factores de riesgo y protectores, las consecuencias del embarazo en la adolescencia, el fortalecimiento de la percepción del riesgo y las habilidades para tomar decisiones responsables sobre la sexualidad. Trabajar estos factores desde un marco de derechos es una ventana de oportunidad para lograr que se posponga el inicio de las relaciones sexuales hasta etapas posteriores de la vida, así como para manejar situaciones que pueden conducir a un embarazo. Por ejemplo, si uno de los derechos sexuales y reproductivos es alcanzar el más alto nivel posible de SSR, es importante reflexionar con los y las estudiantes

que este derecho se vulnera en caso de un embarazo adolescente, por los riesgos que tiene para la salud y la vida de la adolescente, que no está preparada biológica, psicológica y socialmente para la maternidad. En igual medida, las habilidades para comunicarse asertivamente y resistir las presiones a iniciar precozmente la vida sexual, deben ser fortalecidas en estas edades de forma preventiva; si se inicia su formación en etapas posteriores, probablemente sea demasiado tarde.

5. Es oportuno insistir, según se ha destacado previamente, en la necesidad de transmitir mensajes claros e inequívocos sobre los comportamientos protectores que pueden reducir el riesgo del embarazo en la adolescencia, en particular lo relativo a abstenerse de las relaciones sexuales o retrasar su inicio, a la utilización de métodos anticonceptivos en aquellos casos en que se ha iniciado la vida sexual activa.
6. Es importante enfocar la abstención como una decisión responsable e informada, que permite a adolescentes y jóvenes optar por no tener relaciones sexuales coitales y postergarlas hasta un momento posterior de su vida en que exista la madurez requerida. El énfasis debe dirigirse a demostrarles, con argumentos sólidos, que al abstenerse están ejerciendo sus derechos de manera autónoma, libres de presiones externas. Sin embargo, el personal docente debe tener muy claro que los programas basados exclusivamente en la abstinencia no resultan efectivos, lo que ha sido demostrado a través de estudios científicos realizados en diferentes países, y en particular en los Estados Unidos.<sup>49</sup> Por ello, se requiere promover y fortalecer la abstención, y darles a conocer al mismo tiempo las posibilidades de la anticoncepción, previendo situaciones que no podemos manejar como docentes.

7. El tema de los anticonceptivos debe ser introducido en un marco amplio de planificación familiar, ya que no serán examinados en detalle en el nivel primario. En los Anexos se incluye una Hoja Informativa para Docentes sobre los métodos anticonceptivos, de modo que tengan la información necesaria en caso de que surjan preguntas por parte de los y las estudiantes en los Talleres o en otros espacios del ámbito escolar.

### Prevención de las Infecciones de Transmisión Sexual, incluyendo el VIH/sida<sup>50</sup>

- Las infecciones de transmisión sexual (ITS) se transmiten principalmente a través del contacto sexual no protegido con una persona infectada. Algunas pueden adquirirse a través del contacto piel a piel; el intercambio de fluidos corporales; compartir jeringuillas contaminadas; contacto con la sangre de personas infectadas; o de madre a hijo o hija, durante el embarazo, el parto o a través del amamantamiento.
- A nivel mundial, más de dos millones de adolescentes entre 10 y 19 años viven con el VIH.
  - Alrededor de una de cada siete nuevas infecciones por VIH se produce en la adolescencia.
  - El VIH es la segunda causa de mortalidad en la adolescencia. Según la OMS, el número de muertes de adolescentes por VIH está aumentando.
  - Los y las jóvenes siguen teniendo niveles muy bajos de conocimiento sobre el VIH y el Sida (OMS, 2014 y UNESCO, 2013).
- Las ITS pueden afectar a hombres y mujeres, y sus consecuencias son graves en ambos casos. Sin embargo, muchas ITS son difíciles de detectar en las mujeres, por lo que la infección puede propagarse produciendo daños irreparables. También en los hombres, algunas ITS pueden ser asintomáticas.

- La infección con algunas ITS aumentan la probabilidad de contagiarse con o transmitir el VIH..
- El VIH es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana. A diferencia de otros virus, el VIH invade las células de defensa del organismo y las destruye progresivamente. La infección por VIH llega a la etapa llamada sida (Síndrome de Inmunodeficiencia Humana) cuando las defensas están muy debilitadas y no pueden proteger al organismo en forma adecuada. Aparecen entonces enfermedades llamadas “oportunistas”, porque se presentan cuando el sistema de defensas del cuerpo humano está dañado y, a causa de ello, el estado general de la persona se deteriora y puede conducir a la muerte.
- El VIH **se transmite únicamente** por tres vías:
  - **Transmisión sexual:** si se mantienen relaciones sexuales sin protección (preservativo), tanto vaginales como anales u orales.
  - **Transmisión por vía sanguínea:** al utilizar instrumentos punzantes o cortantes como jeringuillas, agujas, maquinillas de afeitar, cepillos de dientes, agujas de tatuar o perforar que hayan estado en contacto con la sangre de una persona infectada.
  - **Transmisión perinatal o vertical de madre a hijo/a:** una mujer embarazada que vive con VIH puede transmitir el virus a su bebé durante el embarazo, el parto o cuando da de mamar.
- El VIH **no se transmite** a través de:
  - Estornudos, tos, sudor, lágrimas
  - Abrazos o saludos con las manos
  - Mosquitos u otros insectos
  - Compartir vasos, cubiertos, ropa
  - Compartir el baño, la piscina, dormir en la misma cama

### Factores de riesgo y protectores con relación a las ITS y el VIH/sida

Existen múltiples factores socioeconómicos, culturales, educativos e individuales, entre otros, que ponen en riesgo a las personas ante las ITS, y en particular el VIH/sida.

Entre éstos, es necesario considerar que las personas que viven en condiciones de pobreza y marginalización, tienen menores oportunidades de acceder a una educación preventiva de calidad y a servicios médicos de SSR que garanticen la orientación, atención y tratamiento, y tienen mayor probabilidad de sufrir diferentes tipos de violencia y otras conductas de riesgo que alimentan la epidemia. Al mismo tiempo, los impactos del VIH son devastadores para las personas y las familias pobres, ya que conduce a la pérdida de ingresos, crea necesidades asistenciales extraordinarias que obligan a otros miembros de la familia a abandonar el trabajo o la escuela para cuidar al enfermo, aumenta los gastos familiares, costos médicos, alimentarios, etc.

Se ha demostrado también la educación es una de las defensas básicas contra la diseminación del VIH, ya que los y las adolescentes que están fuera de la escuela o la han abandonado, tienen más probabilidad de presentar comportamientos sexuales de riesgo, al no haber recibido información sobre el VIH y no haber desarrollado las habilidades necesarias para protegerse.

**“Ir a la escuela protege... Aunque asegurar la escolarización es importante para reducir la vulnerabilidad general, resulta insuficiente si no concurren medidas específicas para proporcionar información, aptitudes prácticas y vínculos con servicios escuela-comunidad”.**

ONUSIDA (2004).<sup>51</sup>

En el caso de las niñas, adolescentes y mujeres, su vulnerabilidad biológica al VIH y a otras ITS se ve incrementada en los casos de sexo forzado y las violaciones de que son víctimas y el consiguiente uso limitado del preservativo y los daños físicos derivados. La discriminación por razón de género y la posición subordinada a la autoridad masculina limita la autonomía de las mujeres, pero en el caso de los hombres, los roles y estereotipos de género afectan igualmente su vulnerabilidad, por cuanto se sienten impelidos a tener relaciones sexuales frecuentes y a cambiar de pareja sexual, al tiempo que la percepción del riesgo es débil.

## Cuadro N° 10

### Principales factores de riesgo y de protección con relación al VIH/sida

Factores de riesgo	Factores protectores
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pobreza y marginalización</li> <li>• Abandono de los estudios y la escuela</li> <li>• Falta de información y de habilidades para la vida (tomar decisiones responsables, comunicación asertiva, negociación de relaciones sexuales protegidas, resistir la presión a tener relaciones sexuales, buscar ayuda y apoyo, etc.)</li> <li>• Insuficiente acceso a servicios de SSR y prevención del VIH</li> <li>• Relaciones sexuales tempranas</li> <li>• Relaciones sexuales de riesgo (no protegidas)</li> <li>• Consumo de drogas intravenosas</li> <li>• Baja percepción del propio riesgo</li> <li>• Vulnerabilidad a otras ITS</li> <li>• Vulnerabilidad de género</li> <li>• Coerción y violencia sexual</li> <li>• Limitada comunicación con padres/madres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistir a la escuela y completar la educación secundaria</li> <li>• Conocimientos sobre las vías de transmisión y los comportamientos de riesgo; habilidades para tomar decisiones responsables, comunicación asertiva, negociación de relaciones sexuales protegidas, resistir la presión a tener relaciones sexuales, buscar ayuda y apoyo, etc.</li> <li>• Igualdad de acceso a servicios de SSR, incluyendo la prevención y tratamiento del VIH</li> <li>• Mejorar el acceso a una SSR integral para adolescentes según las necesidades específicas de estas edades</li> <li>• Entornos libres de discriminación, desigualdad y violencia, en particular de violencia de género y sexual</li> <li>• Información, educación y servicios de SSR y prevención del VIH a adolescentes fuera de la escuela</li> </ul>



### ¿Cómo puede la escuela contribuir a la prevención de las ITS y el VIH/sida?

1. El papel preventivo de la escuela contempla básicamente, la impartición de conocimientos científicos acerca de las ITS y el VIH/sida, incluyendo las vías de transmisión, los síntomas y las consecuencias para las personas, las familias y la sociedad, los factores de riesgo y protectores, entre otros contenidos conceptuales. Al mismo tiempo, debemos tener presente que el conocimiento por sí sólo, no garantiza que los y las estudiantes se apropien de formas de comportamiento responsable que les permitan disminuir los riesgos individuales. Por ello, es imprescindible fortalecer el desarrollo de habilidades, entre éstas:
  - Tomar decisiones responsables sobre las relaciones personales y sexuales, y saber defenderlas con independencia.
  - Comunicarse asertivamente y negociar las relaciones sexuales (negarse a tener relaciones, establecer relaciones seguras y protegidas, resistir a las presiones del grupo de pares o de la pareja, etc.).
  - Reconocer, evitar o abandonar situaciones que pueden volverse arriesgadas, como el acoso, el abuso y la violencia sexuales, el uso de drogas y alcohol, etc.
  - Buscar apoyo para acceder a información, orientación y servicios sobre salud sexual y reproductiva y prevención del VIH/sida.
2. En los niños y niñas de los primeros grados, la prevención se trabaja en el marco del respeto y cuidado del propio cuerpo y de la salud, enseñándoles que hay enfermedades que se transmiten de una persona a otra, y cuáles son los comportamientos que protegen la salud y evitan estas enfermedades.
3. A partir de 3er grado y hasta 6to, es importante ir ampliando progresivamente la información, sobre todos por dos razones. Primeramente, dada su exposición a los medios de comunicación y a otras personas, han escuchado con seguridad hablar de estas infecciones, y necesitan contar con información objetiva y fidedigna, para evitar falsas creencias que los ponen en situación de vulnerabilidad. En segundo lugar, hay que enseñarles a protegerse y desarrollar tempranamente comportamientos responsables, sobre todo teniendo en cuenta que pueden ser vulnerables al abuso sexual (a través del cual pueden resultar infectados), y que existe también el riesgo de que inicien tempranamente la actividad sexual, por lo que hay que trabajar con vistas a que se abstengan de la actividad sexual o retarden lo más posible el momento de la iniciación, según lo explicado previamente al abordar la prevención del embarazo en la adolescencia.
4. En todos los grados, es importante promover valores humanistas con relación a las personas enfermas, en particular para evitar el estigma y la discriminación que suelen sufrir las personas portadoras del VIH o enfermas de sida, cuestiones que son claramente establecidas en las leyes de Panamá.
5. A través de los Talleres de Educación de la Sexualidad, deben transmitirse mensajes claros sobre las vías de transmisión y los comportamientos protectores que conducen a reducir el riesgo. Los siguientes mensajes deben adecuarse a la edad de los niños y niñas. En el caso de Primaria, se hará énfasis en las dos primeras opciones. Los mensajes relativos al uso de preservativos y la fidelidad de la pareja son apropiados para la etapa de la adolescencia, pero los y las docentes deben manejarlos en caso de que

surjan dudas e inquietudes, sobre todo entre los niños y niñas mayores:

- Abstenerse/postergar las relaciones sexuales (éstas incluyen cualquier práctica sexual donde el semen, la sangre, los líquidos presemiales o los fluidos vaginales de una persona entren en el cuerpo de otra).
- No compartir instrumentos punzantes o cortantes como jeringuillas, agujas, maquinillas de afeitar, cepillos de dientes, agujas de tatuar o perforar.
- Utilizar correctamente el condón masculino o femenino junto con espermicida (estos métodos de barrera impiden que fluidos ingresen al cuerpo).
- No tener relaciones sexuales con otras personas fuera de su pareja (monogamia o fidelidad mutua, en caso de personas que tengan la seguridad de no estar infectadas)
- En el caso de las adolescentes embarazadas, deben hacerse la prueba de VIH para evitar la transmisión vertical de la madre al hijo o hija durante el embarazo, el parto y la lactancia.

6. En todos los niveles educativos, los enfoques de derechos, género y respeto de la diversidad sociocultural son esenciales para comprender los factores de riesgo y protectores, así como para la prevención. Es indudable que la infección por el VIH priva a las personas del derecho a disfrutar de la salud y a la vida, en tanto el ejercicio de los derechos, en particular los sexuales y reproductivos, incide favorablemente en la toma de decisiones responsables y la prevención de las infecciones de transmisión sexual.






# ¿Cómo desarrollar los Talleres de Educación de la Sexualidad para cada grupo etario?

## 4.1 Talleres y orientaciones para 1ro y 2do grado


### Cuadro N° 11

#### Talleres de Educación de la Sexualidad para 1ro y 2do grado

Título	Eje Temático	 <b>Contenidos</b>	
1. El país de mis sueños	Sexualidad, derechos y ciudadanía	Derechos y deberes de niños y niñas	
2. Cuando sea grande voy a ser...	Sexualidad, derechos y ciudadanía	Derechos humanos y proyecto de vida	
3. Cómo soy yo	Sexualidad y género	Sexualidad, sexo, identidad de género y roles de género	
4. ¿Quién trabaja en casa?	Sexualidad y Género	Construcción social de lo masculino y lo femenino	
5. Nos hacemos amigos y amigas	Relaciones interpersonales y comunicación	Relaciones interpersonales satisfactorias y respetuosas en la familia, el grupo de pares y la comunidad	
6. A mí me gusta...me disgusta	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Comunicación asertiva, aprendiendo a manifestar mis opiniones y emociones respetuosamente	

 <b>Objetivos didácticos</b>	 <b>Objetivos de aprendizaje</b>
<p>Promover la comprensión de los derechos de los niños y las niñas y la importancia de su aplicación en todas las esferas de la vida.</p> <p>Facilitar la formación de habilidades para valorar la conducta propia y ajena en base a los derechos, y para identificar situaciones en que no se respetan los derechos.</p>	<p>Comprende y valora sus derechos y deberes y la importancia de respetar los derechos de las demás personas.</p> <p>Reconoce situaciones en las que los derechos de niños y niñas no son respetados.</p>
<p>Facilitar la apropiación gradual de habilidades para construir un proyecto de vida sustentado en elevados valores universales y nacionales.</p>	<p>Comprende que cada niño o niña es un ser único y especial que puede proponerse y lograr metas hacia el futuro.</p> <p>Reflexiona acerca de cómo le gustaría ser cuando sea grande, y qué tiene que hacer para alcanzarlo.</p>
<p>Fortalecer el desarrollo de la identidad de género de niños y niñas</p> <p>Promover la comprensión y el ejercicio del derecho a la igualdad de género</p>	<p>Se autclasifica como niño o niña atendiendo a la anatomía de sus genitales externos</p> <p>Reconoce las formas de comportamiento establecidas por la sociedad para cada sexo</p> <p>Comprende que niños, niñas, hombres y mujeres deben ser tratado por igual</p>
<p>Promover en niños y niñas la comprensión del derecho a la igualdad de género en la familia, y los deberes derivados de éste</p>	<p>Reconoce que las tareas del hogar pueden ser realizadas por hombres y mujeres por igual</p> <p>Comprende sus responsabilidades como niño o niña en la familia, y la importancia de compartir las tareas del hogar</p>
<p>Fomentar las bases para el desarrollo de relaciones satisfactorias y respetuosas entre niños y niñas y de estos con los adultos</p>	<p>Comprende cómo expresar sus emociones y afectos a las personas de su entorno</p> <p>Se relaciona de forma respetuosa con amigos, amigas y familiares</p>
<p>Promover la comprensión del derecho de niños y niñas de expresarse y de ser escuchados</p> <p>Facilitar la formación de habilidades para comunicar de forma respetuosa sus pensamientos y sentimientos</p>	<p>Comprende que tiene el derecho de expresar sus ideas y opiniones y el deber de respetar las ideas y opiniones de las demás personas</p> <p>Comunica asertivamente sus pensamientos y sentimientos</p>



Título	Eje Temático	 Contenidos	
7. Aprendiendo a comunicarme	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Influencia de los medios de comunicación, Internet y las redes sociales en la sexualidad	
8. Conozco mi cuerpo y me acepto como soy	Desarrollo de la sexualidad	Afecto y emociones asociadas a la curiosidad de la anatomía sexual y reproductiva	
9. Aprendo a protegerme	Desarrollo de la sexualidad	Derecho a la intimidad e integridad del propio cuerpo y respeto a la intimidad e integridad corporal de las demás personas	
10. Y yo... ¿cómo nací?	Desarrollo de la sexualidad	De dónde vienen los niños y las niñas	
11. Imaginemos ser mamá o papá	Salud sexual y reproductiva	Valoración de la maternidad y paternidad responsables en la vida humana	
12. Me gusta mi cuerpo sano	Salud sexual y reproductiva	Conceptos de salud y SSR acordes a la edad	

 <b>Objetivos didácticos</b>	 <b>Objetivos de aprendizaje</b>
<p>Favorecer la comprensión acerca de la importancia de utilizar los medios de comunicación, Internet y las redes sociales de manera responsable, con la guía y aprobación de personas adultas</p>	<p>Identifica diferentes medios a través de los cuales puede recibir información, aprender y comunicarse</p> <p>Reconoce que tiene derechos y deberes en el uso de los medios de comunicación, Internet y las redes sociales</p>
<p>Profundizar en el conocimiento del cuerpo</p> <p>Facilitar la formación de una imagen corporal positiva y una adecuada autoestima</p>	<p>Acepta y valora positivamente su propio cuerpo</p> <p>Respeta y valora la diversidad corporal de las demás personas</p>
<p>Fortalecer en niños y niñas la valoración del propio cuerpo, como algo que es único y les pertenece.</p> <p>Facilitar la apropiación de habilidades para protegerse frente a posibles situaciones de violencia sexual</p>	<p>Comprende que su cuerpo le pertenece y que nadie puede tocarle sin su permiso.</p> <p>Identifica formas apropiadas/inapropiadas de tocar y secretos buenos/malos.</p> <p>Comprende cómo puede protegerse: decir “no”, escapar, contarle.</p>
<p>Fortalecer en niños y niñas los conocimientos básicos acerca del origen y nacimiento del ser humano</p>	<p>Comprende y valora la importancia de la fecundación, el embarazo y el parto en la vida del ser humano</p> <p>Utiliza el lenguaje correcto para nombrar los órganos sexuales y reproductivos y sus funciones</p>
<p>Promover en los niños y las niñas la comprensión y valoración de las responsabilidades inherentes a la maternidad y paternidad</p>	<p>Comprende la importancia de la maternidad y la paternidad en la vida de las personas y las responsabilidades de madres y padres en la familia</p> <p>Reconoce que la maternidad y la paternidad responsables son parte de la formulación de su proyecto de vida futura</p>
<p>Promover la comprensión por niñas y niños de los conceptos de salud y SSR, acordes a la edad</p> <p>Facilitar el desarrollo de habilidades para el autocuidado de la salud y la prevención de enfermedades</p>	<p>Comprende que como niño o niña, tienen el derecho a una vida saludable, y la responsabilidad del autocuidado de su salud</p> <p>Reconoce situaciones que ponen en riesgo su salud, y como evitarlas</p>

## “El país de mis sueños”

### Eje Temático

Sexualidad, Derechos y Ciudadanía



### Duración

35-40 minutos



### Contenidos

Derechos y deberes de niños y niñas



### Materiales

Cartulinas, hojas blancas, goma, maskintape, tijeras, lápices y marcadores de colores, pelota  
Cartel: “Derechos de los niños y las niñas”



### Objetivos didácticos

Promover la comprensión de los derechos de niños y niñas y la importancia de su aplicación en todas las esferas de la vida.

Facilitar la formación de habilidades para valorar la conducta propia y ajena en base a los derechos, y para identificar situaciones en que no se respetan los derechos..



### Preparación

Esta actividad inicial sienta las bases para que los niños y las niñas se apropien gradualmente de un enfoque de derechos humanos, que será retomado y profundizado en todos los temas.

Los derechos humanos se definen como aquellas libertades y garantías que se basan en el reconocimiento y el respeto de la dignidad y el valor de todas las personas. Los derechos humanos son universales, inalienables, interdependientes, indivisibles, iguales para todos y todas y no discriminatorios.



### Objetivos de aprendizaje

Comprende y valora sus derechos y deberes, y la importancia de respetar los derechos de las demás personas.

Reconoce situaciones en las que los derechos de niños y niñas no son respetados.

Los niños y las niñas, además de ser titulares de los derechos fundamentales, tienen al mismo tiempo derechos especiales acordes a su edad, según lo establecido en la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), como son básicamente los siguientes:

- Vida y desarrollo
- No discriminación
- Nombre, nacionalidad e identidad

- Familia y afecto
- Protección de la intimidad
- Protección contra abusos, trato negligente, explotación laboral, explotación sexual, tráfico humano
- Libertad de expresión, pensamiento, religión, asociación
- Información y educación
- Disfrute del más alto nivel posible de salud
- Seguridad social
- Nivel de vida adecuado
- Esparcimiento, recreación y cultura

Los derechos humanos implican no sólo libertades, sino también deberes, que son las reglas, leyes y normas que regulan nuestra convivencia en la sociedad.

Para profundizar en estos temas con vistas a la preparación de la actividad, utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.1 (Sexualidad, Derechos y Ciudadanía), así como la bibliografía recomendada, y familiarícese con la Convención sobre los Derechos del Niño. En la sección de Anexos, puede consultarse la Hoja Informativa No. 5 para Docentes, que incluye un resumen oficioso de la CDN.

Identifique los contenidos previos de DDHH que los y las estudiantes han recibido en las asignaturas del grado, por ejemplo en Ciencias Sociales, para establecer la necesaria articulación.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - Técnica de animación: “Cuerpos expresivos”
  - “Lluvia de ideas sobre los derechos humanos”
2. Desarrollo
  - “El país de mis sueños”
  - “Reflexión grupal”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “La pelota viajera”.



## Presentación

1. Inicie la actividad con una técnica de animación, que dinamice y motive al grupo. Puede seleccionar la técnica más apropiada a las características de los niños y las niñas y al espacio disponible en el salón de clases. Por ejemplo: “Cuerpos expresivos”. El grupo se coloca en círculo, y deberán representar distintos animales o personas, según Ud. les vaya indicando: un bebé, un caballo, una ancianita, la estatua de Vasco Núñez de Balboa, un oso perezoso, etc.
2. Promueva una “Lluvia de ideas”, conectando el tema con los conocimientos, las experiencias y la vida de los niños y las niñas:
  - ¿Saben lo que es un derecho?
  - ¿En qué palabra o frase piensan cuando hablamos de derechos?
  - ¿Quién les ha hablado antes sobre los derechos?
3. Explique en un lenguaje sencillo y asequible, que los derechos son normas acerca de las relaciones entre las personas en la familia, la escuela, la comunidad y toda la sociedad. En el caso de los niños y las niñas, estas normas les protegen y garantizan que tengan todo lo que necesitan para vivir y crecer sanos, saludables y felices, y para ser ciudadanos y ciudadanas de bien.
4. Resuma las ideas en el pizarrón:

### Un derecho es:

Algo que puedes hacer, tener o decidir

Algo que te protege

Algo que todo el mundo debería tener



## Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio “El país de mis sueños”, motive a los niños y las niñas a imaginar un país ideal, el país de sus sueños. Nadie ha vivido allí hasta ahora, por lo que no existen reglas ni leyes.
2. Divida al grupo en 4 equipos para elaborar una lista de los derechos de los niños y las niñas del país soñado, recordando qué es

un derecho. Cada equipo debe proponer un nombre para el país, preparar una lista de 3 derechos y un dibujo al respecto. En la medida en que vayan exponiendo, los papelógrafos se colocan en una pared o en el pizarrón.

3. Presente el cartel con los derechos de la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), adaptado de “El Cuaderno de tus Derechos:

**Igualdad:** “Todos los niños y niñas somos igual de importantes. No nos deben tratar de forma diferente por nuestra apariencia, color de piel, género, idioma, opiniones, discapacidad, situación económica, etc.”

**Integración:** “Si tenemos una discapacidad, debemos recibir apoyo y ayudas especiales para poder movernos, tener educación, salud. Todas estas cosas son necesarias para formar parte de la sociedad”.

**Identidad:** Todos los niños y niñas tenemos derecho a tener un nombre y una nacionalidad para empezar a ser nosotros mismos.

**Protección:** “Ningún niño o niña debe ser maltratado, explotado o abandonado. Tampoco debe ser forzado a realizar un trabajo que le haga daño, ni sufrir abusos sexuales. Todos los niños y las niñas tenemos el derecho a ser ayudados y protegidos contra estas situaciones.”

**Salud:** “Tenemos derecho a tener buena salud física y mental y a poder recibir tratamientos y cuidados médicos.”

**Condiciones de vida dignas:** Todos los niños y niñas tenemos derecho a vivir y crecer en condiciones dignas (casa, ropa, alimentación, etc.).

**Familia:** “La familia es muy importante para nuestro desarrollo, bienestar y felicidad. Los principales responsables de nuestro cuidado son nuestras familias o tutores y tutoras.”

**Educación:** “Todos los niños y niñas tenemos el derecho de ir a la escuela, aprender cosas importantes y desarrollar nuestra personalidad, capacidades y habilidades.”

**Juego y tiempo libre:** Tenemos derecho a jugar, a descansar y a participar en la vida cultural.

**Participación:** “Tenemos derecho a dar nuestra opinión y a ser escuchados cuando es para un asunto que nos afecta. Además, tenemos derecho a recibir información y crear grupos o asociaciones.”

4. Ejemplifique estos derechos, e introduzca de forma sencilla los aspectos relativos a la sexualidad. Por ejemplo, en el derecho a la igualdad, lo concerniente a la igualdad entre niños y niñas; en el derecho a la protección, el tema de la prevención del abuso y el maltrato; en el derecho a la educación, el derecho a tener información y educación sobre su cuerpo y la sexualidad acordes a cada edad, etc.
5. Promueva la reflexión grupal, comparando la lista de derechos preparada por cada equipo con los derechos de la CDN. Utilice preguntas como:
  - ¿Se han incluido todos los derechos?
  - ¿Se han omitido derechos importantes?
  - ¿Qué pasaría si se excluyeran ciertos derechos?, entre otras.
6. En caso de disponer de tiempo suficiente, puede presentar distintas situaciones para que los niños y niñas reconozcan cuando se respetan sus derechos y cuando no se respetan, identificando en cada caso el derecho en cuestión. Estimule también a los y las estudiantes a comentar ejemplos de la vida cotidiana, en particular de su propio comportamiento.



## Cierre y evaluación

1. Resuma las principales ideas clave remarcando los siguientes conceptos:
  - Los derechos humanos son normas acerca de cómo deben tratarse las personas en la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad.
  - Un derecho es algo que podemos hacer, tener o decidir; algo que nos protege; algo que todo el mundo debería tener.

- En Panamá, el país de nuestros sueños, es importante que:
  - Todos los niños y las niñas conozcamos nuestros derechos
  - Todos y todas respetemos los derechos de las demás personas sin distinción de etnia, edad, si eres rico o pobre, si vives en el campo o en la ciudad.
  - Los niños y niñas seamos buenos ciudadanos, respetando los derechos de los demás y denunciando cuando alguien no respeta los derechos de otros.

2. Pregunte al grupo:

- ¿Qué aprendimos en esta actividad?
- ¿Cómo lo podemos aplicar en nuestra vida?

3. Cierre la sesión con una dinámica vivencial: “La pelota viajera”. Se forma un círculo y en la medida en que se lanza la pelota, el niño o niña que la recibe expresa cómo se ha sentido participando en el taller.



## Recursos

ACNUDH (2004). La enseñanza de los Derechos Humanos. Actividades prácticas para escuelas primarias y secundarias.

Cruz Roja Juventud España (2007). El Cuaderno de tus Derechos. En: [www.cruzroja.es](http://www.cruzroja.es)

Defensoría del Pueblo/Colombia (2006). Guía didáctica para orientar la práctica de los derechos humanos. En: [www.defensoria.org.co](http://www.defensoria.org.co)



## Anexo al Taller No. 1.

### Ejemplos de dibujos infantiles sobre los derechos de los niños y las niñas

Fuente: Cruz Roja Juventud España (2007). El Cuaderno de tus Derechos



# Taller

## 2

## “Cuando sea grande voy a ser...”

### Eje Temático

Sexualidad, Derechos y Ciudadanía



### Contenidos

Derechos humanos y proyecto de vida



### Objetivo didáctico

Facilitar la apropiación gradual de habilidades para construir un proyecto de vida sustentado en elevados valores universales y nacionales.



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que cada niño o niña es un ser único y especial que puede proponerse y lograr metas hacia el futuro.
- Reflexiona acerca de cómo le gustaría ser cuando sea grande, y qué tiene que hacer para alcanzarlo.



### Duración

35-40 minutos



### Materiales

Revistas, periódicos y figuras recortables, hojas blancas, goma, tijeras, lápices o marcadores de colores

Cartel con fotos de personajes famosos (ver Hoja de Trabajo No. 1)



### Preparación

Idearse un proyecto de vida, plantearse metas, expectativas y sueños hacia el futuro, y visualizar cómo alcanzarlas, es una condición esencial para lograr la autonomía de la personalidad y ejercer la sexualidad de forma responsable, saludable y enriquecedora. Al mismo tiempo, es un factor protector ante los riesgos de la sexualidad, el embarazo adolescente, la violencia de género, el abandono escolar, entre otros aspectos. Aunque es en la adolescencia cuando se consolidan los proyectos de vida, es importante comenzar a sentar las bases desde la infancia.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.1 (Sexualidad, Derechos y Ciudadanía), donde se incluye un acápite sobre “Proyectos de vida”, así como la bibliografía recomendada.

La formulación de un proyecto de vida deberá responder de manera muy individual a ciertas preguntas que se formulará la persona a lo largo de la vida:

- ¿Quién soy y cómo soy?
- ¿Hacia dónde voy?
- ¿Cómo puedo llegar?

Estas preguntas guiarán la reflexión una vez el niño, niña o adolescente inicie utilizando su pensamiento crítico. Al inicio deberá ser guiado por sus padres, docentes, pastores y otros adultos responsables, inculcando los valores y principios esenciales en el ser humano.

Prepare de antemano un cartel con fotos o ilustraciones de personajes famosos y admirados, que hayan tenido un impacto positivo en la historia universal y nacional. Trate de incluir hombres y mujeres, personas de distintas profesiones, razas, capacidades o discapacidades, entre otros, e investigue su biografía. Si la escuela dispone de la tecnología necesaria, puede elaborar un Power Point con las fotos de los personajes.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Personajes famosos”
2. Desarrollo
  - Ejercicio: “La escalera”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Te regalo un abrazo”



### Presentación

1. Presente el cartel o el Power Point con los personajes famosos. Por ejemplo: Madre Teresa de Calcuta, Victoriano Lorenzo, Ascanio Arosemena, Dra. Lidia Sogandares Rivera, Nelson Mandela, Simón Bolívar u otros que considere de interés educativo para esta actividad.
2. Pregunte a los niños y las niñas si pueden identificarlos y comentar quiénes son. En caso de que no los reconozcan, hacer un breve resumen de su vida, resaltando sus aportes a la humanidad.

3. Motive al grupo a comentar si conocen a otras personas que hayan realizado cosas importantes para su comunidad, su familia o su país, aun cuando no sean personajes famosos de la historia.
4. Promover el debate grupal a partir de las siguientes preguntas:
  - ¿Creen que estos personajes tenían sueños sobre lo que querían ser en la vida?
  - ¿Qué cosas importantes hicieron por su país y otros países?
  - ¿Creen que les fue fácil o difícil? ¿Por qué?
5. Comente las respuestas de los niños y las niñas y explique que en el taller de hoy vamos a aprender acerca de cómo las personas pueden proponerse metas y sueños y trabajar para cumplirlos.



### Desarrollo

1. Introduzca el ejercicio “La Escalera” orientando que dibujen una gran escalera:
  - En el primer escalón deben identificar ¿Quién soy y cómo soy?, o sea, sus características y cualidades más notables.
  - En el último representarán cómo les gustaría ser cuando sean grandes (profesión, familia, hijos, etc.), lo que responde a la pregunta ¿Hacia dónde voy?
  - En los escalones intermedios incluirán lo que tienen que hacer para avanzar hasta sus metas, es decir ¿Cómo voy a llegar?
2. Pueden utilizar imágenes de revistas, periódicos o figuras recortables para decorar sus dibujos.
3. Solicite voluntarios que presenten sus dibujos y promueva una reflexión colectiva en base a las siguientes preguntas:
  - ¿Por qué quiero ser lo que escogí? (bombero, policía, doctora, maestra)
  - ¿Qué tengo que hacer?
  - ¿Quiénes me pueden ayudar a lograr ese sueño?
  - ¿Cómo se relacionan mis sueños con mis

derechos y deberes? Esta pregunta es especialmente importante para destacar la importancia de los valores en el proyecto de vida (igualdad, no discriminación, respeto, solidaridad, entre otros).



## Recursos



## Cierre y evaluación

Ministerio de Educación de Nicaragua (2003). Educación para la vida. Nociones introductorias sobre educación de la sexualidad para docentes de Preescolar, Primaria y Educación Media. Págs. 137-147.

Pick de Weiss, Susan y otros (1988). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes.

1. Resuma las principales ideas clave :
  - Todos los niños y las niñas tenemos derecho a soñar con el futuro y a tener un plan de vida.
  - Parte de lo que me va a ayudar a seguir adelante para cumplir mis sueños o metas, tiene que ver con las personas que me rodean y con mis valores (igualdad, no discriminación, respeto, solidaridad, entre otros).
  - Para lograr lo que deseo ser, debo ponerme metas en cada una de las etapas de mi vida y trazar un camino para alcanzarlas.
  - Seguramente encontraré problemas en el camino, pero lo más importante es no desanimarme y continuar trabajando y estudiando fuerte para cumplir mis sueños.
  - Con la guía de mis padres o tutores, docentes y otros líderes de mi barriada, iglesia y comunidad, lo puedo lograr.
  - Me propongo conversar sobre este tema con mi familia, para iniciar a elaborar mi Plan de Vida desde hoy mismo.
2. Pregunte al grupo:
  - ¿Qué aprendimos en esa actividad?
  - ¿Nos resultó interesante?
  - ¿Cómo podemos aplicar lo que aprendimos en nuestro hogar y en la escuela?
3. Cierre la actividad con una dinámica afectiva: “Te regalo un abrazo”. Coloque al grupo en círculo. Cada cual debe decir el nombre del niño o la niña que está a su derecha y darle un abrazo de despedida. Por ejemplo: Miguelito, te regalo un abrazo.

## Hoja de Trabajo No. 1 para estudiantes de 1ro y 2do grado

### Taller No. 2: “Cuando sea grande voy a ser...”



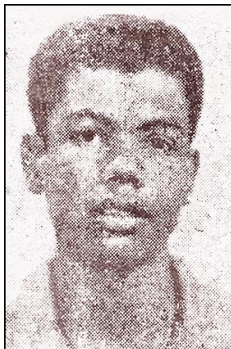
#### **Dra. Lidia Sogandares Rivera (1907- 1977)**

Primera médica panameña y primera mujer obstetra-ginecóloga del país y en todo el istmo centroamericano. Llegó a ser cofundadora y primera mujer miembro de la Academia Panameña de Medicina y Cirugía, de la que llegó a ser presidenta; presidenta de la Asociación Médica Nacional; cofundadora y primera presidenta de la Sociedad Panameña de Obstetricia y Ginecología. Las cualidades que la distinguieron fueron la tenacidad, los propósitos claros, el gusto por la profesión, la humildad y el amor por el terruño. Fue modelo de dedicación al trabajo guiado por la inteligencia y respeto por la profesión, por los colegas y por la humanidad.



#### **Victoriano Lorenzo Troya (1864-1903)**

Fue un líder indígena y general revolucionario colombiano. Su participación en la Guerra de los Mil Días (1899-1902) tuvo una fuerte influencia en el istmo de Panamá, luchando contra las injusticias que cometían las autoridades conservadoras en contra de los istmeños y por ello se le considera como un caudillo y héroe nacional de Panamá. Fue ejecutado el 15 de mayo de 1903 acusado falsamente como malhechor. Victoriano Lorenzo es considerado héroe nacional de Panamá y como un auténtico dirigente popular.



#### **Ascanio Arosemena (1944-1964)**

Durante su vida estudiantil participa activamente en organizaciones culturales, humanitarias y deportivas. Participa activamente en los hechos históricos, conocidos como la Gesta Heroica del 9 de enero de 1964, cuando es herido mortalmente “para alcanzar la grandeza y la inmortalidad en aras de un Panamá digno y soberano”. Es considerado el primer Mártir de la soberanía nacional-





### **Nelson Mandela (1918-2013)**

Activista y político sudafricano que lideró los movimientos contra el apartheid y que, tras una larga lucha y 27 años de cárcel, presidió en 1994 el primer gobierno que ponía fin al régimen racista. El siglo XX dejó dos guerras mundiales, los campos de exterminio y el terror atómico, pero también grandes campeones de la lucha contra la injusticia. Galardonado Premio Nobel de la paz en 1993. Elevado a la categoría de uno de los personajes más carismáticos e influyentes del siglo XX, su figura ha entrado en la historia como encarnación de la lucha por la libertad y la justicia y como símbolo de toda una nación.



### **Madre Teresa de Calcuta ( 1910-1997)**

Su mayor legado fue ser un ejemplo inspirador reciente, en la prueba palpable y viva de cómo la generosidad, la abnegación y la entrega a los demás también tienen sentido en tiempos modernos. Galardonada premio nobel de la paz en 1979. Muy temprano en su vida empezó a ayudar a los pobres que había en las calles. También fundó una fundación de misioneros llamada Misioneras de la Caridad, que enseñaba a los niños pobres de la India. Abrió centros para atender a gente con lepra, ciegos, ancianos, personas con sida y fundó escuelas y orfanatos para los pobres y los niños abandonados. A finales de 2015, el Papa Francisco aprobó su canonización; el 4 de septiembre de 2016 será proclamada santa.



### **Libertador Simón Bolívar (1783-1830)**

Simón Bolívar y Palacios nació en Caracas el 24 de julio 1783. Considerado gran libertador de Las Américas de la conquista Española, protagonista de los principales sucesos y batallas por la Independencia de Nueva Granada, a la que bautizó como República de Gran Colombia. Simón Bolívar liberó Gran Colombia (que en 1830 se dividió en Colombia, Venezuela y Ecuador), Perú y Bolivia.



## “Cómo soy yo”

### Eje Temático

Sexualidad y Género



### Duración

35-40 minutos



### Contenidos

Sexualidad, sexo, identidad de género y roles de género



### Materiales

Papelógrafos, tijeras, goma de pegar, maskintape, marcadores y lápices de colores



### Objetivos didácticos

- Fortalecer el desarrollo de la identidad de género de niños y niñas
- Promover la comprensión y el ejercicio del derecho a la igualdad de género



### Objetivos de aprendizaje

- Se autclasifica como niño o niña atendiendo a la anatomía de sus genitales externos
- Reconoce las formas de comportamiento establecidas por la sociedad para cada sexo
- Comprende que niños, niñas, hombres y mujeres deben ser tratados por igual



### Preparación

Revise los materiales que faciliten la introducción y discusión del tema incluidos en los programas de estudios y en esta Guía. Utilizar como marco de referencia el Eje Temático de Sexualidad y Género, sección 3.2. En la Hoja de Trabajo No. 1 se incluyen los dibujos de las partes del cuerpo para ser reproducidos.

Pasamos a resumir las definiciones de los temas a trabajar en esta actividad:

- **La sexualidad**, es una dimensión de la personalidad y de la vida humana, que se construye a partir de la interacción de fac-

tores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, afectivos, éticos y espirituales,

- **El sexo** es una condición natural con la cual venimos al mundo todos los seres humanos. Alude a las diferencias biológicas entre hombre y mujeres,
- **El género** es una construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer,

Tenga presente que el sexo define las características biológicas y fisiológicas que diferencian al hombre y a la mujer, y el género hace referencia a los atributos socialmente construidos, que cada sociedad y cada cultura consideran apropiados para los hombres y las mujeres, y que definen los modelos de masculinidad y feminidad.



## Secuencia de actividades

### 1. Presentación

- “Lluvia de ideas sobre las diferencias entre ambos sexos”

### 2. Desarrollo

- “El puzzle del cuerpo”
- “Qué pasaría si...”

### 3. Cierre:

- Ideas clave
- Preguntas
- “Una palabra”



## Presentación

### 1. Propicie una “Lluvia de ideas” para introducir el tema, a partir de las siguientes preguntas:

- Qué diferencias hay entre un niño y una niña?
- ¿Qué diferencia hay entre un hombre o mujer adultos y un niño o niña?
- Mencione todas las partes que conforman

el cuerpo humano, empezando desde la cabeza hasta los pies. Cuando pase por los genitales, mencionar los términos correctos de los mismos, aclarando que los varones tienen pene y testículos, y las niñas tienen vulva y vagina.

2. Guíe al grupo para iniciar la actividad a continuación, brindando la confianza necesaria para que se sientan cómodos conversando al respecto.



## Desarrollo

1. Indique que van a realizar un ejercicio muy interesante para aprender más sobre el cuerpo y las diferencias entre las personas: “El puzzle del cuerpo”. **Forma 4 equipos y reparta a cada uno las hojas de trabajo con las figuras del niño y la niña para recortar y armar. Explique que al armarlas, las pegarán con goma en un hoja blanca, podrán colorearlas a su gusto,** y luego deben colocar los nombres de cada una de las partes del cuerpo. Es importante que estas tareas las realicen colectivamente, que todos y todas participen.
2. **Luego van pasando los equipos a exponer sus puzzles armados, colocándolo con maskingtape sobre el pizarrón o en una pared.**
3. A continuación, **animarles a que identifiquen qué partes del cuerpo hacen diferentes a un niño de una niña. Insistir en que todo y todas tienen ojos boca, orejas, piernas y brazos. Lo que les diferencia externamente son el pene y los testículos en el varón, y la vulva y la vagina en la niña. Estos órganos son los que van a definir su sexo: masculino (niño-hombre) o femenino (niña-mujer).**
4. **Explique que todos los niños y las niñas del grupo, pertenecen al sexo masculino, o al sexo femenino. Vayan nombrando a los y las estudiantes diciendo por ejemplo: María es una niña, Miguel es un niño, Isabel es una niña, y así sucesivamente.**
5. Después de haber reforzado estos conceptos, invíteles a imaginarse “**Qué pasaría si...:**”

- María se corta el cabello y se pone la ropa de su hermano...
  - Miguel se deja el cabello muy largo y se pone un vestido....
  - Isabel crece y se convierte en una persona adulta
6. Escuchar con mucha atención las respuestas del grupo, y reforzar la idea de que aunque cambien las ropas y los cabellos de María y de Miguel, y aunque Isabel se convierta en adulta, seguirán teniendo el mismo sexo, ya que éste depende de los órganos genitales que lo definen desde el nacimiento.
  7. Posteriormente, invitarles a discutir las láminas y figuras de personas realizando diferentes actividades. Pídales que señalen qué actividades usualmente hacen los niños y las niñas y los adultos y qué les diferencia a unos de otros. Estimule sus comentarios acerca de que es posible que los niños y las niñas realicen las mismas tareas, ya que el hecho de pertenecer al sexo masculino o al femenino no es un impedimento. Comentar ejemplos al respecto, con el apoyo de las ilustraciones.
2. Pregunte al grupo:
    - ¿Qué aprendimos en esa actividad?
    - ¿Nos resultó interesante?
  3. Concluya la actividad solicitando a los niños y las niñas que expresen en “Una palabra” cómo se sintieron aprendiendo sobre su cuerpo y sobre el “ser niños” o “ser niñas”.



## Recursos

Consejería de Educación, Cultura y Deportes.  
Gobierno de Canarias. Carpeta Didáctica de  
Educación Afectivo-Sexual en la Etapa Primaria.

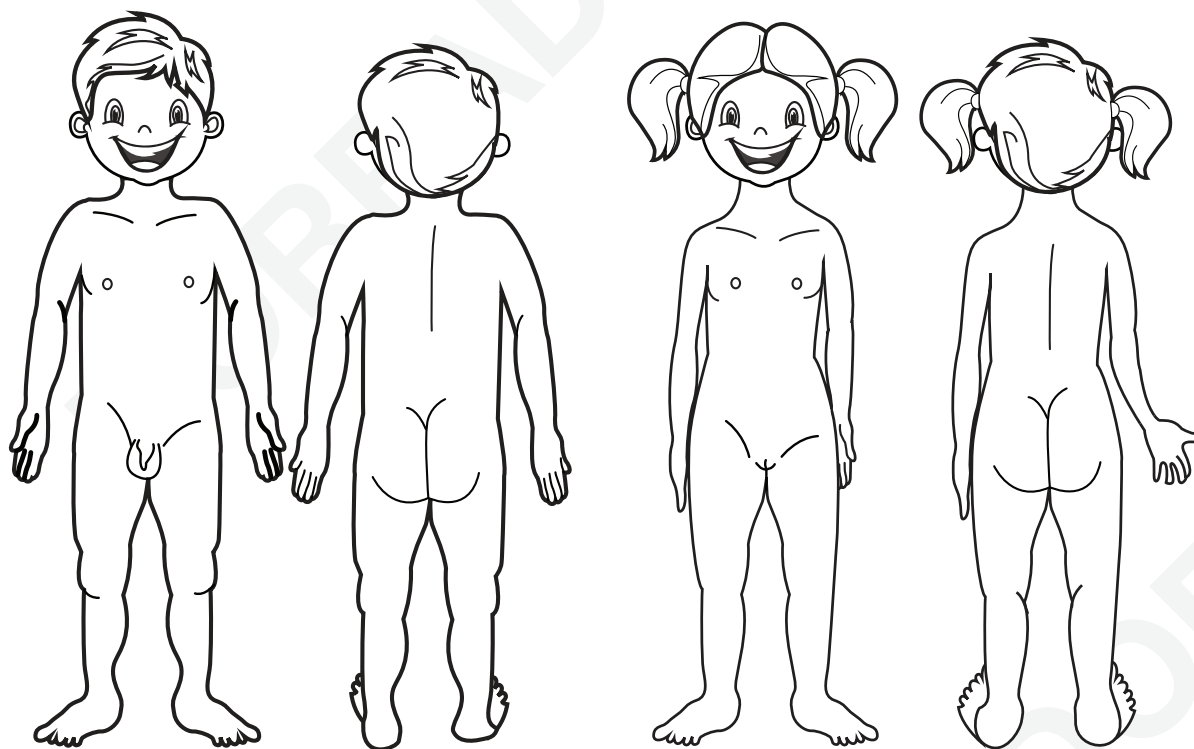


## Cierre y evaluación

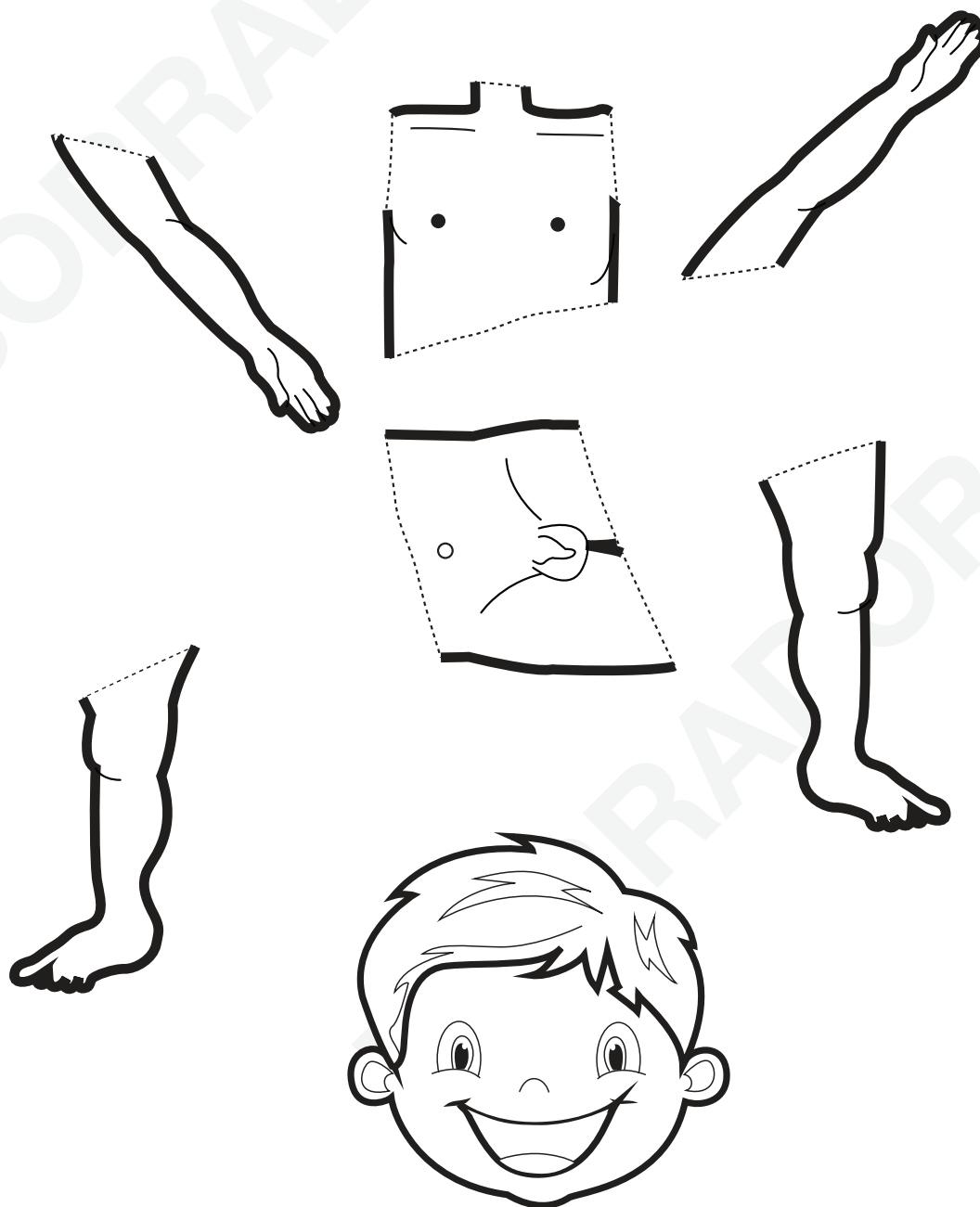
1. Al final, resume las principales ideas clave :
  - Al nacer un bebé, las personas identifican su sexo según sus órganos genitales externos. Si tiene pene y testículos, es un niño; si tiene vulva y vagina, es una niña.
  - Casi todo lo que puede hacer un niño, también lo puede hacer una niña.
  - Cada niño y niña tiene un papel importante dentro de la familia y en la sociedad. Todos debemos ser tratados por igual y todos tenemos los mismos derechos para realizar las actividades que deseemos y alcanzar las metas que nos propongamos. Eso es parte de nuestros derechos como seres humanos.

## Hoja de Trabajo No. 2 para estudiantes de 1ro y 2do grado

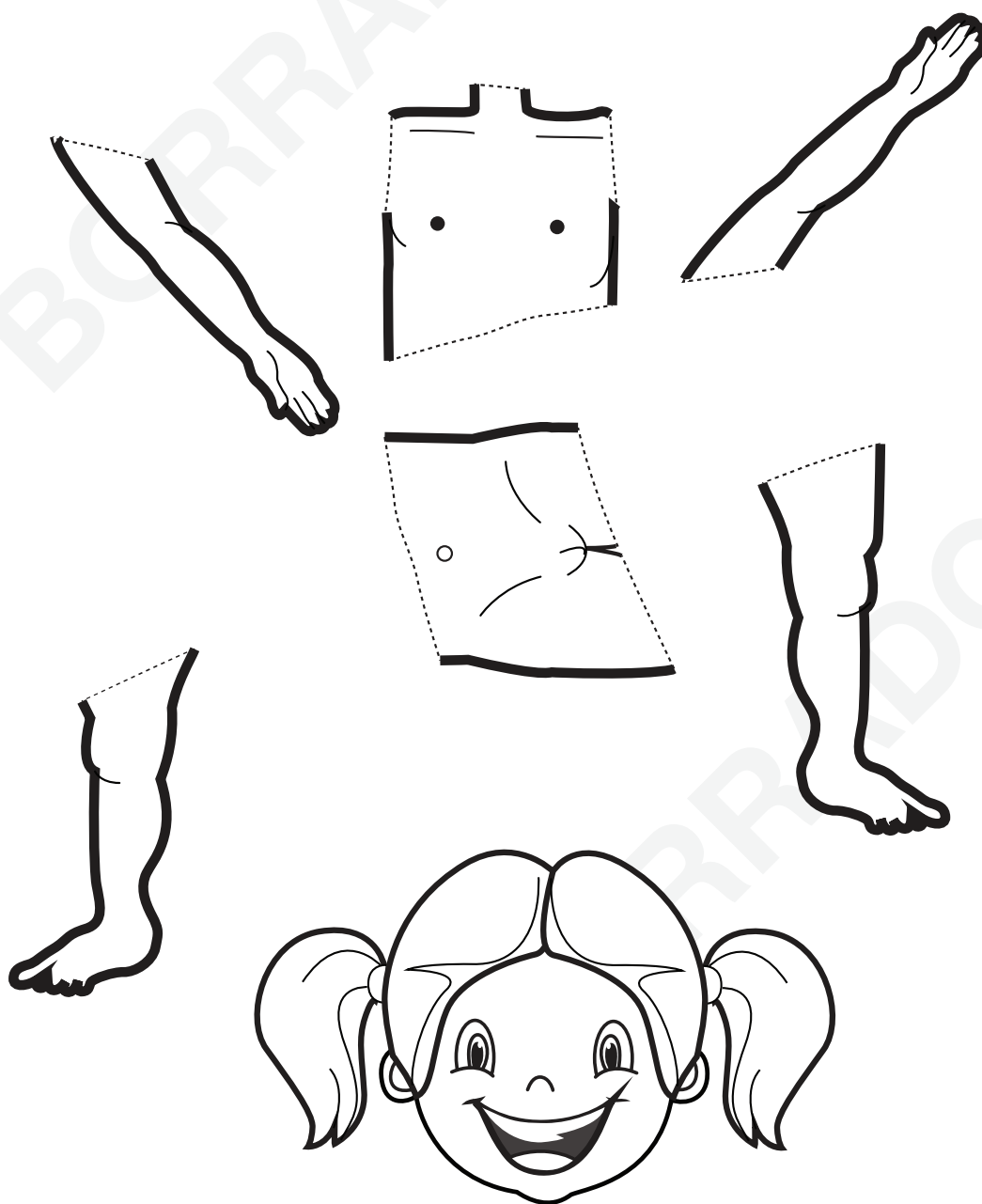
### Taller No. 3: “¿Cómo soy yo?”



## FICHA 2



## FICHA 3





## “¿Quién trabaja en casa?”

### Eje Temático

Sexualidad y Género



### Contenidos

Construcción social de lo masculino y lo femenino



### Objetivos didácticos

Promover en niños y niñas la comprensión del derecho a la igualdad de género en la familia, y los deberes derivados de éste



### Objetivos de aprendizaje

- Reconoce que las tareas del hogar pueden ser realizadas por hombres y mujeres por igual
- Comprende sus responsabilidades como niño o niña en la familia, y la importancia de compartir las tareas en el hogar y en otros ámbitos sociales



### Duración

35-40 minutos



### Materiales

Figuras recortadas con dibujos de actividades, lápices de colores, Hoja de Trabajo No. 2



### Preparación

Revise las secciones 3.1 (Sexualidad, Derechos y Ciudadanía) y 3.2 (Sexualidad y Género) de esta Guía, así como los recursos recomendados.

Pasamos a resumir las definiciones de los temas a trabajar en esta actividad:

- **La sexualidad**, es una dimensión de la personalidad y de la vida humana, **que se construye** a partir de la interacción de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, afectivos, éticos y espirituales, y se expresa en todo lo que las personas somos, pensamos, sentimos y hacemos en diferentes ámbitos de la existencia,
- **El sexo es una condición natural** con la cual venimos al mundo todos los seres humanos. entre hombre y mujeres, configuradas durante el período prenatal.
- **El género es una construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer,**

El o La docente deberá elaborar y traer láminas, figuras con adultos, niños y niñas realizando diferentes actividades en el hogar, en sus áreas de trabajo o de socialización (iglesias, equipos deportivos, barridas, etc.); reproducir la Hoja de Trabajo No. 2.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Lluvia de ideas”
2. Desarrollo
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Un sentimiento”



## Presentación

1. Introducir el tema indicando a niños y niñas que nuestra familia, influye mucho en la manera en que actuamos, nos comportamos y a la vez debemos ir aprendiendo que existen derechos y deberes inherentes como seres humanos y hay reglas que indican claramente cómo nos debemos comportar y lo que podemos y no podemos hacer.
2. Hay actividades que se identifican como propias de los niños y los hombres, y otras de las niñas y las mujeres. Propicie una Lluvia de ideas para recoger las opiniones del grupo en torno a las siguientes preguntas: ¿Cuáles son estas actividades? Fomentar una discusión al respecto. Por ejemplo las tareas del hogar. ¿Quién hace qué? (cocina, lava los platos, la ropa, hace las compras, arregla la cama, repara el televisor, lava el carro, cuida de los niños, limpia el jardín, barre y trapea, ayuda a los niños a realizar sus tareas, etc.)
3. Indicar que todos y todas somos capaces de realizar cada una de las actividades, sin embargo, muchas veces se asignan ciertas tareas a las mujeres y otras a los hombres. Esto se puede cambiar, ya que todos tenemos la habilidad de realizar las actividades discutidas. Es importante compartir las responsabilidades que nos asignan o en las que voluntariamente deseamos participar con varios propósitos: para aprender a hacerlas, para compartir y formarme como un niño/una niña responsable.



## Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio “¿Quién trabaja en casa?”, fomente una breve discusión en grupo, sobre cuáles actividades ellos realizan en el hogar y en sus escuelas, para ayudar a los adultos o cuáles tareas les son asignadas como responsabilidad.
2. En la Hoja de Trabajo que se entregará individualmente, deben analizar y luego rellenar con los nombres de los miembros que ayudan y realizan las actividades en el hogar en la parte superior de la ficha y luego con un ganchito (✓), identificar la/las personas que realizan las tareas descritas en el dibujo.
3. Cuando finalicen, solicitar voluntarios/as que quieran compartir su experiencia familiar y su opinión al respecto.

### Ver hoja de trabajo



## Cierre y evaluación

1. Realizar el cierre de la actividad, haciendo énfasis en las siguientes ideas clave:
  - Todos somos igualmente valiosos/as en nuestros hogares y en la sociedad, y podemos realizar las mismas tareas, no importa si somos niños o niñas.
  - No hay modelos únicos de ser hombre o mujer. Existen diferentes maneras de serlo, sin embargo, algunas veces se asignan ciertas tareas a las mujeres y otras a los hombres.
  - Es importante compartir las responsabilidades que nos asignan o en las que voluntariamente deseamos participar con varios propósitos: para aprender a hacerlas, para que haya igualdad en nuestro hogar y para formarnos como niños y niñas responsables.
  - Podemos tomar decisiones de cooperar con los demás miembros de nuestras familias y en la escuela, la barriada o la comunidad, en cualquier tarea que sea necesaria.

2. Pregunte al grupo:

- ¿Qué aprendimos hoy?
- ¿Qué podemos hacer para aplicar lo aprendido en nuestros hogares?

3. Cierre invitando a los niños y las niñas a que compartan “Un sentimiento” que refleje cómo nos sentimos cuando colaboramos con nuestra familia en las tareas del hogar.



## Recursos

Adaptado de: Ministerio de Educación, República del Perú (2014). Guía de Educación Sexual Integral para docentes del nivel de educación primaria. Págs. 80 y 84.

## Hoja de Trabajo No. 2 para estudiantes de 1ro-2do grado

### Taller No. 4: “¿Quién trabaja en casa?”

Miembros de mi familia/Quién o quiénes	Mamá	Papá	Hermana Hermano	Abuela Abuelo	Yo
Limpia y ordena la casa					
Lava la ropa					
Cocina					
Ayuda a hacer la tarea					
Trabaja fuera de casa					
Arregla artículos dañados en casa					
Arregla su cama					
Pinta la casa					
Juega deporte					
Se divierte					
Otras tareas (¿cuáles?)					

## “Nos hacemos amigas y amigos”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Relaciones interpersonales satisfactorias y respetuosas en la familia, el grupo de pares y la comunidad



### Objetivo didáctico

Fomentar las bases para el desarrollo de relaciones satisfactorias y respetuosas entre niños y niñas y de estos con los adultos



### Objetivo de aprendizaje

- Comprende cómo expresar sus emociones y afectos a las personas de su entorno
- Se relaciona de forma respetuosa con amigos, amigas y familiares



### Duración

35-40 minutos



### Materiales

Prepare dos cartulinas o láminas (o un Power Point) con imágenes que representen dos escenas contrarias. La primera con imágenes que representen amistad, cariño, apoyo, alegría. La segunda con imágenes que representan enojo, egoísmo, tristeza, agresión. En cada una de las láminas, habrá varias palabras incompletas que los niños y niñas llenarán a medida que el docente les dé una pista. Hojas blancas y lápices de colores



### Preparación

Como parte del contenido pedagógico, realice las lecturas contenidas en la sección 3.3 de la presente guía, que aportará y reforzará la construcción del niño y la niña para socializar entre sí, ayudándoles a identificar afectos y valores en representaciones de situaciones cotidianas y a expresar sus emociones y afectos de manera sana hacia los demás. Es importante propiciar en la escuela espacios que favorezcan la interacción de grupos mixtos en los que se desarrollen las relaciones de igualdad y actitudes de responsabilidad para con otras personas, así como el respeto y la individualidad de cada estudiante, evitando situaciones de sometimiento, coacción, dominación, burla y violencia.

Conceptos a tener presente para el desarrollo de esta actividad:

- Para la mayoría de las personas, los vínculos e interacciones humanas son fuente de alegría y felicidad, contribuyendo a la formación de personalidades sanas y realizadas

- el respeto de los derechos humanos y de los valores universales inherentes a éstos, representa la piedra angular de la convivencia social
- la familia es uno de los espacios fundamentales donde se configura la sexualidad como manifestación de la personalidad
- la familia humana tiene la potencialidad de transformarse, sin perder su esencia como célula básica de la sociedad
- La amistad es un tipo de relación selectiva, voluntaria, profunda, basada en la simpatía mutua, intereses comunes, la confianza y el deseo de compartir

manifiestan su cariño hacia sus amigos y amigas? Por ejemplo con abrazos, besos, cooperando con los quehaceres del hogar, realizar la tarea, sacar a la mascota, recortar el césped del jardín, lavar el carro, etc.

- Si tienen una persona preferida, ¿cómo le manifiestan su afecto? Y en caso que una persona no les guste, ¿qué hacen? ¿Los tratan igual?
2. Ir escuchando y anotando en la pizarra las palabras que expresen los sentimientos manifestados por los y las estudiantes durante este conversatorio.

## Secuencia de actividades

### 1. Presentación

- “La ronda del amor y la amistad”

### 2. Desarrollo

- “Encuentra las letras perdidas”
- “La silueta de mi mano”

### 3. Cierre:

- Ideas clave
- Preguntas
- “La canasta de los regalos”



## Presentación

1. Para realizar el ejercicio inicial “La ronda del amor y la amistad”, solicita los niños y las niñas que hagan una ronda o rueda, sentados en el piso, preguntándoles lo siguiente:

- ¿Qué entienden por amor y amistad?
- ¿Cuáles son las personas que ellos aman en sus hogares, y quiénes son sus amigos y amigas en el barrio, en la escuela, en la iglesia, en el campo de juego?
- ¿De qué manera expresan su amor a los miembros de su familia, y de qué manera



## Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio “Encuentra las letras perdidas”, indíqueles que en una lámina con diferentes escenas de amor, amistad, muestras de cariño y apoyo, se presenta, en la parte periférica, una serie de palabras con valores que deben ser completadas, por ejemplo:
  - AMIGOS, AYUDAR, COOPERAR, SOLIDARIDAD, RESPONSABILIDAD, COMPARTIR.
2. En la siguiente lámina, escenas de enojo, tristeza, infelicidad, preocupación, desventaja y una serie de palabras, por ejemplo:
  - ENOJADOS, ENEMIGOS, MISERABLE, EGOÍSMO, RENCOR, HOSTILIDAD.
3. Incentive a que los niños y niñas jueguen en grupos, adivinando las letras que hacen falta hasta completar las palabras de cada lámina y voluntarios pasan adelante a explicar el significado de cada una o hacer referencia en qué momentos de las imágenes de las láminas, ocurren esos valores y antivalores.
4. Oriénteles que dibujen en sus hojas blancas, “La silueta de mi mano” y que imaginariamente a cada dedo le hagan el dibujo de su amigo, amiga o personaje de su familia favoritos hasta completar los 5. Colorearlos y que compartan en grupo a quiénes dibujaron y por qué. ¿Qué sentimientos les despierta cada una de las personas que dibujaron?





## Cierre y evaluación

1. Realice el cierre de la actividad a través de las siguientes ideas clave:
  - Enfátice que todos y todas somos capaces de tener amigas y amigos y según nuestra forma de comportarnos y respetar a los demás, eso hará que yo tenga más amistades
  - Señale los tipos de acciones que debemos poner en práctica en las relaciones con nuestros amigos, amigas y familiares, donde prevalezca el respeto mutuo, el cariño, la cooperación y la armonía.
  - Tener amigas y amigos trae alegría a mi vida y contribuye a mi sana formación
  - Debo respetar a mis amigos y amigas para cultivar una amistad duradera,
  - Mi familia es mi primer grupo social con el que me relaciono y debo procurar tener buenas relaciones con todos sus miembros.
  - Yo selecciono a mis amigas y amigos según mis valores e intereses comunes que tenga con estas personas.
  - No todas las personas con las que me relaciono son mis amigas y amigos y eso está bien.
2. Realizar el cierre con el siguiente cuestionamiento que invita a la reflexión:
  - ¿Qué les pareció la actividad?
  - ¿Qué aprendimos?
  - ¿Qué acciones me llevan a tener más amigas y amigos?
  - ¿Todas las personas que conozco son mis amigos? ¿Por qué?
3. Cierre la sesión con una dinámica afectiva “La canasta de los regalos”. Pídeles que se imaginen que en el centro del salón hay una canasta llena de regalos. Estos no son materiales, sino espirituales, por ejemplo: amor, afecto, comprensión, etc. Cada niño o niña sacará de la cesta un regalo imaginario y se lo ofrecerá a una persona que quiera, sea de su familia, la escuela o la barriada.



## Recursos

Ministerio de Educación, República del Perú (2014). Guía de Educación Sexual Integral para docentes del nivel de educación primaria. Págs. 66 y 67.

Crecer sin VIH. Prevenir con educación

La Educación Sexual en los programas de estudio desde preescolar hasta media, 2015 MEDUCA

# Taller

## 6

## *“A mí me gusta.... a mí me disgusta....”*

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Duración

40 minutos



### Contenidos

Comunicación asertiva aprendiendo a manifestar mis opiniones y emociones respetuosamente



### Materiales

Papel construcción de colores, marcadores, lápices de colores, figuritas que reflejen diferentes tipos de sentimientos (caritas alegres, tristes, enojadas, preocupadas, miserables, etc.) Hoja de Trabajo No. 4, tijeras, goma.



### Objetivos didácticos

- Promover la comprensión del derecho de niños y niñas de expresarse y de ser escuchados
- Facilitar la formación de habilidades para comunicar de forma respetuosa sus pensamientos y sentimientos



### Preparación

Prepare esta sesión con lecturas que le definan la comunicación, las maneras efectivas de la comunicación, lenguaje verbal versus corporal y principios de la comunicación asertiva. Utilice los recursos recomendados y revise el Eje 3 de esta Guía (Relaciones Interpersonales y Comunicación).

Para la adecuada preparación de esta actividad, presentamos los siguientes ideas:



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que tiene el derecho de expresar sus ideas y opiniones y el deber de respetar las ideas y opiniones de las demás personas
- Comunica asertivamente sus pensamientos y sentimientos
- La Comunicación es la actividad consciente de intercambiar información entre dos o más personas con el fin de transmitir o recibir significados a través de un sistema compartido de signos y normas que es el lenguaje.
- Para que esto ocurra debe haber: Un Emisor (el que da el mensaje), Un mensaje (la información) y Un Receptor (el que recibe el mensaje)
- Hay diferentes tipos de comunicación
- Inmersa en la comunicación, están las emociones que transmitimos e interpretamos los seres humanos



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Presentación del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio: “¿Cómo nos comunicamos?”
3. “Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Sin palabras”



## Presentación

1. Se les invita a comentar antes de iniciar con la actividad, si comprenden el concepto de comunicación y cómo una buena comunicación facilita una relación sana y en un ambiente de respeto a los derechos humanos.
2. Es deseable que niños y niñas encuentren en la escuela y el hogar espacios para expresar cómo se sienten y aprendan a identificar qué es lo que les causa fastidio, cólera, dolor, sufrimiento, alegría, orgullo, bienestar y placer. El hogar y luego la escuela, son lugares donde empiezan a establecer sus vínculos afectivos consistentes con sus pares y es buen momento para afianzar valores como la solidaridad, la comprensión, ayuda mutua y empatía. También puede haber actitudes de dominio, manipulación, coacción, abuso y violencia. Es importante observar e intervenir como adultos responsables para corregir e inducir que aprendan a construir vínculos de afecto, amistad y respeto.



## Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio ¿Cómo nos comunicamos?, comience con una ronda de preguntas:
  - ¿Cómo nos comunicamos entre los seres humanos?
  - ¿Creen ustedes que utilizamos nuestros 5 sentidos para comunicarnos? ¿De qué manera?
  - ¿Quién conoce otras maneras de comunicarnos? – Por ejemplo: Hablando, cantando, haciendo mímicas, lenguaje de señas, escribiendo, dibujando. También las computadoras, la televisión, el internet, son otra manera de comunicarnos que podremos ver más adelante.
2. Explique brevemente cada una y complementar si surgen, con el propósito de que sean conscientes de que hay muchas maneras de comunicación y cuáles son las más utilizadas hoy en día. Por ejemplo: ¿las personas utilizan su celular para comunicarse?, ¿se escriben cartas? ¿se mandan mensajes por la radio?
3. Solicítele unir en grupos y conversar entre ellos sobre las personas que admiran, les tienen confianza, quieren y respetan mucho, les gusta compartir, jugar, pasar y disfrutar tiempo. También pensar en aquellas personas que no les inspiran confianza, les dan temor estar alrededor de ellos/ellas, les cae mal o se han disgustado anteriormente con esa persona. Pueden ser adultos en su grupo familiar, adultos fuera de su familia, otros niños y niñas e incluso extraños.
4. En una hoja de papel construcción, escribir el nombre cinco (5) de estas personas en una columna del lado izquierdo del papel. Luego en el lado derecho del papel, colocar las caritas correspondientes a los sentimientos que estas personas nos generan (cómo nos sentimos-escoger de las animaciones de la Hoja de Trabajo N° 4, colorear, recortar y pegar). En el espacio que queda en el medio, pueden colocar una recta punteada y en ese espacio pueden escribir o dibujar para complementar esos sentimientos.



## Cierre y evaluación

1. Para el cierre del ejercicio, deberá guiar la reflexión a través de las siguientes ideas clave:
  - Hay diferentes maneras de comunicarnos entre los seres humanos para desarrollar una relación.
  - Esta comunicación siempre debe procurarse con mucho respeto hacia la otra persona, ya sea nos guste o nos incomode estar alrededor de esa persona.
  - Todas las personas, incluyendo los niños y las niñas, tenemos el derecho a expresar nuestros sentimientos, opiniones y a ser escuchados.
  - A lo largo de nuestras vidas, no siempre todas las personas que conozcamos van a ser de nuestro agrado; sin embargo es importante poder comunicarnos de manera respetuosa.
  - Debemos evitar ofender o agredir a otras personas con nuestras palabras y acciones para mantener un clima de respeto mutuo.
  - Importante recalcar que aunque yo me enoje con mi mamá, mi papá o hermanos, ese sentimiento es pasajero. Se puede cambiar.
2. Finalice la actividad preguntando al grupo:
  - ¿Qué aprendimos en esta actividad?
  - ¿Por qué es importante lo aprendido?
  - ¿Cómo podemos aplicarlo en nuestra familia, en la escuela y la comunidad?
3. Para finalizar de forma dinámica y afectiva, pida al grupo que se coloque en círculo para expresar “Sin palabras”, cómo se sintieron al participar en el taller. En la medida en que cada estudiante se exprese a través de gestos, el resto del grupo adivinará de qué sentimiento se trata.



## Recursos

Adaptado de: Ministerio de Educación, República del Perú (2014). Guía de Educación Sexual Integral para docentes del nivel de educación primaria. Págs. 63 y 64.

Hoja de Trabajo No. 4 para estudiantes de 1ro y 2do grado

Taller No. 6: “A mí me gusta...a mí me disgusta...”







## “Aprendiendo a comunicarme”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Influencia de los medios de comunicación, Internet y las redes sociales en la sexualidad.



### Objetivos didácticos

Favorecer la comprensión acerca de la importancia de utilizar los medios de comunicación, Internet y las redes sociales de manera responsable, con la guía y aprobación de personas adultas



### Objetivos de aprendizaje

- Identifica diferentes medios a través de los cuales puede recibir información, aprender y comunicarse
- Reconoce que tiene derechos y deberes en el uso de los medios de comunicación, Internet y las redes sociales



### Duración

45 minutos



### Materiales

Hoja de Trabajo N°5, para la actividad, lápices y lápices de colores



### Preparación

Busque información sobre las maneras que hay disponibles para comunicarse, además de las convencionales, aunque con un mismo propósito (Emisor-mensaje-receptor); revise la sección 3.3 de esta Guía y los materiales de apoyo. En la sección de Anexos se incluye la Hoja de Trabajo No. 5, para que Ud. pueda reproducirla.

Estar anuente de las diferentes formas y tipos de redes sociales que utilizan los niños y adolescentes para transmitir información por ejemplo: Facebook, Tweeter, Instagram, WhatsApp, Snapchat, etc.



### Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Lluvia de ideas sobre los medios de comunicación”
  - “Ventajas y desventajas de los medios de comunicación”
2. Desarrollo
  - “Derechos y deberes en Internet y las redes sociales”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “La mochila”



## Presentación

1. Inicie el conversatorio sobre el tema de la comunicación y la tecnología que permite acercar más a las personas y cómo esto impacta las relaciones, la comunicación y la construcción de vínculos afectivos.
2. Solicite a los y las estudiantes que mencionen como lluvia de ideas, todas las maneras a través de las cuales las personas pueden comunicarse. Deben mencionar incluso de qué manera se está enviando información, se conversa, se expresan las personas (bailando, cantando, tocando instrumentos) se comunican enviando mensaje a través de los diversos medios que ha creado la tecnología como la internet, los teléfonos celulares, tablets, laptops, netbooks y los convencionales como las computadoras, los televisores, la radio, el cine, el teatro, los letreros o vallas publicitarias, etc.
3. Hay que enfatizar que no todos los mensajes que recibimos por estos medios, son puramente informativos. Hay personas que utilizan los medios para desinformar, agredir y hasta para causar conflictos en la vida de otras personas. Los niños y niñas, como aún están en etapa de formación, pueden ser fácil presa de este tipo de personas malintencionadas. Al no haber un adulto con criterio formado dando acompañamiento a lo que se ve, se escucha, se lee o se recibe por los medios de comunicación, el niño y la niña pueden estar en riesgo.
4. Establecer una discusión en donde se evalúen los beneficios y riesgos de estas maneras de comunicación. El siguiente cuadro es sólo un ejemplo::

VENTAJAS	DESVENTAJAS
Fácil acceso para las personas	Sirve para distraerte de tu objetivo (tareas, familia, proyecto de vida)
Conecta a las personas no importa la distancia	Si no se controla, puedes ser víctima de estafa (Phishing)
Comunicación en tiempo real	No hay privacidad
Genera movimientos de solidaridad	Sirve para el engaño (información falsa)
Compartir momentos especiales	Ideales para el ocio (te consumen tiempo)
Conseguir todo tipo de información actualizada	Pueden ser utilizada por criminales para alcanzar sus objetivos
Herramienta de aprendizaje	Pueden robar tu información y contenidos



## Desarrollo

1. Durante el desarrollo de la actividad, inicie una discusión que traiga al análisis, cómo hacen las siguientes personas para comunicarse:
  - Un bebé
  - Un niño
  - Una niña
  - Una persona ciega
  - Una persona sordomuda
  - Un anciano
  - Un turista que no hable tu idioma
  - Una persona enferma
2. Luego que se discuten las maneras en que estas personas establecen comunicación, se deben analizar los mensajes que pueden utilizar individuos malintencionados para desinformar, o criminales para lograr objetivos e intenciones de hacer daño a otras personas, y el cuidado y responsabilidad que debemos tener los niños y niñas cuando estamos utilizando estas redes.
3. Solicitarles que compartan ejemplos si conocen situaciones de este tipo que hayan sucedido a sus conocidos o a ellos y ellas, con énfasis en las consecuencias.
4. Explicar con apoyo de una pancarta o del pizarrón, cuáles son sus deberes y derechos (adaptados al nivel de comprensión de la edad):
5. En Internet y las redes sociales tengo los mismos derechos y deberes que en la vida real:
  - A aprender, divertirme y jugar de forma apropiada a mi edad
  - A expresar mis ideas y sentimientos sin dañar ni ofender
  - A que se respete mi intimidad
  - A que me traten igual que a otras personas
  - A que no me acosen y no me hagan propuestas que no comprendo o me incomodan
  - A respetar los derechos de las demás personas.
  - A que las personas adultas me guíen en el uso adecuado de estos medios y conversen conmigo cuando hay cosas que no entiendo o me incomodan.

5. Posteriormente se les da la Hoja de Trabajo para que identifiquen, nombren y coloreen los dibujos de los diferentes aparatos tecnológicos que ayudan en la comunicación y luego señalen cuál es su preferido y por qué.



## Cierre y evaluación

1. Se finaliza el taller destacando las ideas clave:
  - El tema y responsabilidad de las redes sociales, su influencia en la educación de los niños y niñas.
  - La importancia de tener el apoyo de adultos y adultas responsables al momento de nosotros utilizar los medios de comunicación. Esto es por las ventajas y desventajas que señalamos y nosotros como niñas y niños nos exponemos al peligro que puede acarrear el que estemos solos utilizándolas y ser objeto de estafa, abuso y riesgo de violencia o que se irrespeten nuestros derechos.
  - Enfatizar que cuando escuchamos, leemos, recibimos o vemos algo que nos hace sentir incómodos o inseguros a través de los medios tecnológicos, debemos discutirlo con un adulto de confianza que nos guíe al respecto
  - El niño y la niña deben notificar a un adulto, si sienten que algo les incomoda o no lo entienden. Puede ser que ese sentimiento sea una alerta de que es vulnerable o está en riesgo o peligro de otras personas que utilizan los medios para abusar.
2. Lleve al grupo a la reflexión a través de las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendimos?
  - ¿Cuáles son nuestros derechos y responsabilidades al usar los medios de comunicación, Internet y las redes sociales?
  - ¿Qué podemos hacer cuando no entendemos algo que estamos viendo o leyendo?

3. Finalice con la dinámica “La mochila”. Solicite a los niños y las niñas, colocados en círculo, que saquen de su mochila imaginaria una palabra cariñosa que exprese como se sintieron en el taller.

:



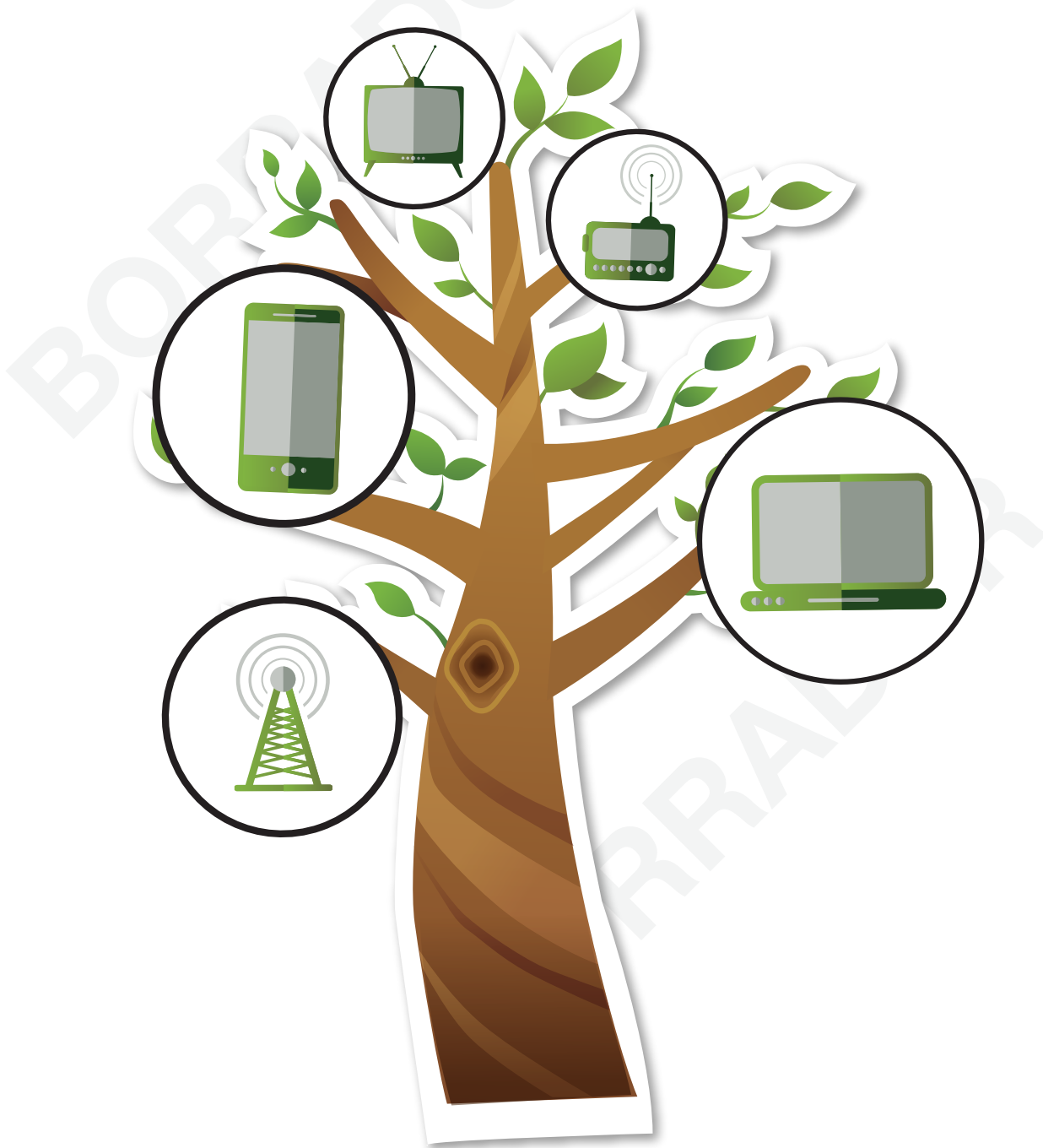
## Recursos

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2016). Mini Guía de Seguridad Informática.

Educar a los menores en el uso sin riesgo del Internet. Guía para padres.

## Hoja de Trabajo No. 5 para estudiantes de 1ro-2do grado

### Taller No. 7: “Aprendiendo a comunicarme”



# Taller

## 8

## “Conozco mi cuerpo y me acepto como soy”

### Eje Temático

Desarrollo de la Sexualidad



### Contenidos

Afecto y emociones asociadas a la curiosidad de la anatomía sexual y reproductiva



### Objetivos didácticos

- Profundizar en el conocimiento del cuerpo
- Facilitar la formación de una imagen corporal positiva y una adecuada autoestima



### Objetivos de aprendizaje

- Acepta y valora positivamente su propio cuerpo
- Respeta y valora la diversidad corporal de las demás personas



### Duración

45 minutos



### Materiales

- Espejo de cuerpo entero
- Hojas blancas
- Lápices de colores/crayones



### Preparación

Revise el contenido curricular a ser aplicado según materias y adaptarlo para la sesión, consulte los documentos de apoyo y el Eje 4 de esta Guía (Desarrollo de la Sexualidad).

Preparar un ambiente relajado que invite a los y las estudiantes a hablar libremente sobre sus sentimientos, experiencias, y esté preparado para apoyarles en caso de que no surjan comentarios positivos respecto a sí mismos.



### Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Lluvia de ideas”
2. Desarrollo
  - “Mi cuerpo y mi salud”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Los piropos”





## Presentación

1. Identifique, a partir de una lluvia de ideas, los conceptos adquiridos sobre las partes del cuerpo, nombres correctos y diferencias anatómicas entre los niños y las niñas.
2. Introduzca el tema a través de un diálogo, comentando que todas las personas somos individuos semejantes como humanos y a la vez diferentes unos de los otros, y que en este taller conversaremos sobre cómo podemos conocernos mejor y aceptarnos tal como somos.
5. Recuerde la importancia del respeto a nosotros mismos y hacia los demás, aceptándonos y aceptando a los demás. Es parte de respetar los derechos humanos que tenemos todos los niños y las niñas.



## Desarrollo

1. Inicie la sesión comentando que como parte de nuestro crecimiento como personas, es normal tener curiosidad por el cuerpo propio y el de los demás. Es normal ser curiosos y podemos conversar al respecto con nuestros amigos y amigas y con los adultos en el hogar o en la escuela. Hay vamos a aprender sobre estos aspectos a través de un ejercicio que se llama “Mi cuerpo y mi salud”.
2. Solicitar a los niños y niñas que observen su cuerpo frente a un espejo, que identifiquen las partes del cuerpo y en qué se parecen a algunos miembros de su familia (ojos de mi mamá, color de cabello de mis hermanos o color de piel del papá, la altura de la abuela, etc.) y en qué se diferencian; cómo se parecen o diferencian de sus amigos, compañeros, hermanos o hermanas).
3. Indicarles que vayan a su asiento y en una hoja blanca, dibujen la silueta de su cuerpo y señalar qué parte les gusta más y qué deben hacer para mantener su cuerpo saludable. Conversar si esta parte preferida del cuerpo puede cambiar o no mientras van creciendo, y cómo deben estar agradecidos por ser como son.
4. Conduzca la conversación a medida que realizan sus dibujos, haciendo énfasis en las diferencias que hay en nuestros cuerpos, mucho depende de nuestros genes, hábitos de alimentos o actividad física (estilos de vida). Esas diferencias son propias de cada ser humano y debemos aceptarnos



## Cierre y evaluación

1. Solicite voluntarios que quieran compartir sus dibujos y discutir sobre su análisis. Reforzar las siguientes ideas clave:
  - La curiosidad es parte de la naturaleza humana y nos lleva a encontrar respuestas a las preguntas que tenemos.
  - Es bueno preguntar a personas adultas sobre nuestras curiosidades y conversar de manera natural al respecto.
  - Debemos aceptar nuestro cuerpo tal como es, con todas las características que lo conforman.
  - De igual manera, es importante aceptar el cuerpo de las demás personas y tratarles con respeto.
  - Es importante conocer cómo procurar el propio bienestar a medida que vamos creciendo. Este bienestar incluye poder identificar situaciones que ponen en riesgo nuestra privacidad o invaden la intimidad y poder alejarnos y conversar con personas adultas que nos guíen al respecto (red de confianza).
  - Es bueno verse y sentirse diferente y eso nos hace seres únicos.
  - Les invito a conversar sobre este tema más a fondo con los miembros de su familia.

2. Finalice con las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Ha sido útil para nosotros lo aprendido?
3. Finalice con la dinámica vivencial “Los piropos”, solicitando a los niños y las niñas que digan a uno o una de sus pares del grupo, una palabra o frase afectiva que refuerce su autoestima.



## Recursos

Adaptado de Ministerio de Educación, República del Perú (2014). Guía de Educación Sexual Integral para docentes del nivel de educación primaria. Págs. 48-51.

BORRADOR

BORRADOR

## “Aprendo a protegerme”

### Eje Temático

Desarrollo de la sexualidad



### Duración

40 minutos



### Contenidos

Derecho a la intimidad e integridad del propio cuerpo y respeto a la intimidad e integridad corporal de las demás personas.



### Materiales

Cartulinas, hojas blancas, goma, maskin tape, tijeras, lápices y marcadores de colores, revistas, periódicos y figuras recortables, Hoja de Trabajo No. 6.



### Objetivos didácticos

- Fortalecer en niños y niñas la valoración del propio cuerpo, como algo que es único y les pertenece.
- Facilitar la apropiación de habilidades para protegerse frente a posibles situaciones de violencia sexual.



### Preparación

Al preparar esta actividad, tenga en cuenta que el abuso sexual y otras formas de violencia sexual pueden ocurrir en cualquier etapa de la vida, pero se estima que a nivel mundial, uno de cada cinco menores ha sufrido o sufre violencia sexual, incluido el abuso sexual. Cuando los niños y las niñas carecen de conocimientos y habilidades para identificar, prevenir y notificar estas situaciones, se convierten en fáciles víctimas de los depredadores sexuales.

Revise los aspectos que aparecen en las secciones 3.2 (Sexualidad y Género) y 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad) de esta Guía y utilice la bibliografía recomendada, que ofrece indicaciones sencillas, claras y asequibles a los y las estudiantes de estas edades tempranas.



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que su cuerpo le pertenece y que nadie puede tocarle sin su permiso.
- Identifica formas apropiadas/inapropiadas de tocar y secretos buenos/malos.
- Comprende cómo puede protegerse: decir “no”, escapar, contarlo.

Identifique los contenidos previos que los y las estudiantes han recibido en las asignaturas del grado, e infórmese acerca de la situación de la violencia sexual contra los niños y las niñas en el país, y de ser posible, en la localidad cercana a la escuela.

Dada la sensibilidad de estas problemáticas, deben ser tratadas gradualmente, partiendo de la valoración del propio cuerpo y del derecho a que se respete la intimidad e integridad corporal de cada niño o niña, evitando detalles acerca de formas específicas de la violencia sexual (que serán tratados en grados posteriores).



## Desarrollo

### Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Lluvia de ideas: mi cuerpo maravilloso”
2. Desarrollo
  - “Está bien... está mal”
  - “El árbol de los derechos del cuerpo”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Digo sí...digo no”



### Presentación

1. Promueva una lluvia de ideas sobre “Mi cuerpo maravilloso”, solicitando a los niños y las niñas que compartan sus conocimientos anteriores y ejemplos acerca de las cosas necesarias y maravillosas que hace nuestro cuerpo, como moverse, sentir, paladear, mirar, escuchar, digerir, etc. Escribir en la pizarra lo que va aportando el grupo.
2. Comentar que cada cuerpo es único y especial; su valor no está en la apariencia externa (ya que todos los cuerpos de los niños y las niñas, y de los hombres y las mujeres son diferentes), sino en las funciones tan importantes que realiza para la vida y el bienestar de los seres humanos.
3. Destacar que por ello, es muy importante respetar y cuidar nuestro cuerpo, hacer que otras personas lo respeten, y al mismo tiempo, respetar el cuerpo de las demás personas.
4. Motive al grupo a dibujar “El árbol de los derechos del cuerpo”, a partir de lo que han aprendido en el taller. Si el grupo es pequeño, indique que entre todos y todas dibujen un solo árbol. Entre las ramas, hojas y flores, colocarán los derechos del cuerpo. Coménteles que el árbol necesita también raíces para crecer y florecer; en las raíces se escribirán las cosas o conductas que protegen los derechos del cuerpo.
5. Colocar el dibujo en el aula, en un mural u otro lugar público de la escuela.

1. Para realizar el ejercicio “Está bien... está mal”, utilice las ilustraciones que aparecen en la Hoja de Trabajo No. 6, donde se muestran diferentes situaciones: una mamá baña a su hijo, un padre abraza a su hija con cariño y cuidado, un adulto espía a una niña que se está bañando, un médico examina a un niño enfermo, un adulto dice un secreto al oído de una niña que parece asustada, un abuelo cuenta en secreto a su nieta sobre la sorpresa que están para el Día de la Madre, un adulto ofrece golosinas a un niño para atraerlo hacia un auto, un hombre en la calle se acerca a una niña y la toca por detrás, un adulto ayuda amablemente a levantarse a una niña que se cayó de la bicicleta, un vecino le dice a la niña que está solo y que vaya a su casa para regalarle un juguete, etc. También puede escribir cada situación en una tarjeta o en el pizarrón.
2. Presente las situaciones, solicite a los niños y niñas que las valoren como “está bien” o “está mal” y promueva la reflexión grupal, analizando por qué en unos casos, tocar o mirar el cuerpo, o tener secretos, es algo apropiado, y por qué en otros casos no lo es. Recordar el derecho a la protección de la intimidad e integridad del cuerpo.



## Cierre y evaluación

1. A partir de estas ideas, para el cierre el/la docente deberá resumir las siguientes ideas clave que para cada niño o niña, es muy importante saber, para cuidar y proteger su cuerpo,;
  - Mi cuerpo es mío y me pertenece.
  - Hay formas buenas de mirar o tocar mi cuerpo: cuando mis padres y familiares me ayudan a bañarme o me abrazan y besan con cariño, cuando los doctores, doctoras y enfermeras me revisan y me curan si estoy enfermo o enferma.
  - Ninguna otra persona ajena puede tocar mi cuerpo y mis partes genitales sin mi permiso.
  - Yo tengo el derecho a decirle NO a un adulto si éste me hace sentir incómodo o incómoda.
  - No debo irme con personas extrañas, aunque me den regalos.
  - No debo sentarme en las piernas de personas que me hagan sentir incómodo/a.
  - Hay secretos buenos y secretos malos. Los buenos son los secretos divertidos y alegres que compartimos con nuestra familia y amigos. Los secretos malos nos hacen sentir incómodos, tristes o nos ponen nerviosos.
  - Cuando otra persona, conocida o desconocida, adulto o niño, quiere mirar o tocar mi cuerpo, o cuando quiere que guarde un secreto acerca de algo que me hace sentir mal o confundido, debo decir o gritar ¡No!, huir de la situación y contarlo de inmediato a una persona de mi confianza.
2. Realice las reflexiones finales preguntando lo siguiente:
  - ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Para qué me sirve esta información
3. Finalice con la dinámica “Digo Sí...Digo No”, que contribuye a reforzar, de forma vivencial, lo aprendido sobre la protección y cuidado del cuerpo. Leer las siguientes frases y pedir

a los niños que en cada caso digan sí o no. Puede dejar que respondan en coro.

- Mi abuelita me ayuda a bañarme
- Un hombre que no conozco me ofrece golosinas
- Mi papá me abraza con cariño
- Alguien en la calle me dice cosas que no me gustan



## Recursos

Ministerio de Educación de Argentina (2010). Educación sexual integral para la educación primaria: contenidos y propuestas para el aula. Actividad 3: “Los cuidados que necesitamos”. Pág. 28-31.

Consejo de Europa. La Regla de Kiko. Campaña “Uno de cada cinco” para poner fin a la violencia sexual contra los niños. En: [www.laregladekiko.org](http://www.laregladekiko.org)

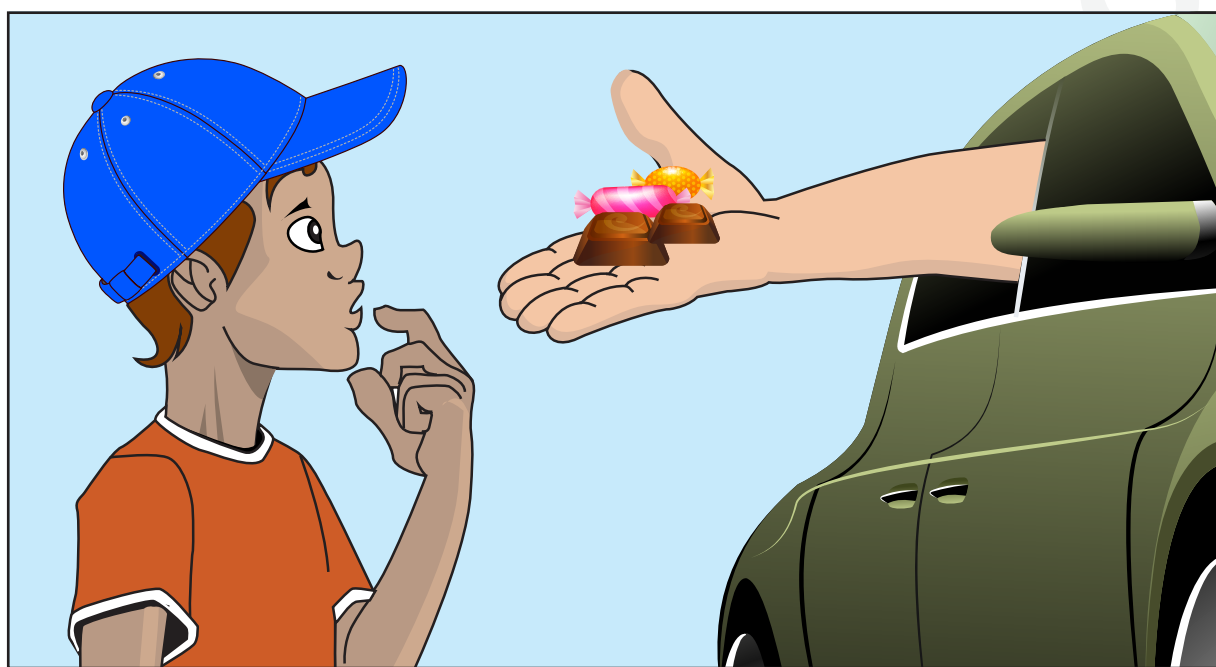
Jiménez, Pilar (1999). Materiales Didácticos para la Prevención de la Violencia de Género. Unidad Didáctica para Educación Primaria. Págs. 17-24



## Hoja de Trabajo No. 6 para estudiantes de 1ro-2do grado

### Taller No. 9: “Aprendo a protegerme”





## “Y yo... ¿cómo nací?”

### Eje Temático

Desarrollo de la Sexualidad



### Contenidos

De dónde vienen los niños y las niñas



### Objetivo didáctico

Fortalecer en niños y niñas los conocimientos básicos acerca del origen y nacimiento del ser humano



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende y valora la importancia de la fecundación, el embarazo y el parto en la vida del ser humano
- Utiliza el lenguaje correcto para nombrar los órganos sexuales y reproductivos y sus funciones



### Duración

45 minutos



### Materiales

Láminas con dibujos que sean parte de la narrativa para ser trabajadas y completadas en grupos, lápices y lápices de colores; copia de la narrativa ¿Y yo... cómo nací? Ver la Hoja de Trabajo No. 7.



### Preparación

Prepare la actividad informándose acerca de las diferentes maneras de aclarar dudas y responder a las inquietudes de los niños y las niñas, para generar empatía y que puedan abrirse a aclarar todas las dudas que puedan surgir.

Las preguntas que hagan los y las estudiantes, deben ser respondidas con naturalidad, teniendo en cuenta los conocimientos y aprendizajes que tengan. Es importante indagar la naturaleza de estas preguntas, su contexto y por qué las realizan. Al responder, evitar comparaciones y metáforas (la semillita, la abejita y las flores, la cigüeña) que desvíen la realidad, ya que podríamos confundirlos y reforzar concepciones erróneas.

Utilice como apoyo la bibliografía recomendada y los contenidos de la sección 3.4 de esta Guía (Desarrollo de la Sexualidad), donde se incluyen consejos acerca de cómo responder a las preguntas de niños y niñas.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Lluvia de ideas”
2. Desarrollo
  - Narrativa: “Y yo... ¿cómo nació?”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Espejito mágico”



### Presentación

1. Pregunte al grupo si han escuchado sobre el embarazo, si tienen hermanitos o hermanitas; si han conversado con otros adultos sobre el origen de los bebés y que comenten al respecto.
2. Incentivando un ambiente tranquilo y amable, inicie el diálogo, explicando los pasos a seguir en el taller y la importancia de prestar atención a la narración que está próxima a leerse, ya que se realizarán preguntas y actividades al respecto.



### Desarrollo

1. Proceda a dar lectura a la narrativa “Y yo... ¿cómo nació?” de manera pausada y en voz alta para que todos y todas la escuchen.
2. Divida a los niños y niñas en grupos para que trabajen en la historia. Entregue los materiales e instruirles que tendrán 15 minutos para que colorean los dibujos de la historia, según la imagen que está en la Hoja de Trabajo entregada al grupo.
3. El/la docente debe incentivar el trabajo en grupo haciéndoles preguntas como ¿Qué ven en las imágenes? ¿Qué están haciendo? ¿Qué puede pasar?
4. Una vez finalizados todos los grupos, solicitar que un representante de cada grupo muestre su hoja de trabajo y explique la his-

toria de su lámina de trabajo.

5. Antes de componer la secuencia de la historia completa, el/la docente puede incentivar una lluvia de ideas preguntando lo siguiente:
  - ¿Ahora entendemos mejor cómo es que se forman y nacen los niños y las niñas?
  - ¿Qué nuevo han aprendido?
6. Tome nota de las diferentes respuestas y luego proceda a colocar en la pared las láminas de todos los grupos según la secuencia de la historia.
7. Pregunte a los niños/niñas acerca de lo aprendido y si tienen dudas o preguntas que deberán ser resueltas de inmediato.
8. Se les incentiva a conversar sobre este tema en familia.

### Narrativa: Y yo... ¿cómo nació?

“Los niños y las niñas nacen de la misma manera. Los niños no son mejores que las niñas ni las niñas mejores que los niños. Por eso, aunque son iguales en casi todo, hay siempre algunas diferencias. ¿Cuáles son estas diferencias?

Pero se han preguntado ¿cómo hizo el bebé para entrar en la barriga de la mamá? Pues, había una vez un papá y una mamá. Dentro de los órganos sexuales internos del papá, se producen unas células que se llaman espermatozoides y dentro de los órganos sexuales internos en la mamá, hay otras células que se llaman óvulos. Las dos células son igualmente importantes. Hace falta que se unan, un espermatozoide con un óvulo, para que se realice la fecundación e inicie la creación de un bebé. Así es que inicia la vida de un bebé en el vientre de la mamá.

Además de querer tener un hijo o una hija, la pareja de papá y mamá también debe unir otras cosas como el cariño, el deseo, el afecto, el amor, las caricias, placer e ilusiones. Entonces el bebé va formándose y creciendo en la barriga de la mamá por nueve meses, desde algo muy pequeño hasta el tamaño como de una muñeca. El bebé crece dentro del útero, que es otro órgano sexual interno que tienen las mujeres. El útero es como una casita en donde se conecta el bebé a través de un cordón por el que se alimenta y se desarrolla. Ya una vez el bebé ha crecido lo

suficiente y está grande, se prepara para salir. Los niños nacen porque su mamá les da a luz, a lo que se le llama “parto”. El bebé va a salir en la mayoría de los casos a través de la vagina. Este órgano de la madre se estira como un chicle para que pueda pasar el bebé fácilmente por ahí. Primero salen la cabeza, los hombros y brazos y luego las caderas y las piernas. A esto se le conoce como “parto”. Hay ocasiones en que los bebés vienen al revés o tienen dificultad para nacer porque la vagina de la mamá es muy estrecha. Entonces los doctores ayudan en el parto haciéndole una operación para sacarles el bebé a las mamás a través de la barriga. Esto se conoce como parto por cesárea. Ya que ha nacido este bebé, hay mucha alegría en la familia y el papá y la mamá están muy contentos. ¿Ustedes saben cómo nacieron?

Hay otras formas de tener hijos o hijas y es adoptándolos. Se puede ser papá o mamá cuando adoptas un niño o una niña, sin que tengan que poner ninguna célula. Más importante que poner la célula es querer, cuidar y atender a los hijos e hijas. ¿Quién puede crecer sin que lo cuiden cuando es bebé?

También es importante conocer que hay diferentes tipos de familias; unas que tienen al papá, a la mamá y los hermanos, otras familias que sólo hay una mamá o los niños solamente viven con su papá. Otras familias compuestas por abuelas, tíos y tías. Ninguna familia es mejor que otra. Todas son la mejor familia que puedas tener!”

9. Concluya la actividad solicitando a un par de voluntarios que expliquen brevemente cómo nacen los niños y las niñas. Pregunte al grupo si es correcta la explicación, y qué aspectos faltan o no son adecuados. Esclarezca las dudas en caso de presentarse.

humano, que es el amor y pertenecemos a un grupo familiar.

- Al nacer, se nos regala nuestra identidad y nuestros padres durante los primeros años de nuestra vida, cuidan de nosotros y nos transmiten sus valores, cuidados y cariño para que seamos personas de bien.
- Una vez que crecemos y entendemos un poco más los aspectos de la vida, con la ayuda de mi familia y otros adultos que me aprecian, puedo soñar y lograr
- ser todo lo que queramos ser
- Tanto hombres como mujeres debemos ser igualmente responsables en la crianza de los hijos y tanto el padre como la madre deben asegurar el afecto, el cuidado y las atenciones que necesitan para que niños y niñas crezcan sanos y felices. (Estos aspectos refuerzan el tema de las relaciones y la igualdad entre ambos sexos en el hogar y la familia).

2. Reflexione con los y las estudiantes:

- ¿Qué nuevo he aprendido con esta actividad?

3. Cierre el taller de forma lúdica y divertida, invitando a los niños y las niñas a imaginar que tienen un “Espejito mágico”, al cual le van a contar cómo se sintieron en la actividad realizada.



## Recursos

Adaptado de: De la Cruz, Carlos y de la Cruz, Mario (2011). No le cuentes cuentos. Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres del Alumnado (CEAPA), Madrid, España.

Consejería de Educación, Cultura y Deportes. Gobierno de Canarias. Carpeta Didáctica de Educación Afectivo-Sexual en la Etapa Primaria.

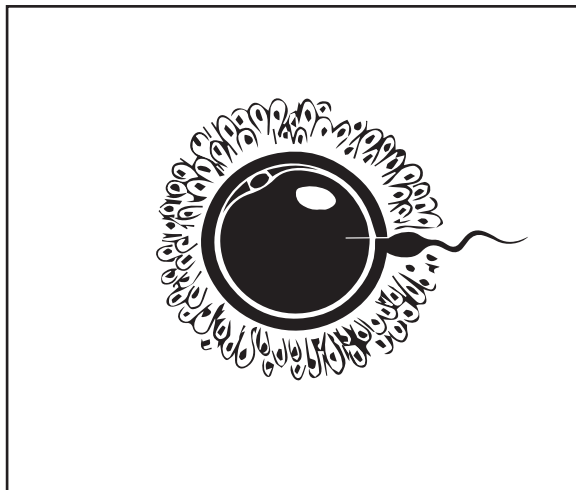
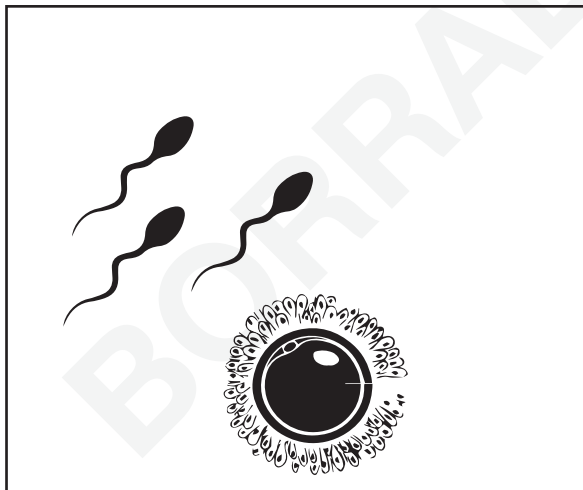


## Cierre y evaluación

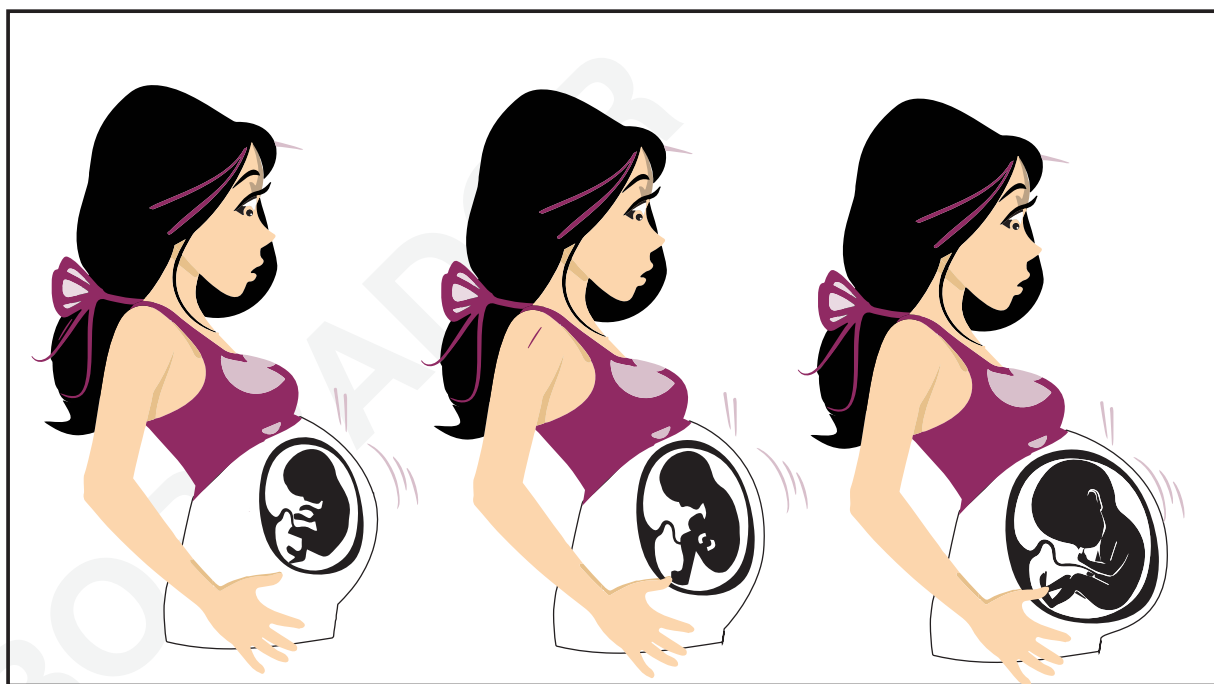
1. Finalice la actividad con las siguientes ideas clave:
  - Los niños y las niñas tenemos los mismos valores y somos igual de importantes
  - Todos nacemos como producto de la máxima expresión de cariño de un ser

## Hoja de Trabajo No. 7 para estudiantes de 1ro-2do grado

### Taller No. 10: “Y yo... ¿cómo nací?”







## “Imaginemos ser mamá o papá”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Contenidos

Valoración de la maternidad y paternidad responsables en la vida humana



### Objetivo didáctico

Promover en los niños y las niñas la comprensión y valoración de las responsabilidades inherentes a la maternidad y paternidad.



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende la importancia de la maternidad y la paternidad en la vida de las personas y las responsabilidades de madres y padres en la familia
- Reconoce que la maternidad y la paternidad responsables son parte de la formulación de su proyecto de vida futura.



### Duración

45 minutos



### Materiales

- Fotografías de cada niño/niña cuando eran bebés. Puede ser con fotografías de ellos y ellas con sus familias.
- Papel construcción u hojas de colores o blancas
- Goma
- Lápices de colores



### Preparación

Revise los documentos de apoyo y el Eje 3.5 de esta Guía (Salud Sexual y Reproductiva)

Prepare analizando los diferentes conceptos que hay alrededor de ser mamá o papá y el rol que cada miembro de la familia desempeña en el hogar. Es importante conocer que la mayoría de las constituciones y leyes de los países incluyen el deber y derecho de los padres y madres, alimentar, educar y dar seguridad a sus hijos e hijas. Por tanto, la decisión de procrear trae consigo deberes y responsabilidades.

La maternidad y la paternidad son parte del proceso natural de reproducción de la vida, y la mayoría de las personas anhelan fundar una familia y tener descendencia. No obstante, hay parejas que deciden no tener hijos, así como personas que voluntariamente optan por el celibato, como las religiosas y los sacerdotes, ejerciendo un derecho que debe ser respetado.

La planificación de la familia es un proceso de toma de decisiones con relación al proyecto de pareja y de vida familiar que se desea construir como parte del proyecto de vida.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - “Ser mamá...ser papá ”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “El baúl de los valores”



### Presentación

1. Se introduce el tema de maternidad y paternidad responsable indicando que todos desde que nacemos vamos creciendo no sólo en tamaño y con los cambios propios de nuestros cuerpos, sino también a nivel emocional y con nuevos conceptos que vamos aprendiendo día a día.
2. Se les anticipa que el siguiente tema nos llevará a reflexionar las responsabilidades que tienen los papás y las mamás (u otros familiares) en el entorno de un hogar y al formar una familia, de manera tal poder identificar los requisitos mínimos que debe tener un adulto responsable, para iniciar a formar una familia y poder ser mamá o papá.



### Desarrollo

1. Inicie la actividad realizando las siguientes preguntas:
  - ¿Quién quiere mucho a su mamá? ¿Por qué la quieren mucho?
  - ¿Quién quiere mucho a su papá? ¿Por qué lo quieren mucho?
  - ¿Quién quiere a ambos? ¿Por qué?
  - ¿Cuáles son las responsabilidades de los padres (abuelos, tíos, tutores) en el hogar?
2. A medida que van respondiendo a estas preguntas, se irán escribiendo en la pizarra un listado de los conceptos principales expresados por los niños y niñas (por ejemplo:

....porque me abraza, porque me da de comer.....porque me trae a la escuela.....porque trabaja para comprarme cositas....porque me busca en la escuela.....porque me cuida cuando estoy enfermo/a, etc.)

3. Una vez con el listado escrito en el tablero, se les indicará a los niños que ellos vean sus respectivas fotografías de cuando eran bebés. Luego solicite a los niños y niñas que peguen su fotografía a las hojas de colores que se les entrega en el puro centro de la misma hoja y que alrededor escriban las características que ellos ven que tienen sus padres (por ejemplo: Responsables, Cariñosos, Motivadores, Estrictos, Trabajadores, Comprensivos, Alegres, etcétera.).
4. Si el niño o niña dicen alguna característica no muy positiva, es bueno conversar con ellos y traerles a reflexionar por qué el familiar ha actuado de tal o cual forma y que los sentimientos que les motiva pensar así, es por un propósito y muchas veces es ejercer la disciplina para que haya un aprendizaje en la familia (por ejemplo, el papá lo castiga: es por no haber realizado su tarea. A la larga es para incentivar el aprendizaje en el niño de sus responsabilidades.
5. Guiarles mientras las ven y hacen el trabajo de pegarlas, llevándoles a través del proceso del embarazo con el siguiente texto:

“Se imaginan la alegría que tenía su mamá y su papá cuando se enteraron que les iba a nacer un nuevo bebé?...un nuevo miembro de la familia. ¡Qué emoción! ¿Qué nombre le pondremos? ¿Será niño o niña? ¿Dónde va a dormir? ¿Qué será cuando sea grande? Uy! ¡Qué responsabilidad más grande! ¡Qué emoción por esta bendición! Tu papá dice: ahora si debo trabajar más fuerte para ahorrar y estar preparados para la llegada de este nuevo miembro de la familia. Y mamá exclama: Sí! Creo que es un buen momento para terminar mi carrera, así que continuaré estudiando para sacar mi profesión y tener mejor opciones de trabajo cuando haya nacido este bebé. Voy a cuidarme mucho, comer sanamente y asistir a mis citas de control médico para asegurarme que el bebé nazca sano y fuerte, preparándolo para este mundo!”

6. Guíe la discusión con las siguientes preguntas:

- ¿De este diálogo entre tus padres, qué entiendes que fue importante?
- ¿Un adulto debe prepararse para la responsabilidad de cuidar un nuevo miembro de la familia?
- ¿Qué sucede cuando una niña se embaraza y no ha terminado sus estudios?
- ¿Su cuerpo está listo para llevar un bebé dentro?
- ¿Un niño está preparado para tener las responsabilidades de ser papá?

7. Escuchar y guiar las ideas que expresan los y las estudiantes y anotar en la pizarra del tablero, relacionando las responsabilidades que requiere un adulto para el cuidado y protección de una familia y las responsabilidades que tienen niños y niñas.

8. Enfatice la importancia de fomentar el pensamiento crítico de las niñas y los niños para que aprendan a tomar en consideración sus propios deseos y necesidades vitales para, desde ahí, transformar esos valores. Eso va concatenado con la formulación de un proyecto de vida en donde ellos puedan visualizarse en el futuro, viviendo sus principios y valores. Estos aspectos fueron desarrollados en los talleres iniciales de esta Guía de Educación de la Sexualidad.



## Cierre y evaluación

1. Para el cierre de la actividad, concluya con las siguientes ideas clave con respecto a la maternidad y paternidad responsables:

- Es vital que las niñas encuentren el camino para poder elegir ser madres o no desde su libertad
- Es importante que los niños incorporen actitudes relacionadas con la crianza y el cuidado en sus vidas.
- Se trata también de que unos y otras comprendan que no es lo mismo ser madre que ser padre, aunque ambas figuras

tengan la misma responsabilidad.

- Que es importante ir construyendo desde ahora un proyecto de vida, que les lleve a contribuir en su construcción como ciudadanos y ciudadanas responsables.
- Debemos apreciar el valor de lo que hacen nuestros padres por nosotros. Ellos han decidido tenernos y encargarse de nosotros como niños y niñas, procurando nuestra salud, educación, alimentación y bienestar (recordar lista de los derechos de los niños y las niñas)
- Hay ciertas condiciones que son necesarias para ser madres y padres, entendiendo la responsabilidad en la crianza y el desarrollo saludable de los hijos.

2. Pregunte a los niños y niñas:

- ¿Qué he aprendido con esta actividad?

3. Despida la sesión con la dinámica “El baúl de los valores”. Pida a los niños y las niñas que imaginen un baúl lleno de hermosos valores humanos. Cada cual debe sacar del baúl un valor que exprese la importancia de ser mamá o ser papá.



## Recursos

Gobierno de España. Ministerio de Educación, Cultura y Deportes. Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado. Coeducación: dos sexos en un solo mundo. Módulo 6 - Proyectos de vida. Maternidad y Paternidad.

Consejería de Educación, Cultura y Deportes. Gobierno de Canarias. Carpeta Didáctica de Educación Afectivo-Sexual en la Etapa Primaria.

## “Me gusta mi cuerpo sano”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Contenidos

Conceptos de salud y SSR acordes a la edad



### Objetivos didácticos

- Promover la comprensión por niñas y niños de los conceptos de salud y SSR, acordes a la edad
- Facilitar el desarrollo de habilidades para el autocuidado de la salud y la prevención de enfermedades



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que como niño o niña, tienen el derecho a una vida saludable, y la responsabilidad del autocuidado de su salud
- Reconoce situaciones que ponen en riesgo su salud, y como evitarlas



### Duración

60 minutos



### Materiales

Cuaderno de apuntes, lápiz para anotar y fichas con imágenes/dibujo de un virus, una bacteria y glóbulos blancos. Otras fichas con caras de niños y niñas sanos.

Guión de la escena para dramatización (Hoja de Trabajo N° 8).

Fichas con dibujos de los órganos sexuales masculinos y femeninos para discutir la higiene correcta de los mismos. Hoja de Trabajo N° 9).



### Preparación

Al preparar esta actividad, revise los aspectos que aparecen en las secciones 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad) y 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva) de esta Guía y utilice la bibliografía recomendada.

Es muy importante profundizar en el concepto de salud como pleno bienestar físico, psicológico y social, y en el derecho a la salud establecido en la Convención sobre los Derechos del Niño. Con relación a la salud sexual y reproductiva, debe ser abordada en esta etapa de forma muy general, comentando con los niños y niñas que para cuidar su salud, es necesario tener información y conocimientos sobre el cuerpo, mantener adecuados hábitos de higiene corporal y de los órganos genitales, saber qué conductas pueden hacernos daño, saber cuidar de la intimidad de nuestro cuerpo y no permitir que otras personas nos toquen o miren de forma inapropiada, que no cause malestar o incomodidad, explicarles que hay enfermedades que se transmiten por el contacto de una persona con otra, etc.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio dramatizado: “Virus y bacterias”,
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Me despido como...”



### Presentación

1. Introduzca la actividad comentando que cada parte de nuestro cuerpo puede enfermarse, incluyendo nuestros órganos sexuales y reproductivos. Solicitar a niños y niñas si pueden nombrar manifestaciones de enfermedades. (Por ejemplo: resfriado, vómitos, diarreas, dolor de estómago, fiebre, conjuntivitis, etc.)
2. Luego describa que muchas de estas enfermedades están causadas por microorganismos (unos bichitos que entran en el cuerpo) que causan los problemas mencionados.
3. Los mayores causantes de enfermedades son Virus y Bacterias.
4. Un Virus es un microorganismo que causa diversas enfermedades introduciéndose como parásito en una célula del cuerpo humano para reproducirse en ella. Se tratan los síntomas que produce, y en muchas ocasiones quedan latentes creando anticuerpos en la sangre.
5. Una Bacteria es organismo microscópico unicelular, carente de núcleo, que se multiplica por división celular sencilla o por esporas. También ataca las células del cuerpo produciendo enfermedad. Se tratan en la mayoría de las veces con antibióticos, eliminándolas del cuerpo. Las bacterias son los agentes causantes de numerosas enfermedades;

6. Una vez finalizado el conversatorio, explique que con esta actividad, vamos a definir claramente los conceptos de salud y enfermedad y realizaremos un juego en el que ellos deberán identificar qué acciones nos pueden enfermar y que acciones nos mantienen saludables. Además, podremos entender qué sucede si nos enfermamos, cómo nos gusta que nos traten, y qué sucede cuando otra persona está enferma y cómo le gustaría que la traten.



### Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio dramatizado “Virus y bacterias”, entregue una ficha con la figura de una bacteria, otra con la de un virus y las demás fichas tendrán dibujos de niñas y niños con sistema de defensa sanos representado con dibujos de glóbulos blancos fuertes.
  - A. Indique a los y las estudiantes que formen un círculo tomados de las manos. Todos son niños y niñas sanas.
  - B. El/la niña que tienen la ficha del virus y de la bacteria, se quedan afuera del círculo y los niños y niñas que tengan las fichas de glóbulos blancos, se quedan dentro del círculo.
  - C. Decirles que el círculo es como el sistema de defensa de un cuerpo sano. Se les da la instrucción a los niños que se agarren fuerte de las manos para no dejar entrar los virus y bacterias de afuera hacia adentro del cuerpo. La bacteria y el virus tratarán insistentemente de entrar (cuando se indique con los escenarios), pero les es muy difícil. Luego de varios intentos, logran entrar. Sin embargo, los glóbulos blancos que están dentro del círculo, juegan un papel muy importante. A veces previenen la enfermedad y otras veces si se enferma el cuerpo sano, se puede curar. Explicar que esto sucede porque la persona dueña de ese cuerpo, fue a buscar ayuda de un doctor, para sentirse mejor.
  - D. Lea muy pausadamente los escenarios anexos, y cada estudiante con su ficha/dibujo, seguirá las instrucciones para



dramatizar lo que sucede en el cuerpo humano ante los virus y bacterias. Es por eso que las personas se enferman.

- E. Una vez finalizada la dramatización y que hayan retornado las fichas con los dibujos, pasan a la próxima actividad.
  2. Divida a los estudiantes en grupos pequeños y entréguele a cada grupo una ficha que contendrá información específica sobre los órganos sexuales, cómo debe ser la higiene de esta parte del cuerpo y cómo puedo evitar enfermarme, además de las enfermedades comunes que atacan esta parte del cuerpo (Hoja de Trabajo N° 9). Se les indicará luego que deben discutir brevemente en el grupo y definir las diferentes acciones que podemos hacer para prevenir enfermedades en mis genitales y órganos sexuales.
  3. Vaya guiando las discusiones de los grupos, hablando sobre la higiene corporal, la importancia de buscar ayuda con adultos y visitar a un médico periódicamente.
  4. Al final, un voluntario o voluntaria pasarán a contar lo que resumió su grupo, ante el resto de los demás niños y niñas.
  5. El/la docente deberá estar preparado con alternativas para aclarar conceptos erróneos con respecto a higiene, salud, gérmenes, enfermedad. En el caso de las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH/sida, no se tratarán directamente, sólo en el caso de que surja una pregunta, que será respondida según el nivel de comprensión de esta edad.
- Es importante mantener siempre la adecuada higiene de nuestro cuerpo, especialmente de los genitales, tal como cuidamos nuestros oídos, dientes, nuestra cara, nuestros pies.
  - Hacer énfasis en la importancia de visitar periódicamente al doctor o doctora para que examine su cuerpo y su sangre y descarte alguna infección o enfermedad.
  - Conversar sobre los sentimientos y derechos que tienen todos los seres humanos, incluyendo a aquellas personas que están enfermas y el respeto, la inclusión y solidaridad con aquellos que conocemos que son portadores de enfermedades, trayendo como ejemplo los casos de los escenarios trabajados durante la actividad.
2. Finalice la sesión trayendo a los chicos y chicas a reflexionar sobre lo sucedido en las actividades realizadas.
    - ¿Qué aprendimos hoy?
    - ¿Qué debemos hacer para mantener nuestro cuerpo sano?
  3. Para cerrar la sesión organice al grupo en círculo y dígales que nos vamos a despedir imitando el sonido de distintos animalitos. Cada niño o niña debe decir: “Me despido como...” a continuación el nombre del animal y su sonido. Por ejemplo: Me despido como... un gatito: miau, miau.



## Cierre y evaluación

1. Se realiza el cierre de la actividad, llevando a la reflexión a través de las siguientes ideas clave:
  - Señalar que hay enfermedades que se transmiten por microorganismos (bichitos que se ven únicamente con lentes especiales) como los virus, bacterias y otros y que pueden afectar sus órganos sexuales.
  - Estas se transmiten de una persona enferma a una persona sana

## Hoja de Trabajo No. 6 para estudiantes de 1ro-2do grado

### Taller No. 12: “Me gusta mi cuerpo sano”

#### Guión de escena para dramatización

#### INSTRUCCIONES: el/la docente deberá leer este texto en voz alta:

Bienvenidos a este ejercicio educativo de “las enfermedades”. Ustedes serán participantes de este ejercicio de dramatización y experimentarán lo que realmente sucede en el cuerpo, cuando se enferma por gérmenes causantes de enfermedades. Solicitamos escuchar e ir siguiendo las instrucciones a medida que voy dando las indicaciones. Seré la única persona que hable. En algunos momentos durante el ejercicio, daré instrucción de que se **DETENGAN** y en ese momento, todos y todas, se detendrán exactamente en el instante, dejando lo que estaban haciendo. Antes de dar inicio, déjenme presentarles a los diferentes actores que estarán involucrados:

Primero tenemos a nuestra famosa **BACTERIA**, quien es conocida muy popularmente por causar enfermedades que dan fiebre, causan heridas con granos o pasan fácilmente a los pulmones o a la sangre, poniendo en peligro la vida de su huésped, que es el cuerpo sano.

Luego le presento a nuestro siguiente protagonista, que es **EL VIRUS**, encargado de escabullirse dentro del cuerpo, dentro de las células y enmascararse de cualquier forma para pasar desapercibido. Causa muchas enfermedades que atacan los órganos del cuerpo y a veces pasa desapercibido por mucho tiempo.

Ahora les presento a nuestros héroes, **LOS GLÓBULOS BLANCOS** quienes son los defensores de nuestro cuerpo y viven en la sangre. Es por eso que debemos comer bien, tener un estilo de vida saludable que incluya descanso y ejercicio, para que nuestros **GLÓBULOS BLANCOS** sean abundantes y protejan nuestro cuerpo ante los ataques de estos 2 archi-enemigos que presentamos con anterioridad. Denles la bienvenida!!!

Y por último, presentamos a los **NIÑOS Y NIÑAS SANOS** de esta dramatización, quienes colaboran prestando sus cuerpos sanos. Ellos son los verdaderos protagonistas de esta dramatización. Un fuerte aplauso!!!

## Dé inicio a la lectura de las escenas

### Escena 1:

Tenemos una niña de 4 años. Ella es muy linda y un tanto inquieta y su abuelita la saca a pasear y tomar sol todas las mañanas. A veces la deja sentarse en el suelo del patio y se distrae con las flores del jardín y uno que otro pajarito y mariposa que pasan alrededor. Ella es una **NIÑA SANA** – dé instrucción que todos los **NIÑOS Y NIÑAS SANOS** levanten sus manos en señal de saludo, muy alegres y que se vuelvan a tomar de la mano muy fuertemente-. Continúe la historia:

Estando en el piso, a esta niña algo le picó su brazo y se puso en contacto con una **BACTERIA** que quiere entrar por su piel– dé instrucción a la bacteria que trata de entrar a través del círculo de niños sanos y estos se resistan-. Ella se rasca mucho y se irrita un poco la piel de su brazo, abriendo las puertas para que sea más fácil la entrada a la **BACTERIA** – ahora dé instrucción que un par de niños sanos aflojen la barrera para que la bacteria penetre el círculo de niños sanos y la bacteria entre – Pero como es una niña sana, inmediatamente los **GLÓBULOS BLANCOS** salen en su defensa y sacan la **BACTERIA** del cuerpo sano – dé instrucciones para que suavemente los niños con fichas de **GLÓBULOS BLANCOS** empujen a la bacteria fuera del círculo de **órganos de NIÑOS Y NIÑAS SANOS. DETENGANSE!**

**Detenga la escena y pregunte a los niños y niñas que resuman** ¿qué paso?, ¿por qué creen que pasó? ¿Qué sucede si su cuerpo no estuviera sano? Permita que den un par de opiniones y pase inmediatamente a la segunda escena.

## Escena 2:

Aquí hay un bebé recién nacido con un cuerpo sano. Mire cómo los **órganos de NIÑOS Y NIÑAS SANOS** que conforman su cuerpo, están unidos formando una barrera protectora (indique que mantengan las manos unidas) y son felices. Los **GLÓBULOS BLANCOS** están bajo la superficie (dentro del círculo, en el sistema de defensa), en su sangre, listos para actuar y defender. Este bebé llora cada 3 horas porque tiene hambre y su mamá le da de mamar. Sucede que esa mamá tiene un **VIRUS** en su sangre y ella no lo sabe. Este **VIRUS** se transmite por la leche materna, y entrará al cuerpo del bebé– dar instrucción al niño/niña que tenga la ficha de **VI-RUS**, que intente romper el círculo y los **NIÑOS Y NIÑAS SANOS** se defiendan. Dé la orden para que un par de niños aflojen y dejen entrar al **VIRUS** dentro del círculo, al cuerpo de **NIÑOS Y NIÑAS SANOS** y los **GLÓBULOS BLANCOS** ataquen. En esta ocasión, los **GLÓBULOS BLANCOS** no podrán sacar al **VIRUS** del círculo de **NIÑOS Y NIÑAS SANOS**, sino que lo cubren y rodean en una esquinita dentro del círculo. Explique que hay **VIRUS** que no salen del cuerpo y causan enfermedades. Ellos atacan a los **GLÓBULOS BLANCOS** para poder sobrevivir, pero esto toma a veces muchos años y la persona parece no estar enferma, pero vive con el **VIRUS** y lo pueden pasar a otras personas. **DETENGANSE!**

Nuevamente traiga al grupo a reflexionar, ¿qué sucedió aquí? ¿Por qué creen que sucedió en un bebé tan pequeñito? ¿Conocen otros gérmenes que causen enfermedad? ¿Qué debe hacer una persona enferma? ¿Cómo podemos prevenir enfermarnos?

Pídales a los niños y niñas que entreguen sus fichas y regresen a sus puestos para continuar y llegar a la reflexión de lo que ha sucedido en estos escenarios.

## 4.2 Talleres y orientaciones para 3ro y 4to grado

Cuadro No. 12.



### Talleres de EIS para 3ro y 4to grado

Título	Eje Temático	 Contenidos	
¿Quién soy y hacia dónde voy?	Sexualidad, Derechos y Ciudadanía	Derechos humanos y proyecto de vida	
Yo no formo parte del bullying	Sexualidad, Derechos y Ciudadanía	Derechos y responsabilidades de niños y niñas	
Me gusto como soy	Sexualidad y Género	Construcción social de lo masculino y femenino	
Vamos a ser...	Sexualidad y Género	Construcción social de lo masculino y lo femenino.  Derecho a la igualdad y la no discriminación por motivos de género	
Identifico las zonas de riesgo	Sexualidad y Género	Prevención y manejo de situaciones de riesgo con relación a la violencia y la violencia sexual	
Todos y todas me simpatizan	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Diferentes tipos de relaciones interpersonales	

 <b>Objetivos didácticos</b>	 <b>Objetivos de aprendizaje</b>
<p>Facilitar la apropiación gradual de habilidades para continuar construyendo un proyecto de vida sustentado en elevados valores universales y nacionales</p>	<p>Reflexiona acerca de cómo le gustaría ser cuando sea grande, y qué tiene que hacer para alcanzarlo.</p> <p>Reflexiona sobre los logros obtenidos y los pasos que le faltan para seguir elaborando un futuro exitoso</p>
<p>Fortalecer la comprensión acerca de los derechos de las niñas y los niños y el respeto de los derechos de las demás personas</p>	<p>Valora la conducta propia y ajena en base a los derechos humanos</p> <p>Identifica situaciones en que se vulneran los derechos de los niños y las niñas y propone soluciones al respecto</p>
<p>Promover la comprensión del principio de la igualdad entre ambos géneros y el rechazo hacia todas las formas de discriminación por razón de género</p>	<p>Reconoce que las diferencias en las formas de pensar, sentir y actuar de hombres y mujeres dependen del modo en que se les educa en cada sociedad</p> <p>Valora la importancia de que todas las personas sean tratadas por igual, y o sean discriminadas</p>
<p>Propiciar la reflexión crítica sobre los estereotipos socioculturales de género relacionados con los oficios y profesiones</p> <p>Reforzar la importancia del lenguaje como medio de comunicación que permite reflejar la igualdad de género</p>	<p>Comprende que la mayoría de los oficios y profesiones pueden ser ejercidos por hombres y mujeres por igual</p> <p>Utiliza un lenguaje no sexista para referirse a los oficios y profesiones desempeñados por hombres y mujeres</p>
<p>Fortalecer el desarrollo de habilidades para protegerse de la violencia y la violencia sexual y buscar apoyo en personas de confianza</p>	<p>Reconoce situaciones de riesgo y comportamientos protectores con relación a la violencia y la violencia sexual</p>
<p>Fortalecer los valores en un clima de respeto a los derechos de los niños y niñas</p> <p>Mejorar la capacidad de relaciones interpersonales en el aula y en el hogar</p>	<p>Disfruta la interacción y el trabajo en grupo desarrollando habilidades sociales e interpersonales</p> <p>Reflexiona acerca de los diferentes tipos de relaciones entre seres humanos</p>



Título	Eje Temático	 <b>Contenidos</b>	
Análisis mensajes de los medios de comunicación	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Influencia de los medios de comunicación Internet y las redes sociales en la sexualidad infantil	
Conociéndome mejor	Desarrollo de la Sexualidad	Cambios puberales y principales inquietudes con respecto a la sexualidad.	
Aprendo a tomar decisiones	Desarrollo de la Sexualidad	Toma de decisiones sobre el comportamiento sexual y la reproducción según la edad	
¿Estaré listo/lista?	Salud Sexual y Reproductiva	Valoración de la maternidad y paternidad responsables en la vida humana	
¿Sabías esto?	Salud Sexual y Reproductiva	Reconocimiento, prevención y manejo de situaciones que afectan la salud y la salud sexual y reproductiva	
Quiero saber	Salud Sexual y Reproductiva	Prevención de las ITS y el VIH/sida	

 <b>Objetivos didácticos</b>	 <b>Objetivos de aprendizaje</b>
<p>Promover el desarrollo de habilidades para valorar los mensajes sobre la sexualidad transmitidos por los medios de comunicación, Internet y las redes sociales y manejar los peligros y amenazas</p>	<p>Valora críticamente los mensajes sobre la sexualidad que se transmiten a través de los medios de comunicación, Internet y las redes sociales</p> <p>Comprende cómo utilizar responsablemente Internet y las redes sociales, y protegerse de las situaciones de riesgo</p>
<p>Propiciar el conocimiento de los cambios corporales que experimentan los niños y las niñas durante la infancia, y aquellos que tendrán lugar en la pubertad</p> <p>Fortalecer la autoconfianza de niños y niñas para dialogar sobre su propio desarrollo físico e imagen corporal</p>	<p>Comprende y acepta los cambios de su cuerpo durante la infancia</p> <p>Identifica los cambios que tendrán lugar en la pubertad y las diferencias interindividuales en su aparición</p>
<p>Promover la apropiación de habilidades para tomar decisiones responsables y acordes a la edad, sobre el comportamiento sexual y la reproducción</p>	<p>Comprende y ejercita los pasos del proceso de toma de decisiones, aplicado a situaciones propias del desarrollo de la sexualidad infantil</p>
<p>Promover en niños y niñas la comprensión y valoración de las responsabilidades inherentes a la maternidad y paternidad</p>	<p>Comprende la importancia de la maternidad y la paternidad en la vida de las personas y las responsabilidades de madres y padres en la familia</p> <p>Reconoce que la maternidad y la paternidad responsables son parte de la formulación de su proyecto de vida futura</p>
<p>Promover el conocimiento de los factores de riesgo y protección con relación a la salud sexual y reproductiva acorde a la edad, con énfasis en la prevención del embarazo adolescente y las infecciones sexualmente transmitidas</p> <p>Fortalecer el desarrollo de habilidades para evitar situaciones que ponen en riesgo su salud sexual y reproductiva y buscar apoyo en personas de confianza</p>	<p>Comprende los factores de riesgo y protección con relación a su salud sexual y reproductiva y su responsabilidad en la toma de decisiones para el cuidado de ésta</p> <p>Utiliza los recursos disponibles para obtener información y apoyo sobre su salud sexual y reproductiva</p>
<p>Promover la comprensión acerca de los factores de riesgo y protectores con relación a la salud y las ITS, incluido el VIH</p> <p>Facilitar el desarrollo de habilidades para el autocuidado de la salud y la prevención de enfermedades</p>	<p>Comprende que como niño o niña, tienen el derecho a una vida saludable, y la responsabilidad del autocuidado de su salud</p> <p>Reconoce situaciones que ponen en riesgo su salud, y como evitarlas, en particular las ITS, incluido el VIH</p>

## “Quién soy y hacia dónde voy”

### Eje Temático

Sexualidad, Derechos y Ciudadanía



### Contenidos

Derechos humanos y proyecto de vida



### Objetivo didáctico

Facilitar la apropiación gradual de habilidades para continuar construyendo un proyecto de vida sustentado en elevados valores universales.



### Objetivos de aprendizaje

- Reflexiona acerca de cómo le gustaría ser cuando sea grande, y qué tiene que hacer para alcanzarlo
- Analiza los logros obtenidos y los pasos que le faltan para seguir elaborando un futuro exitoso



### Duración

45 minutos



### Materiales

Papel construcción de colores, hojas blancas, lápices o marcadores de colores, goma, tijeras, revistas y periódicos para recortar.

Hoja de Trabajo No. 1: ¿Quién soy y hacia dónde voy?



### Preparación

En los Talleres de Educación de la Sexualidad desarrollados con niños y niñas de 1ro y 2do grado, se realizaron actividades dirigidas a promover la comprensión de los derechos de la infancia y en este contexto, a la construcción gradual de un proyecto de vida, adecuando estos aspectos a las características de la etapa. Por tanto, es importante explorar si el grupo recibió previamente los contenidos, y de no ser así, es necesario retomar los conceptos básicos y reforzarlos.

El proyecto de vida es la dirección que una persona se marca en su vida, a partir del conjunto de valores que ha integrado y jerarquizado, a la luz de los cuales se compromete en las múltiples situaciones de su existencia, sobre todo en aquellas en que decide su futuro. El proyecto da coherencia a la vida de una persona en sus diversas facetas y marca un determinado estilo, en el obrar, en las relaciones, en el modo de entender el mundo y en la actitud de la persona hacia sí misma.

Los proyectos de vida se construyen de forma muy individualizada, a partir de procesos reflexivos acerca de las aspiraciones futuras y de las

condiciones requeridas para conseguirlas. Desde esta perspectiva, la orientación por parte del profesorado, la familia, y otras personas adultas, es fundamental, considerando las 3 dimensiones que deben ser fortalecidas en los niños y las niñas: ¿Quién soy y cómo soy?; ¿Hacia dónde voy?; ¿Cómo puedo llegar?

Recuerde que en esta edad se sientan las bases para construir el proyecto de vida, ayudando a niños y niñas a que se conozcan y desarrollen una adecuada autoestima, a que vayan planteándose aspiraciones hacia un futuro, y que puedan reconocer cuáles son los pasos necesarios a corto, mediano y largo plazo, para lograr sus aspiraciones.

Utilice las definiciones y orientaciones generales de la sección 3.1 (Sexualidad, Derechos y Ciudadanía), donde se incluye un acápite sobre “Derechos humanos y proyecto de vida”, así como la bibliografía recomendada.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio individual: “Estrellitas en el cielo”
  - Dibujo creativo: “Quien soy y hacia dónde voy”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Una palabra”



### Presentación

1. Inicie la actividad con una exposición dialogada del tema, comentando con los niños y las niñas que para conseguir sus sueños, es importante trabajar desde ahora, y plantearte metas realistas y alcanzables a corto y mediano plazo. Para cada meta podrán ir viendo cómo vas a alcanzarlas. Por ejemplo,

si una de tus metas es aprobar el grado con buenas notas, algunas estrategias que podrías emplear son:

- Hacer todas tus tareas bien hechas
- Estudiar una hora cada día, de lunes a viernes después que sales de la escuela
- No quedarte con dudas, preguntarle a las personas correspondientes
- Realizar tus propias investigaciones para aprender más

2. Deben tratar de cumplir las metas en los plazos de tiempo propuestos y utilizando las estrategias debidas, ya que los planes y proyectos deben ser flexibles y trabajaremos en estas metas, más adelante.



### Desarrollo

1. Invite al grupo a participar en el ejercicio “Estrellitas en el cielo”, que se realizará de forma individual. Distribuya la Hoja de Trabajo No. 1 y oriente que la van a ir completando paso a paso.
2. En primer lugar, deben colocar su nombre, sexo (niño o niña) y edad. Cuando todos y todas hayan concluido, explique que las estrellitas en el cielo, representan lo que les gustaría ser cuando sean grandes (por ejemplo, estudiar, ser médico o médica, deportista, tener una familia, etc.). Pueden escribir en las estrellitas que deseen, no es necesario completarlas todas.
3. Seguidamente, indíqueles que para construir un proyecto de vida, deben tener muy claro quiénes son, cuáles son sus cualidades, y también lo que deben mejorar o cambiar para poder alcanzar las estrellitas. Motíveles a pensar en silencio, tomando una respiración muy profunda y con los ojos cerrados, en su pasado, desde que eras bebés y hasta el presente, para que puedan reconocer quiénes son actualmente. Deben escribir las cualidades que les gustan de sí mismos, de las cuales se siente orgullosos u orgullosas.
4. A continuación, pídale que piensen en las cosas de su persona que deben mejorar para alcanzar sus planes, metas y sueños,

y que las escriban en la columna correspondiente.

5. Una vez que todos y todas hayan completado la Hoja de Trabajo, invite a 3 o 4 estudiantes a presentar su trabajo. Comente que casi siempre es fácil reconocer nuestras cualidades, y más difícil ver lo que debemos mejorar. Si han escrito en el cuadro de las cosas a mejorar alguna característica física, tal vez no sea posible cambiarla fácilmente, por lo que es importante aceptarnos tal como somos y aprender a amarnos de esa manera. Si anotaron cualidades negativas, como por ejemplo ser perezoso, decir mentiras, hacer trampa, copiar en los exámenes, etc., es bueno ser consciente de estas debilidades y hacer un plan para ir las mejorando. Esto es parte de nuestro crecimiento individual como seres humanos.
6. A partir de estas reflexiones, invite a los niños y las niñas a hacer un dibujo creativo: “Quien soy y hacia dónde voy”. Distribuya los materiales necesarios, y explique que pueden decorar sus dibujos con recortes de revistas, palabras, figuras, etc. Lo importante es que representen cómo se ven, los logros que quieren obtener, las cosas materiales que quieren alcanzar, las profesiones o actividades que quieren realizar.
7. Una vez finalizado el trabajo, coloque los dibujos en un lugar visible y pídales que compartan su experiencia realizando esta actividad.



## Cierre y evaluación

1. Sistematice las principales ideas clave, enfatizando que:
  - Todos los niños y las niñas tenemos derecho a soñar con el futuro y a tener un proyecto de vida que nos permita afirmarnos como personas, con nuestras propias necesidades, intereses, metas.
  - En nuestro proyecto, deben prevalecer los valores aprendidos en el entorno familiar y

la comunidad Algunos ejemplos de estos valores son: respeto por los derechos humanos, por la vida, por los familiares, amigos y amigas, por el entorno, por nosotros mismos, la solidaridad para con quienes la necesitan, honor ante todo, verdad siempre, lealtad para quienes han estado siempre a nuestro lado, etc.

- Un proyecto de vida nos sirve para realizar nuestros sueños, provechar el tiempo de manera óptima, fortalecer el autoconocimiento y la autoestima; tener una visión esperanzadora del propio futuro, tomar decisiones asertivas, no impulsivas, el ejercicio de una libertad responsable y tener experiencias que permitan satisfacción personal.
  - Con la guía de nuestros padres, madres o tutores, docentes y líderes de la barriada, la iglesia y la comunidad, lo podemos lograr.
  - Es importante conversar sobre este tema con la familia, para iniciar a elaborar nuestro proyecto de vida desde hoy mismo.
2. Traiga al grupo a reflexión a través de las siguientes preguntas:
    - ¿Qué hemos aprendido hoy acerca de nosotros y nosotras?
    - ¿Cómo vamos a usar lo aprendido para avanzar hacia el logro de nuestros sueños?
  3. Para cerrar el taller, solicite a los niños y las niñas que compartan “Una palabra” que exprese cómo se han sentido aprendiendo acerca de cómo son y cuáles son las estrellas que quieren alcanzar en su vida.



## Recursos

Ministerio de Educación de Nicaragua (2003). Educación para la vida. Nociones introductorias sobre educación de la sexualidad para docentes de Preescolar, Primaria y Educación Media. Págs. 137-147.

Santos, Luigi. Proyecto de Vida para Estudiantes de Primaria. <http://es.scribd.com/doc/56130160/Proyecto-de-Vida-Para-Estudiantes-de-Primaria>

Pick de Weiss, Susan y otros (1988). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes.

## Hoja de Trabajo No. 1 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 1: “¿Quién soy y hacia dónde voy?”

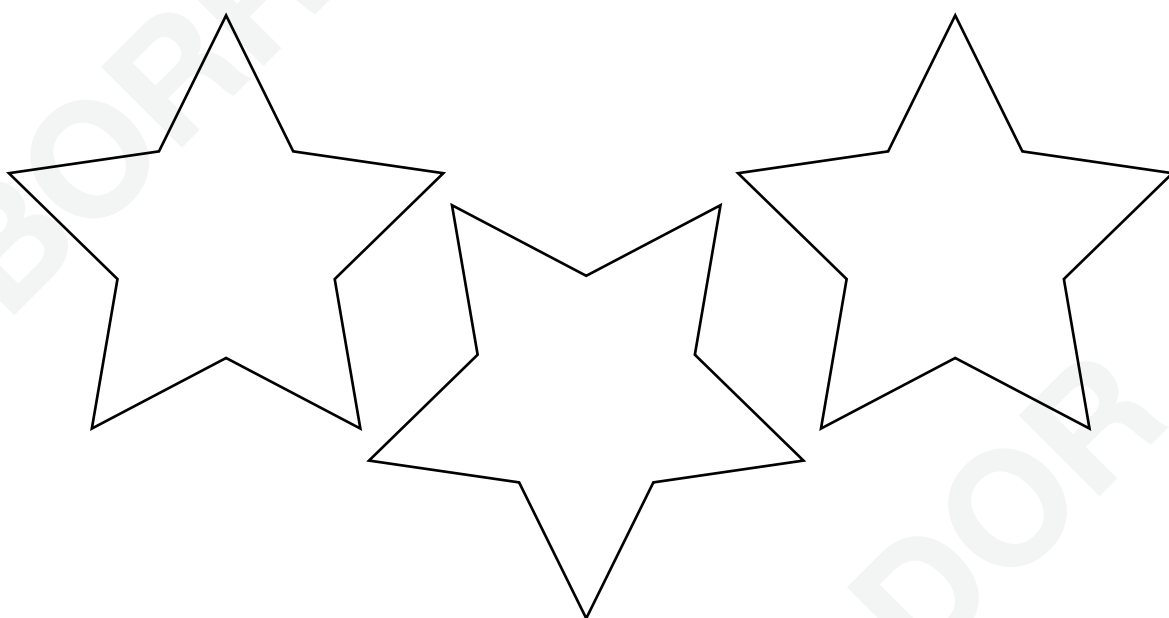


YO ME LLAMO: \_\_\_\_\_

SOY: UN NIÑO \_\_\_\_\_ UNA NIÑA \_\_\_\_\_

TENGO \_\_\_\_\_ AÑOS

ESTAS ESTRELLITAS EN EL CIELO SON LAS COSAS QUE QUIERO ALCANZAR EN MI VIDA:



MIS CUALIDADES SON:	LO QUE DEBO MEJORAR ES:



## “Yo no formo parte del bullying”

### Eje Temático

Sexualidad, Derechos y Ciudadanía



### Contenidos

Derechos y responsabilidades de niños y niñas



### Objetivo didáctico

Fortalecer la comprensión acerca de los derechos de las niñas y los niños y el respeto de los derechos de las demás personas



### Objetivos de aprendizaje

- Valora la conducta propia y ajena en base a los derechos humanos
- Identifica situaciones en que se vulneran los derechos de los niños y las niñas y propone soluciones al respecto



### Duración

45 minutos



### Materiales

Papelógrafos, hojas blancas, lápices y marcadores

Hoja de Trabajo No. 2 Escenarios para analizar (Acoso entre pares)



### Preparación

La educación puede brindar información, desarrollar conceptos, formar actitudes y valores y promover comportamientos y acciones que favorezcan la construcción de una cultura democrática y se expresen en modos de convivencia basados en el reconocimiento de los derechos y responsabilidades.

Esta actividad deberá fortalecer el respeto de los derechos humanos, empezando por entender y hacer respetar los derechos propios y los de otras personas. Se trabajará a partir del análisis de situaciones de acoso o intimidación (bullying en inglés), que son frecuentes en el contexto escolar.

Para mejor entendimiento de la actividad, definiremos lo siguiente:

**Maltrato:** Comportamiento violento que causa daño físico o moral.

**Discriminación:** Trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, religión, etc.

**Acoso (o Bullying):** Cuando una persona hostiga, persigue, hace burla o molesta a otra por la razón que sea.

Intimidación: Es el acto de causar o infundir miedo

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.1 (Sexualidad, Derechos y Ciudadanía), así como la bibliografía recomendada, y familiarícese con la Convención sobre los Derechos del Niño.

Prepare y recorte de antemano los escenarios que se detallan a continuación, para el trabajo en grupos.



## Desarrollo

1. Divida al salón en grupos más pequeños y entrégueles una copia de los escenarios, para realizar el ejercicio “Acoso entre pares”, pidiéndoles que seleccionen a un niño o niña que hará la función de lector y otro u otra de presentador. Todos en el grupo deben involucrarse y opinar, analizando qué situación es correcta y cuál está mal y señalando dónde se están violando los derechos a los protagonistas de los escenarios discutidos y cómo creen que se sienten esas personas.

Caso 1: Chicho es un niño de 8 años proveniente de Tolé, cuya familia se ha mudado a la ciudad de Panamá recientemente y ahora entra como nuevo ingreso a segundo grado. Desde el primer día, unos compañeros de clase comenzaron a burlarse de él y le decían “cholo”. Un día justo a la entrada a clases, un grupo de niños lo sujetaron en el patio, le quitaron su mochila, la abrieron, tiraron los cuadernos al piso y salieron corriendo. Cuando la madre vino al colegio a conversar con la maestra sobre lo sucedido, sus compañeros y compañeras dijeron no haber visto nada.

Caso 2: Durante el recreo, un grupo de niñas jugaban a saltar soga, divirtiéndose mucho. Pero una de ellas insistía que era su turno y le pegó a otra porque no la dejaba participar. De repente comenzaron a pegarse cada vez más duro y muy pronto las rodearon en un círculo de niños y niñas haciéndole porras para que continuaran peleando. Uno de los compañeros que estaba viendo y llevó su celular, lo sacó y filmó lo sucedido. Todos alentaban a que continuara la pelea.

Caso 3: Miguelito es el niño más pequeño del 3° A. Es un niño un poco tímido. Siempre prefiere jugar a solas. En los recreos se sienta solo en el parquecito del patio de la escuela. Un día durante el receso, decidió ir al baño y dos niños de sexto grado lo acorralaron y le exigieron que les dejara ver su ropa interior; si no lo hacía, se burlarían.

Caso 4: Susanita es una niña de 9 años muy responsable. Siempre sobresale porque es una de las mejores atletas de primaria, y representa a la escuela en torneos y cam-



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio de estudio de casos: “Acoso entre pares”
  - “Un final feliz”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Me despido como...”



## Presentación

1. Introduzca el tema indicando a los niños y niñas que se les hará entrega de unos escenarios que ayudarán a la reflexión sobre rasgos que caracterizan la discriminación y el maltrato en las relaciones con sus pares.
2. Explique el concepto de bullying o acoso como una violación de derechos e invíteles a que relaten situaciones de este tipo en las que han observado o en las que han participado, tanto en la escuela como en otros ámbitos, por ejemplo, la barriada.
3. Esta será una oportunidad de discutir los prejuicios que existen alrededor de esos modos interpersonales de relacionarse con otros y pensar en alternativas básicas de convivencia social basadas en el respeto y el diálogo.

peonatos deportivos. Le gusta mucho jugar fútbol y le gana hasta a los chicos metiendo más goles. Un grupo de compañeros comenzó a llamarle “marimacha” porque le gustaba jugar al fútbol y hasta en una ocasión le levantaron la falda gritándole que querían comprobar si era una niña o no.

- 2 Luego de la lectura, proponga a los niños y niñas que, en sus mismos grupos, analicen cada caso, guiándose por preguntas como estas:

- ¿Cómo creen ustedes que se sienten estos niños por lo que sucede?
- ¿Consideran que se trata de situaciones de maltrato o de discriminación? ¿Por qué?
- ¿Qué hace que los niños y niñas actúen así? ¿Sucede igual en los niños y en las niñas?
- Y si el bullying no es conmigo, pero estoy presente cuando se lo hacen a otro niño o niña. ¿Qué debo hacer?
- ¿Creen que en estos casos pueden intervenir personas adultas de la escuela para que ayuden?

- 3 Seguramente estos interrogantes generarán nuevas opiniones, que se pueden discutir incorporando otros aspectos de la temática.

4. Invite a un grupo que exponga uno de los casos y las conclusiones del análisis grupal. Puntualice que el acoso o intimidación incluye las siguientes acciones:

- a. Insultar
- b. Inventar cosas para meter a alguien en problemas
- c. Pegar, pellizcar, morder, empujar
- d. Quitar o estropear las pertenencias de otra persona
- e. Robar el dinero de otra persona
- f. Alejarle de sus amigos, amigas y su grupo
- g. Inventar rumores sobre otra persona
- h. Amenazar
- i. Hacer llamadas telefónicas molestas o abusivas
- j. Enviar mensajes de texto ofensivos
- k. Enviar mensajes ofensivos por Internet

- I. Asustar a alguien hasta conseguir que no vaya a la escuela o que se finja enfermo para no enfrentarse a la persona o personas que lo están tratando mal.

5. Antes de finalizar la actividad, invite a los grupos a pensar en “Un final feliz”, o sea, en alternativas en donde cada uno de los escenarios termine en una solución positiva de la situación, donde estos niños y niñas afectados, puedan ejercer su derecho a participar, a no ser discriminados, burlados o agredidos.



## Cierre y evaluación

1. Para cerrar, traiga al grupo a un análisis reflexivo a través de las siguientes ideas clave:

- Los niños, niñas y adolescentes, tienen derechos. Entre ellos: a ser cuidados, alimentados, a recibir educación y atención de la salud, a ser escuchados, a expresar los propios sentimientos, a formarse una opinión propia, a ser tratados con respeto y dignidad, a la propia identidad, a la participación, al juego, a la recreación.
- Cualquier acto de acoso o bullying va en contra de los derechos humanos de las otras personas.
- Si soy víctima del acoso o bullying, debo denunciarlo inmediatamente a un adulto responsable
- Si soy víctima del acoso o bullying, ignora al agresor, haz como si no lo oyeras. Ni siquiera le mires.
- Si soy testigo de un acto de bullying contra otra persona, debo denunciarlo inmediatamente a un adulto responsable.
- Si alguno de los presente dice algo como “¡Basta ya!”, en la mitad de los casos, las acciones violentas cesan. Es difícil de hacer, pero estar ahí y no hacer nada es igual que aprobar la agresividad.
- - Si sientes que no puedes decir nada, vete del sitio y díselo al adulto más cercano. Haz que vaya a ayudar Involucra a tanta gente como puedas, incluso a otros amigos y compañeros de clase.

- - No uses la violencia contra los agresores ni trates de vengarte por tu cuenta.
2. Pregunte al grupo:
- ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Cómo podemos ponerlo en práctica?
3. Para cerrar la sesión organice al grupo en círculo y dígales que nos vamos a despedir imitando sonidos de la naturaleza. Cada niño o niña debe decir: “Me despido como...” el viento, el silbido de un ave, el croar de una rana, un huracán, las olas del mar, según su imaginación, y representa el sonido.



## Recursos

Ministerio de Educación República de Argentina (2010). Educación Sexual Integral para la educación primaria: contenidos y propuesta para el aula. Actividad 2: “Cómo nos tratamos en la escuela”. Pág. 25.

Estudio del Secretario General de las Naciones Unidas sobre la Violencia contra los Niños. Pág. 46.

## Hoja de Trabajo No. 1 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 1: “Yo no formo parte del bullying”

#### Escenarios para analizar



**Caso 1.** Chicho es un niño de 8 años proveniente de Tolé, cuya familia se ha mudado a la ciudad de Panamá recientemente y ahora entra como nuevo ingreso a segundo grado. Desde el primer día, unos compañeros de clase comenzaron a burlarse de él y le decían “cholo”. Un día justo a la entrada a clases, un grupo de niños lo sujetaron en el patio, le quitaron su mochila, la abrieron, tiraron los cuadernos al piso y salieron corriendo. Cuando la madre vino al colegio a conversar con la maestra sobre lo sucedido, sus compañeros y compañeras dijeron no haber visto nada.

**Caso 2.** Durante el recreo, un grupo de niñas jugaban a saltar la soga, divirtiéndose mucho. Pero una de ellas insistía en que era su turno, y le pegó a otra porque no la dejaba participar. De repente comenzaron a pegarse cada vez más duro y muy pronto las rodearon en un círculo de niños y niñas haciéndole porras para que continuaran peleando. Uno de compañeros que estaba viendo y llevó su celular, lo sacó y filmó lo sucedido. Todos alentaban a que continuara la pelea

**Caso 3.** Miguelito es el niño más pequeño del 3° A. Es un niño un poco tímido. Siempre prefiere jugar a solas. En los recreos se sienta solo en el parquecito del patio de la escuela. Un día durante el receso, decidió ir al baño y dos niños de sexto grado lo acorralaron y le exigieron que les dejara ver su ropa interior; si no lo hacía, se burlarían.

**Caso 4.** Susanita es una niña de 9 años muy responsable. Siempre sobresale porque es una de las mejores atletas de primaria. Siempre representa a la escuela en torneos y campeonatos deportivos. Le gusta mucho jugar fútbol y le gana hasta a los chicos metiendo más goles. Un grupo de compañeros comenzó a llamarle “marimacha” porque le gustaba jugar al fútbol y hasta en una ocasión le levantaron la falda gritándole que querían comprobar si era una niña o no.

## “Me gusto tal como soy”

### Eje Temático

Sexualidad y Género



### Contenidos

Construcción social de lo masculino y femenino



### Objetivo didáctico

Promover la comprensión del principio de la igualdad entre hombres y mujeres y el rechazo hacia todas las formas de discriminación por razón de género



### Objetivos de aprendizaje

- Reconoce que las diferencias en las formas de pensar, sentir y actuar de hombres y mujeres dependen del modo en que se les educa en cada sociedad
- Valora la importancia de que todas las personas sean tratadas por igual, y no sean discriminadas.



### Duración

60 minutos



### Materiales

Revistas, papelógrafos, tijeras, goma, papelitos engomados de colores, marcadores y lápices de colores



### Preparación

En el marco de la Educación de la Sexualidad, el reconocimiento de la igualdad implica promover el rechazo por todas las formas de discriminación. Con esta actividad presentamos la perspectiva que abordan los modelos de mujer y de varón como uno de los modos en que socialmente se construyen las diferencias entre ambos.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.2 (Sexualidad, y Género), la bibliografía recomendada así como la Ley N° 4, del 29 de enero de 1999 sobre Igualdad de oportunidades y la Ley N° 82 del 2013 sobre femicidio y violencia, para establecer la necesaria articulación.

Pasamos a resumir las definiciones de los temas a trabajar en esta actividad:

- **La sexualidad**, es una dimensión de la personalidad y de la vida humana, que se construye a partir de la interacción de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, afectivos, éticos y espirituales,
- **El sexo** es una condición natural con la cual venimos al mundo todos los seres humanos. Alude a las diferencias biológicas entre hombre y mujeres,

- **El género** es una construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer,

Tenga presente que el sexo define las características biológicas y fisiológicas que diferencian al hombre y a la mujer, y el género hace referencia a los atributos socialmente construidos, que cada sociedad y cada cultura consideran apropiados para los hombres y las mujeres, y que definen los modelos de masculinidad y feminidad.

otros y que se denomina “hombre de verdad”. El término está asociado al hombre proveedor, protector, fuerte, agresivo y sujeto a rígidos códigos de honor, en donde la competencia y la violencia se hacen presentes. En cambio las mujeres están asociadas a delicadeza, hogar, sometimiento, debilidad, tareas domésticas, cuidado de los hijos y del hogar.

3. Tanto la violencia física y emocional como el ejercicio abusivo y controlador de la sexualidad son en realidad aprendizajes, construcciones sociales que dependen de las normas predominantes en una determinada cultura.

## Seuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio: “Ser hombre, ser mujer”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Ronda de reflexión



### Presentación

1. Para llevar a cabo esta actividad, puede escribir en el pizarrón, características que se esperan de los niños y las niñas que definen lo que va a ser un hombre y una mujer. Por ejemplo: Un hombre es fuerte, tosco, agresivo, competitivo, trabajador, responsable. Una mujer es débil, dulce, esmerada, dócil, agradable, sacrificada, etc.
2. Es importante facilitar que los niños y las niñas puedan cuestionarse la visión que han aprendido sobre las mujeres y asociadas a la vivencia de su sexualidad. Muchas culturas, además, promueven un modelo de hombre que se caracteriza por la dominación de



### Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio “Ser hombre, ser mujer”, coloque dos hojas de papelógrafo en la pared y deje lapiceros, lápices, marcadores, pegantes y papeles de colores.
2. Pídale que entre todos dibujen la figura de una mujer en una de las hojas y en la otra la de un hombre. Todo el grupo debe participar en este proceso, de tal forma que habrá un solo dibujo hecho por todos los participantes. Estimule a colocar el máximo de detalles posibles y que inventen un personaje para los dibujos, dándole las siguientes características:
  - un nombre
  - la edad
  - lo que hace en el tiempo libre
  - sus gustos, etc.

Solicite a niños y niñas que se sienten en círculo y analicen en los dibujos observados, todas las diferencias.

3. En otros dos (2) papelógrafos, que coloquen en la parte superior un letrero escrito en hoja blanca. Uno con la palabra “mujer” y otra con la palabra “hombre”. Este letrero será desprendido posteriormente.
4. Pida a los y las participantes que definan y



escriban las características típicamente femeninas de los dibujos, o nombres de cosas y comportamientos asociados a la idea de ser “mujer”. A medida que los y las participantes van nombrando, que una persona escriba en los papelógrafos lo que mencionan. Las respuestas pueden tener características positivas y negativas. Estimule que mencionen, inclusive, los órganos sexuales o características biológicas. Quien facilita la actividad, puede preguntar ¿Qué tiene la mujer que no tiene el hombre? Y viceversa para ayudar a pensar sobre las diferencias. Haga lo mismo para ser hombre o las características típicamente masculinas asociadas al dibujo.

5. Luego cambie los títulos de cada papelógrafo; es decir reemplace la palabra mujer por la palabra hombre en el primer papel y viceversa. Pregunte si las características enumeradas para los hombres podrían ser atribuidas a las mujeres y viceversa.
6. Explique que, por lo general, las características que no pueden ser atribuidas tanto a hombres como a mujeres se consideran biológicas y las que pueden ser atribuidas a ambos se refiere al género. Sin embargo, esto no es totalmente cierto, ya que también hay características biológicas que tenemos en común hombres y mujeres, tales como la manera en que están constituidos nuestros cuerpos, la manera en que funcionan, las hormonas que tienen, etc.
7. Se abre la discusión para el debate del grupo, escuchando activamente las reflexiones emitidas por los y las estudiantes. Invite a los grupos a pensar en que a lo largo de sus vidas, hombres y mujeres reciben mensajes de la familia, de los medios de comunicación y de la sociedad sobre cómo debemos comportarnos y cómo debemos relacionarnos con los demás.



## Cierre y evaluación

1. Para el cierre de la actividad, refuerce las siguientes ideas clave:
  - Es importante entender que aunque existan diferencias entre hombres y mujeres, muchas de esas diferencias son construidas por la sociedad y no son parte de nuestra naturaleza o de nuestra constitución biológica. Aún así, esas diferencias pueden tener un impacto fundamental sobre la vida diaria y las relaciones de mujeres y hombres.
  - Es importante conocer maneras en las que podemos contribuir al cambio que debe haber en la sociedad y cómo esto a mediano y largo plazo impacta los niveles de discriminación y violencia de género.
2. Finalice con una ronda de reflexión, planteando al grupo las siguientes preguntas:
  - ¿Qué les ha parecido la actividad?
  - ¿Qué aprendí nuevo hoy?
  - ¿Ustedes creen que los hombres y las mujeres son criados de la misma forma? ¿Por qué?
  - ¿Hay características de la mujer que son también importantes para los hombres? ¿Cuáles?
  - ¿Qué puedo hacer YO para cambiar esta percepción o estereotipo?



## Recursos

Adaptado de: Guía didáctica para trabajar género y masculinidad con niños, niñas y adolescentes “Creciendo Juntos y Juntas”, Igualdad de Género desde la Infancia, REDMAS con el auspicio de Save The Children. Págs. 13-14.

## “Vamos a ser...”

### Eje Temático

Sexualidad y Género



### Duración

50 minutos



### Contenidos

Construcción social de lo masculino y lo femenino. Derecho a la igualdad y la no discriminación por motivos de género



### Materiales

Fichas u hojas blancas preparadas con nombres de diferentes profesiones, cartulinas de colores, marcadores.



### Objetivos didácticos

- Propiciar la reflexión crítica sobre los estereotipos socioculturales de género relacionados con los oficios y profesiones
- Reforzar la importancia del lenguaje como medio de comunicación que permite reflejar la igualdad de género



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que la mayoría de los oficios y profesiones pueden ser ejercidos por hombres y mujeres por igual
- Utiliza un lenguaje no sexista para referirse a los oficios y profesiones desempeñados por hombres y mujeres



### Preparación

Con esta actividad se desea fomentar la sensibilidad respecto a las formas de desigualdad y discriminación de género. Esta dinámica invita a la reflexión, de manera que los niños y las niñas inicien utilizando el lenguaje adecuado al referirnos a ambos géneros y a las actividades que pueden desarrollar en la sociedad.

Es importante tener presente que mucho de nuestro comportamiento proviene de maneras aprendidas de pensar y actuar desde que estamos pequeños. Nuestras madres y padres nos enseñan básicamente lo que ellos ya saben o lo que han aprendido por generaciones. Esto no significa que todo está correcto o incorrecto. Lo importante es conocer que estas enseñanzas se pueden adaptar o transformar, para adaptarlas a nuestro entorno, teniendo presente los derechos humanos. Trabajaremos con los siguientes términos que pasamos a definir:

**Estereotipo:** es una **imagen estructurada** y aceptada por la mayoría de las personas como representativa de un determinado colectivo. Esta imagen se forma a partir de una concepción es-

tática sobre las características generalizadas de los miembros de esa comunidad.

**Lenguaje Sexista:** son los rasgos relacionados con los prejuicios culturales relacionados con la identidad sexual, frecuentemente asociados al desprecio real o aparente de los valores femeninos o masculinos.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.2 (Sexualidad, y Género), así como la bibliografía recomendada.



## Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio “Oficios y profesiones”, en tarjetas o papeles en blanco se escriben en grande las distintas profesiones, pero teniendo el cuidado de escribirlo en masculino o femenino al contrario que la asignación de roles tradicional. Aquí les damos ejemplos y se pueden añadir más que sean apropiadas según el grupo:

Médica – Pintor – Mecánica de autos – Camionera – Escritora – Maestro – Amo de casa – Secretario – Minera – Enfermero – Plomero – Bibliotecario – Agricultora – Jugadora de fútbol – Boxeadora – Carpintera – Manicurista – Estilista y Maquillador – Empleado doméstico – Jardinera.

2. Se organizan grupos de tres personas. A cada grupo se le da una tarjeta con las diferentes profesiones. Cada cual ha de representar para el resto de la clase la profesión u oficio que le ha tocado, teniendo en cuenta los siguientes mensajes:

- a. No se puede hablar
- b. Utilizando la mímica, el teatro y cualquier utensilio u objeto que encuentren a su disposición en la clase para representar la profesión
- c. Tienen sólo 3 minutos para organizarse entre el grupo y realizar su representación

3. Se valora el trabajo en equipo de todas y todos los integrantes que han colaborado en el trabajo. Una vez representada, el gran grupo debe adivinar de qué oficio se trata.

4. El o la docente apunta en la pizarra todas las respuestas que se den, sean o no la correcta. La que esté correcta, la pondrá en mayúsculas para distinguirla.

5. Cuando todos los oficios han sido representados y adivinados, se discute en el grupo sacando conclusiones sobre las respuestas que se han ido dando y el lenguaje que en ellas se ha usado. Al mismo tiempo se abordan las siguientes preguntas, que se pueden ir anotando junto a cada profesión.

- ¿Quién realiza mayoritariamente este trabajo?



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio: “Oficios y profesiones”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Tres palabras”



## Presentación

1. Las personas al expresar nuestras ideas, muchas veces no tomamos en cuenta cómo nos expresamos. Y esto va directamente asociado a cómo lo hemos aprendido en nuestro entorno.
2. Para realizar el ejercicio que haremos a continuación vamos todo el grupo a observar durante un tiempo fuera del salón (el que estime oportuno el o la docente: una tarde, un recreo, una excursión...) que tipo de lenguaje utilizan y que cuestiones habría que cambiar para visibilizar y reconocer la variedad de nuestro entorno; para facilitar un espacio, también en lo lingüístico, donde todos y todas estemos presentes. Una vez estando fuera del salón, observemos detalladamente también, cómo se expresan los demás adultos y niños y niñas a nuestro alrededor entre ellos y tomamos anotación mental o en un cuaderno de esto, en preparación para la dinámica que viene a continuación.

- ¿Hombres, mujeres, o indistintamente?
  - ¿Este trabajo lo pueden desarrollar personas de otro sexo?
  - ¿Nos cuesta pensar que este trabajo lo realizan otras personas? ¿Por qué?
6. Nombramos a las distintas profesiones según las personas que lo realizan, médicas y médicos, maestras y maestros, etcétera, para ir realizando los ajustes adecuados en el lenguaje.
  7. Para finalizar la actividad, el/la docente invitará al grupo a realizar un análisis crítico con respecto a la siguiente premisa: tradicionalmente se espera que las mujeres y los hombres desempeñen ciertos roles o realicen ciertas actividades, que no están necesariamente asociadas al sexo. Pero con esta actividad podemos comprender que los roles o profesiones no están necesariamente asociadas al sexo.
2. Invite a la reflexión de grupo a través de las siguientes preguntas:
    - ¿Qué hemos aprendido hoy?
    - ¿Qué conclusiones podemos sacar de esta actividad?
  3. Para finalizar, pida a los niños y las niñas que expresen mediante “Tres palabras” cómo se sintieron participando en el taller.



## Recursos

Adaptado de “Actividades de género para niños y adolescentes” Harimaguada.

Ministerio de Educación y Cultura de Paraguay (2003). Guía de Género.



## Cierre y evaluación

1. Invite a la reflexión de grupo e incentiveles a que entre ellos sean conscientes de su lenguaje al referirnos a otras personas incluyendo a todas las personas y no excluyendo a nadie. Cerremos con las siguientes ideas clave:
  - Todas las profesiones tienen igual valor, aunque en ocasiones, quizás por conceptos preconcebidos se descalifican algunas.
  - Ninguna profesión es denigrante ni depende del sexo para ser realizadas.
  - Es importante que establezcas en tu plan de vida, la actividad o profesión que sueñas hacer.
  - En Panamá existe la Ley 6 del 2000 que Establece el uso obligatorio del lenguaje, contenido e ilustraciones con perspectiva de género en las obras y textos escolares.

## “Identifico las zonas de riesgo”

### Eje Temático

Sexualidad y Género

### Contenidos

Prevención y manejo de situaciones de riesgo con relación a la violencia y la violencia sexual

### Objetivo didáctico

Fortalecer el desarrollo de habilidades para protegerse de la violencia y la violencia sexual y buscar apoyo en personas de confianza

### Objetivo de aprendizaje

Reconoce situaciones de riesgo y comportamientos protectores con relación a la violencia y la violencia sexual

### Duración

60 minutos

### Materiales

Copia con los casos a ser discutidos  
2 cartelones con letras grandes. Uno debe decir ZONA DE RIESGO, y el otro ZONA SEGURA  
Hoja de Trabajo N° 3



### Preparación

Existen factores protectores y factores de riesgo con relación a las distintas formas de la violencia, y tenemos el deber como docentes, de favorecer el desarrollo de habilidades que permitan a niños y niñas contrarrestarlos y reducir su vulnerabilidad. Esta actividad da continuidad al Taller No. 9 para niños y niñas de 1ro y 2do grado de esta misma guía (“Aprendo a Protegerme”), por lo que se sugiere revisarlo para clarificar las definiciones trabajadas previamente.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de los Ejes 2 (Sexualidad y Género) y 4 (Desarrollo de la Sexualidad), así como la bibliografía recomendada.

Pasamos a resumir las definiciones de los temas a trabajar en esta actividad:

- **La sexualidad**, es una dimensión de la personalidad y de la vida humana, que se construye a partir de la interacción de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, afectivos, éticos y espirituales,
- **El sexo** es una condición natural con la cual venimos al mundo todos los seres humanos. Alude a las diferencias biológicas entre hombre y mujeres,
- **El género** es una construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer.
- **Factores de riesgo**: es la característica o cualidad de una persona o comunidad que se sabe va unida a una mayor probabilidad

de daño a la salud. Ejemplos son: Sobreprotección, autoritarismo, agresión, permisividad, autoridad dividida, ambiente frustrante, sexualidad mal orientada.

- **Factores protectores:** son las características y factores que protegen la salud. Ejemplos son: el apoyo y contención familiar; los amigos, la búsqueda de espiritualidad, el diálogo, las actividades deportivas, religiosas, ecológicas o comunitarias entre otras.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - “Zonas de riesgo y zonas seguras”,
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Un abrazo amistoso”



### Presentación

1. Introduzca la actividad comentando con los y las estudiantes sobre la importancia de conocer los factores de riesgo y factores protectores de su salud y su salud sexual y reproductiva, así como manejar opciones y herramientas para evitar los riesgos.
2. Comente que los diferentes escenarios que escucharán a continuación no son reales, sin embargo, pueden suceder en la vida real. Ellos y ellas deberán estar preparados para identificar cuáles situaciones cotidianas les pone en riesgo su salud, su salud sexual y su seguridad y cuáles son los factores que le protegerán para continuar con su proyecto de vida.



### Desarrollo

1. Coloque los cartelones “ZONA DE RIESGO” y “ZONA SEGURA” en lados opuestos del salón e indique a los niños y las niñas que usted irá leyendo diferentes situaciones en donde ellos, en lugar del niño o la niña de la escena, deberán tomar la decisión si es una situación que les coloca en riesgo o no.
2. Con la lectura de cada escena, de unos minutos para que los y las estudiantes se coloquen debajo de los letreros que ellos consideren.
3. Haga énfasis que luego, cada uno de ellos deberá explicar en voz alta, por qué tomaron esa decisión y que estará bien si deciden cambiarse de grupo. Por ejemplo: Por ejemplo hagamos la práctica con este caso: Durante las fiestas patrias, Susy es invitada por Elena a su casa de la playa y se encontraron otros niños de secundaria, que les ofrecían tomarse unas cervezas e irse a un lugar apartado en la playa.....piensen debajo de qué letrero se colocarían. ‘¿Por qué?’
4. Una vez leído los casos (ver Hoja de Trabajo N° 3), solicite que se coloquen en sus puestos para la discusión, análisis y reflexión de la actividad.
5. Para finalizar esta actividad, recuerde a los niños y niñas los aspectos aprendidos acerca de cuáles son los factores que me colocan en riesgo y cómo podemos protegernos (factores protectores)



### Cierre y evaluación

1. Resuma las siguientes ideas clave:
  - Cuando otra persona, conocida o desconocida, adulto o niño, quiere mirar o tocar mi cuerpo, cuando quiere que guarde un secreto acerca de algo que me hace sentir mal o confundido, o cuando me ofrece regalos o me invita a ir en su auto o a su casa sin consultar con mis familiares, debo decir o gritar ¡No!, huir de la situación

- y contarlo de inmediato a una persona de mi confianza.
  - Debo identificar quiénes son mis adultos de confianza a quienes les puedo contar mis temores e incomodidades y me ayudará a resolverlos.
  - Si no me siento seguro o segura en casa, debo hablar con mis maestros.
  - Yo tengo el derecho de ser protegido y respetado por las demás personas
  - Si hay una situación en la que no estoy cómodo o cómoda, me alejo o la evito.
2. Lleve al grupo a la reflexión a través de las siguientes preguntas:
    - ¿Qué aprendimos hoy?
    - ¿Cómo nos damos cuenta si estamos en una zona de riesgo o en una zona segura?
    - ¿Qué opciones tenemos, si nos encontramos en una situación de riesgo?
    - ¿Podemos identificar quiénes son nuestros adultos de confianza, para conversar en caso que estemos en situación de riesgo?
  3. Cierre la actividad con una dinámica afectiva: “Un abrazo amistoso”. Con el grupo en círculo, cada estudiante debe decir el nombre del niño o la niña que está a su derecha y despedirse con un abrazo amistoso.
  4. Invite a que de manera individual piensen respecto a la actividad realizada y conversen con su grupo familiar sobre lo aprendido el día de hoy.



## Recursos

Donas Burak, Solum. “Protección, riesgo y vulnerabilidad”. OPS, Junio 1998.



## Hoja de Trabajo No. 3 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 5: “Identifico las zonas de riesgo”

#### CASOS A SER DISCUTIDOS EN EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. Cristina termina de hacer su tarea y pide permiso a su abuelita para ir a jugar. Con su permiso, se cruza la cerca para ir a jugar con su vecina Julia. Unos minutos después, el vecino del barrio les ofrece que entren a su casa para darles a probar unos caramelos.
2. Miguel llega a su casa después de la escuela y sus padres le han indicado no abrir la puerta a nadie, mientras no haya un adulto responsable en casa. De repente un señor llega identificándose como un amigo de sus papás que vive en el extranjero, y que ya les avisó que los esperaba en casa. Le indica que lo deje pasar.
3. Joel vive en un barrio popular donde hay varias bandas rivales. Su familia es muy pobre y sólo dependen de su papá para comer y comprar lo necesario. Un día que salió al campo de fútbol, se encontró a Pochito, un amigo de él de 1er. grado que pertenece a una de las bandas y éste lo invita a que vaya a una reunión con él, para ganarse \$50 dólares.
4. Mirta, Erica y Pablo están en el parque y esa tarde llegó un muchacho con 2 perritos cachorritos. El muchacho los deja acariciar y jugar un ratito los perros y les ofrece que vayan con él para ir a ver otros perritos y les regalarán uno.
5. Clarita se demoró en salir esa tarde de la escuela, pues se sintió mal y estuvo en la enfermería durante la tarde. El bus de la escuela la dejó. Su madrina viene a buscarla, pues su mamá no puede recogerla para llevarla a su casa.
6. Ramiro va con su mamá al doctor, quien le pide se desvista para examinarlo.
7. Una niña va caminando de la escuela a casa y mientras caminaba, se acerca un carro en donde un señor le ofrece llevarla a su casa.
8. Una niña va al baño de la escuela y detrás de ella entran 2 niños de grados más altos, quienes le exigen que les enseñen su ropa interior.
9. En el transporte escolar, una niña de sexto grado le toca sentarse en el asiento al lado del conductor. El chofer, cada vez que manipula los cambios del motor del bus, le toca las piernas de manera ruda, como sin querer. Al momento de dejarla cerca de casa, le invita a pasar por ella más tarde, para llevarla a comer un helado.
10. El hermano mayor de Margarita le ofrece llevarla a ella y a sus 2 amigas a jugar a la cancha de fútbol.
11. Sugey sale a la tienda con sus papás. Cuando pasea con ellos en el centro comercial, se encuentran con los abuelos de Sugey y ella decide quedarse con ellos, mientras sus padres van a realizar otras diligencias.
12. Ricardo va a un campamento deportivo de verano, en donde aprende a jugar fútbol. Como lo hace muy bien, su entrenador habla con sus padres para llevarlo a presenciar un campeonato el día domingo.

## Hoja de Trabajo No. 3 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 5: “Identifico las zonas de riesgo”

#### CASOS EXTRA PARA ANALIZAR Y DISCUTIR

1. Juan es un niño de 10 años proveniente de la comarca, que asiste a una escuela de la ciudad porque su familia tuvo que venir a Panamá. Unos niños de sexto se burlan por su apariencia y le quitan el dinero del pasaje amenazándolo que si dice algo, le pegarán a la salida de clases.
2. Un grupo de enfermeras y médicos voluntarios llegan a la barriada a examinar la salud de la familia y entran de casa en casa.
3. En la escuela dominical, Lina, una catequista joven está encargada del grupo donde estaba Jovanny. Lina es muy linda y mira mucho a Jovanny. Jovanny siente que le gusta y procura no faltar a su clase de catecismo. Al final del curso, la joven le pide a Jovanny que se quede para que discutir un asunto con él.
4. Rosaura es muy aplicada y le gusta ayudar en casa. Su hermanito le solicita ir a la tienda que queda como a 2 cuadras de casa, a buscar un material para la tarea. Ya es de noche.
5. Pepe y Cheyo tienen curiosidad sobre los cambios que hay en su cuerpo y deciden conversar y preguntar al hermano mayor de Pepe.
6. Tato y Magda viven en un área apartada y su mamá les pide que vayan al río a buscar agua para hervir. Se van con el balde y en camino se encuentran a una pareja de señores que les ofrecen comida y dinero, si vienen con ellos hasta el pueblo.
7. Rosita le tiene miedo a su padrasto. Él de vez en cuando se pasa a su cama en las madrugadas diciendo que le gusta dormir junto a ella, porque le recuerda a su mamá. Hace un par de noches, le subió la camisa de su pijama.
8. Carmencita y Felipe son amigos desde que estaban en primer grado. Ahora que son más grandes, se frecuentan menos que antes, pero ambos se gustan mucho. Cada vez que se ven, siempre se quedan conversando por mucho tiempo acerca de las cosas que tienen en común.

BORRADOR

BORRADOR

## “Todos y todas me simpatizan”

### Eje Temático

Relaciones interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Diferentes tipos de relaciones interpersonales



### Objetivos didácticos

- Fortalecer los valores en un clima de respeto a los derechos de los niños y niñas
- Mejorar la capacidad de relaciones interpersonales en el aula y en el hogar



### Objetivos de aprendizaje

- Disfruta la interacción y el trabajo en grupo desarrollando habilidades sociales e interpersonales
- Reflexiona acerca de los diferentes tipos de relaciones entre seres humanos



### Duración

60 minutos



### Materiales

Tarjetas o fichas, hojas blancas, lápices de colores, lápiz o lapicero.



### Preparación

Las relaciones interpersonales en los niños y niñas deberán estar marcadas por un ambiente de amistad, respeto, comprensión, escucha y mucho cariño. Esta actividad promoverá la creación de un ambiente comunicativo de calidad en su torno para garantizar su desarrollo armónico, porque durante esta edad se complementan los cimientos principales que influirán a lo largo de su vida.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación), así como la bibliografía recomendada.



### Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio “Amigos y amigas invisibles”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Un abrazo”



## Presentación

1. Acciones como presentarse, establecer una conversación, participar en actividades comunes, pedir u ofrecer ayuda, hacer cumplidos o disculparse, así como expresar afecto, son básicas para poder comunicarnos de manera satisfactoria en nuestro entorno más inmediato.
2. Asimismo, desde pequeños se nos debe enseñar otras técnicas, como el autocontrol, pedir permiso, saber responder ante signos de hostilidad, evitar problemas o abordar situaciones algo más límites, como un problema, una pelea, una acusación o una negociación.
3. Con este propósito, vamos a realizar la siguiente actividad, tomando en cuenta las características físicas y no físicas de nuestros compañeros al expresar lo que nos gusta de ellos.



## Desarrollo

1. Todos los alumnos y alumnas pondrán su nombre y apellido en una ficha de color blanco y será recogido por el/la docente para colocarlos en una cesta o bolsa oscura.
2. Se procede a revolver cada tarjeta, de manera que al repartirlas nuevamente, se escoja el nombre de otra persona y no el propio.
3. Cada estudiante tomará una tarjeta con el nombre de un compañero o compañera y tendrá que hacerle una tarjeta a su amigo o amiga invisible (de quien sacó el nombre) colocando las características que le gustan de él o ella. Puede agregar palabras que señalen aquellas características que no se puedan dibujar.
4. Por último se regalará la tarjeta a la persona que pertenece y el dibujante al entregar el dibujo, dice en voz alta qué es lo que más le gusta o admira de este compañero o compañera.
5. El/la docente deberá hacer énfasis que No se deberá realizar anotaciones, dibujos o palabras ofensivas para él o la compañera a quien le están realizando la tarjeta y deberán esmerarse en hacer lo mejor que puedan para demostrar lo valiosa que es la oportunidad de compartir esta actividad con el grupo.

6. Una vez que todos y todas hayan presentado y mencionado los atributos o características positivas de sus compañeros y compañeras, el/la docente guiará al grupo a la reflexión de cierre con el propósito de llevarles a entender el valor de las relaciones interpersonales.



## Cierre y evaluación

1. El/la docente finalizará la actividad con las siguientes ideas clave:
  - Todos los niños y niñas tenemos el derecho a ser respetados y respetar a las demás personas
  - debemos ser lo más cuidadosos al relacionarnos con desconocidos. Muchas personas tienen buenas intenciones, pero otras no y esas intenciones no se pueden ver a simple vista
  - Debemos mostrar cordialidad y ser respetuoso para con los demás,
  - Debemos aprender a controlar las emociones, respetar los derechos de los demás y su libertad de expresión
  - Procurar siempre que sea posible un ambiente lo más amigable posible.
  - Siempre debemos estar atentos y ver el lado positivo de las personas y aprender a decirselo. Esto propiciará una sociedad pacífica y justa.
2. Se cierra la actividad preguntando por voluntarios/as que quieran compartir:
  - ¿Cómo se sintieron dibujando a otros/as compañeros/as?
  - ¿Cómo se sintieron cuando recibieron sus dibujos?
  - ¿Qué aprendimos de esta actividad?
3. Incentive a que cada niño o niña busque y le dé "Un abrazo" al compañero o compañera a quien tuvo que darle su dibujo y decir la cualidad.



## Recursos

<http://www.monografias.com/trabajos89/juegos-cooperativo-comunidades/juegos-cooperativo-comunidades.shtml#ixzz43SUo8XtE>

## “Análisis mensajes de los medios de comunicación”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Influencia de los medios de comunicación Internet y las redes sociales en la sexualidad infantil



### Objetivo didáctico

Promover el desarrollo de habilidades para valorar los mensajes sobre la sexualidad transmitidos por los medios de comunicación, Internet y las redes sociales y manejar los peligros y amenazas



### Objetivos de aprendizaje

- Valora críticamente los mensajes sobre la sexualidad que se transmiten a través de los medios de comunicación, Internet y las redes sociales
- Comprende cómo utilizar responsablemente Internet y las redes sociales, y protegerse de las situaciones de riesgo



### Duración

60 minutos



### Materiales

Artículos y encabezados de periódico, fotos de revistas, ejemplos de textos transmitidos a través de Internet y otras redes masivas (Tweeter, Instagram, Facebook) o WhatsApp, etc.)

Papelógrafos u hojas blancas; marcadores permanentes de colores, tijeras, goma para pegar.

Hoja de Trabajo No. 4



### Preparación

Prepare la actividad teniendo en cuenta la necesidad de orientar a niños y niñas acerca del uso de los medios de comunicación existentes y que utilicen el pensamiento analítico para entender que no todo lo que sale en los medios de comunicación populares o en las redes es real o apropiado, recomendando utilizar adultos de su red de confianza para que le ayude a interpretar la información.

Estos contenidos fueron abordados inicialmente en los Talleres para 1ro y 2do grado, donde se trataron de forma general los deberes y derechos de niños y niñas en el uso de Internet y las redes sociales. Por tanto, es importante reforzar los conceptos, y profundizar en los peligros y amenazas, y cómo pueden los y las estudiantes prevenirlos y manejarlos. Deberá tener claro los tipos de redes sociales y otros modos populares de comunicación más utilizados por el grupo.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación), así como la bibliografía reco-

mendada y seleccione de antemano el material a ser utilizado en la actividad (recortes de artículos, fotos de revistas, textos transmitidos a través de Internet y las redes sociales, etc.)

acudir por ayuda. Para ver ejemplo de enunciados, artículos o propagandas a ser analizados, ver hoja de trabajo.



## Secuencia de actividades



## Desarrollo

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - “Análisis de mensajes”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Una palabra”



## Presentación

1. Inicie comentado que los medios de comunicación están obligados a informar, investigar, analizar, trazar horizontes y desarrollar sus tareas con objetividad, equidad, ética y racionalidad, conscientes de la función social que desempeñan. No todo lo que escuchamos, vemos, leemos o recibimos por los medios de comunicación (TV, radio, internet, redes sociales) es malo.
2. Al igual que un medio de comunicación o las redes sociales pueden ayudarte a posicionar la imagen de una persona, de un producto, de un servicio, puede al mismo tiempo distorsionar el concepto, sobre todo si quien escucha, ve, lee, no es una persona preparada para hacer un análisis al respecto.
3. Hay medios (periódicos, revistas, mensajes en las redes) que pasan mensajes e información que puede tener más de una interpretación y resultar inapropiados.
4. En la actividad a continuación, debemos poner atención a los mensajes que estamos recibiendo al leer, ver las imágenes o los textos y definir qué entendemos. Si no entendemos, entonces aprenderemos a quién

1. Divida al grupo en equipos más pequeños y entrégueles el material previamente preparado para realizar el “Análisis de mensajes”. A través de los recortes de periódicos, revistas o textos entregados, los equipos deben discutir lo siguiente:
  - a. ¿Cuál es el contenido de los mensajes?
  - b. ¿Qué mensaje nos están transmitiendo éstas imágenes?
  - c. ¿Lo que tú ves es bueno o malo?
  - d. ¿Qué consecuencias pueden tener estos mensajes para las personas, o para nosotros mismos? ¿Tú crees que eso tenga consecuencias para las personas?
  - e. ¿A quién afecta?
2. Posteriormente cada grupo presentará su análisis de los mensajes, utilizando papelógrafo, hojas o el pizarrón.
3. En la medida en que los niños y niñas presentan, ir precisando que los mensajes pueden transmitir ideas discriminatorias acerca de la mujer o acerca de personas de otras razas, estimular la violencia o promover una imagen estereotipada acerca de la belleza corporal, crear necesidades de consumo de un producto, etc. Al mismo tiempo, a través de las redes sociales e Internet, se transmiten mensajes que entrañan peligros y amenazas para el bienestar de las personas. Por ejemplo:
  - Difusión de textos o imágenes que dañan la dignidad, la autoestima y la integridad de la persona, causando vergüenza y humillación (ciber-acoso o cyber-bullying). Esto se logra cuando la imagen es alterada, el comentario no es real y se levanta falso a la persona de quien se hace el comentario.



4. Son también frecuentes los delitos por parte de personas sin escrúpulos, que usan los medios para acosar sexualmente, chantajear, estafar o explotar sexualmente a niños, niñas y adolescentes.
5. Esta parte también debe ser guiada de manera que el niño y la niña perciban que no todo lo que vemos o escuchamos, es la realidad y es apropiado y que debemos aprender a desarrollar con nuestro pensamiento crítico, y a observar las noticias, la televisión, leer el periódico o los mensajes, apoyándonos en adultos que nos puedan ayudar con la interpretación de los mismos.
6. Recuerde algunos consejos prácticos y sencillos para el uso de Internet y las redes, que fueron previamente trabajados en los talleres de 1ro-2do grado:
  - A. Debes mirar la televisión acompañado por un adulto que te pueda guiar, si no entiendes lo que sucede en el programa. Sobre todo si son programas no recomendados para menores de cierta edad.
  - B. Siempre que escuches o veas programas o noticias con situaciones que no comprendes, debes pedir orientación a un adulto de tu confianza.
  - C. Si navegas por internet, asegura la privacidad de tu información y que un adulto te guíe, crea una buena contraseña, no la compartas con nadie y cámbiala con frecuencia.
  - D. No aceptes invitaciones de amistad, de extraños o de personas no confiables.
  - E. Si recibes una solicitud inapropiada, no contestes, sal de la página o mensaje, e informa de inmediato a tu familia, docentes u otras personas de confianza.
  - F. Recuerda que muchas de estas situaciones son delitos penados por las leyes. Puedes denunciarlos ante las autoridades con el apoyo de las personas adultas.
7. Para finalizar, con imágenes y frases de los mismos periódicos y revistas (en grupos) pueden formar un collage sobre lo que representa para ellos y ellas el concepto de lo que los medios de comunicación deben

transmitir, en base a los valores que debe tener la sociedad (por ejemplo, tolerancia, respeto, igualdad, no violencia, no racismo, igual oportunidad, etc.).



## Cierre y evaluación

1. Resuma la actividad revisando los collages y reforzando con las siguientes ideas clave:
  - En Internet y las redes sociales tengo los mismos derechos y deberes que en la vida real:
    - A aprender, divertirme y jugar de forma apropiada a mi edad
    - A expresar mis ideas y sentimientos sin dañar ni ofender
    - A que se respete mi intimidad
    - A que me traten igual que a otras personas
    - A que no me acosen y no me hagan propuestas que no comprendo o me incomodan
    - A respetar los derechos de las demás personas.
    - A que las personas adultas me guíen en el uso adecuado de estos medios y conversen conmigo cuando hay cosas que no entiendo o me incomodan.
2. Pregunte al grupo:
  - ¿Qué aprendimos?
  - ¿Cómo podemos hacer de ahora en adelante para interpretar lo que vemos, escuchamos o leemos a través de los medios?
  - ¿Qué haremos si no entendemos los mensajes?
3. Invíteles a despedir la actividad compartiendo “Una palabra” que exprese cómo se sintieron..



## Recursos

UNODOC (2016) Mini Guía de Seguridad Informática.

## HOJA DE TRABAJO N° 4 taller 7

### Analizo mensajes de los medios de comunicación”



BORRADOR

BORRADOR

## “Conociéndome mejor”

### Eje Temático

Desarrollo de la Sexualidad



### Duración

60 minutos



### Contenidos

Características de la sexualidad infantil. Cambios puberales y principales inquietudes con respecto a la sexualidad.



### Materiales

Hojas blancas, lápices y marcadores de colores, maskintape

Cartel, papelógrafo o Power Point con el cuadro de los cambios puberales

Láminas e ilustraciones sobre el cuerpo de niños y niñas en la infancia y la pubertad.



### Objetivos didácticos

- Propiciar el conocimiento de los cambios corporales que experimentan los niños y las niñas durante la infancia, y aquellos que tendrán lugar en la pubertad
- Fortalecer la autoconfianza de niños y niñas para dialogar sobre su propio desarrollo físico e imagen corporal



### Preparación

En las asignaturas que están recibiendo los niños y las niñas en el nivel primario (Ciencias Naturales; Educación Física; Religión, Moral y Valores; Tecnologías), así como en los talleres de EIS impartidos en 1ro y 2do grado, se recibieron nociones sobre el sistema reproductor masculino y femenino, la pubertad, el cuidado de la salud y los hábitos de higiene corporal. Por tanto es necesario articular esta actividad con los conocimientos previos.

Recuerde que la **pubertad** es el período donde se produce gradualmente la maduración anatómica y fisiológica del sistema reproductor, la adquisición de la capacidad reproductiva y la aparición de los caracteres sexuales secunda-



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende y acepta los cambios de su cuerpo durante la infancia
- Identifica los cambios que tendrán lugar en la pubertad y las diferencias interindividuales en su aparición

rios. Los primeros cambios puberales se observan en las niñas muy tempranamente, entre los 8 y 9 años, mientras que en los varones se inician cerca de dos años después, entre los 10 y los 13 años. Por tanto, es muy importante que la influencia educativa se adelante a estos procesos para que los niños y las niñas cuenten con la orientación indispensable para afrontarlos de forma natural.

Prepare la actividad con la lectura de la sección 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad) y la revisión de la bibliografía recomendada, para poder orientar a los niños y las niñas y responder a sus preguntas manejando el lenguaje científico de forma natural y sencilla, de manera que no demos la sensación de explicar cosas misteriosas, delicadas o peligrosas.

lápices y colores y oriente que de manera individual, imaginen y realicen un dibujo que refleje su cuerpo en 3 momentos: cómo eran cuando entraron en la escuela, cómo son ahora, y cómo se ven a los 15 años.

3. Pida a los participantes que coloquen sus dibujos con maskintape en el pizarrón o en una pared, y promueva la reflexión colectiva, de modo que comparen las diferencias en el aspecto físico, observando en el dibujo de cómo eran al entrar en la escuela, cómo son ahora y cómo se ven a los 15 años.
4. Explique que en la actividad de hoy vamos a aprender acerca de estos cambios.



## Desarrollo

### Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - “Cambios en las niñas; cambios en los niños”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Un sentimiento”



## Presentación

1. Explique al grupo que esta actividad proyecta guiarles al conocimiento de su propio cuerpo de manera tal que observen y piensen en los cambios que han estado teniendo desde que entraron en la escuela y los posibles cambios que tendrán en un futuro próximo, para que cuenten con la información, se sientan cómodos comunicándose con sus pares y las personas adultas respecto al desarrollo de su cuerpo y utilicen de manera asertiva la información que les permitirá la vivencia de su sexualidad de manera plena y saludable.
2. Invíteles a participar en el ejercicio “Mi cuerpo en 3 tiempos”. Distribuya hojas blancas,

1. Explique que la pubertad es una época en la que los cuerpos de las niñas y los niños cambian: poco a poco, se van poniendo más grandes y más altos, se desarrollan los genitales y empieza a aparecer el vello del cuerpo. La pubertad es el producto del desarrollo de nuevas sustancias químicas en el cuerpo llamadas hormonas; es lo que convierte progresivamente a los niños y niñas en adultos. Normalmente, la pubertad empieza entre los 8 y 9 años en las niñas, y entre 10 y 13 años en los niños, pero también hay algunos que empiezan antes o después su pubertad. Por lo general, las niñas empiezan la pubertad alrededor de dos años antes que los niños.
2. A continuación, invite al grupo a conocer mejor cuáles son esos cambios. Divida el papelógrafo o el pizarrón en 2 columnas: “Cambios en las niñas” y “Cambios en los niños”. También puede presentar el cuadro en un cartel o en un Power Point para ir presentando los principales cambios que suceden en el cuerpo de ambos sexos, haciendo énfasis que los cambios y modificaciones durante la pubertad y el desarrollo, no son únicamente físicos, sino actitudinales y emocionales.
3. La columna correspondiente al mensaje principal es para uso exclusivo de los y las docentes (información de apoyo); no debe copiarla en el cartel o papelógrafo.

	<b>Principales cambios en las niñas</b>	<b>Principales cambios en los niños</b>	<b>Mensaje principal (para docentes)</b>
PIEL	La piel se vuelve grasosa y algunas veces aparecen granitos o acné	La piel se vuelve grasosa y algunas veces aparecen granitos o acné	Esto dura toda la pubertad y después normalmente termina. Hay que lavarse la cara todos los días con agua y jabón
CABELLOS	Comienza a crecer el vello de las piernas, en las axilas y en el pubis.	Comienza a crecer el vello de las piernas, del pecho y de la cara, en las axilas y en el pubis.	La cantidad de vello nuevo que crece en el cuerpo es diferente en cada joven, ya sea varón o mujer
SENOS	Crecen los senos, se hinchan y duelen un poquito	Crecen los senos (tetillas), se hinchan y duelen un poquito	Es probable que crezcan los senos de la misma manera o que alcancen el mismo tamaño. También es normal que uno de ellos sea un poco más pequeño que el otro
TAMAÑO DEL CUERPO	Se ensanchan las caderas, se agrandan los senos, aumentan el peso y la altura	Se ensanchan los hombros y el pecho, aumentan el peso y la altura.	Las niñas pueden llegar a su altura definitiva antes que los niños. Sin embargo, para cuando termina la pubertad, los varones son a menudo más altos y pesan más que las mujeres
TRANSPIRACIÓN	Se transpira más y comienza a sentirse el olor corporal adulto.	Se transpira más y comienza a sentirse el olor corporal adulto.	Se puede controlar lavándose y bañándose diariamente.
VOZ	La voz se hace un poco más suave	La voz se torna más profunda y a veces se quiebra.	Las voces masculinas pueden subir o bajar de tono. Este fenómeno se llama “quebrarse la voz” y a veces puede resultar un poco vergonzoso. Pero dejará de hacerlo con el tiempo.
ORGANOS SEXUALES FEMENINOS	Comienza la regla o menstruación y el área vaginal se torna más húmeda. Una vez que la niña ovula, puede embarazarse		Las niñas podrían observar o sentir un líquido blanco o transparente proveniente de la vagina. Ello no implica que tengan algo malo. Esto es normal.
ORGANOS SEXUALES MASCULINOS		Crecen el pene y los testículos. Una vez que el varón desarrolla, es capaz de fecundar.	En la pubertad, es normal en los varones tener “emisiones nocturnas” o “sueños húmedos” (erección y eyaculación mientras duermen)*

**\*Nota al docente:** valore si es oportuno hablar con el grupo acerca de que los varones, al llegar a la pubertad, tienen erecciones y eyaculaciones, generalmente espontáneas durante el sueño, lo que se conoce como “sueños húmedos” o “emisiones nocturnas”, que son totalmente naturales y responden a los cambios hormonales de la etapa. Si no considera apropiado abordarlo en el Taller, puede responder de forma individual a las preguntas e inquietudes de los varones, en caso de que surjan.



4. Es importante que utilice láminas e ilustraciones sobre el cuerpo de niños y niñas en la infancia y la pubertad para facilitar la comprensión de los contenidos. Puede reproducir al efecto las que aparecen en los libros de texto escolares correspondientes a este nivel.
5. Refuerce la noción de que durante la pubertad, la niña pasa a estar en condiciones físicas de quedarse embarazada, y el varón está en condiciones físicas de dejar embarazada a una mujer. Sin embargo, todavía no tienen la madurez necesaria para afrontar la maternidad y la paternidad con responsabilidad. El embarazo en estas edades tan tempranas tiene serias y graves repercusiones para la vida de los y las adolescentes, afectando su salud, su educación y su proyecto de vida.

- Es importante conversar sobre estos cambios con padres, madres, docentes y otras personas adultas, para aclarar nuestras inquietudes y recibir la orientación que necesitamos para crecer saludables y felices.
- También es muy importante conocer y utilizar las palabras apropiadas para referirnos a los órganos sexuales y reproductivos y poder comunicarnos de forma clara, precisa y natural.

2. Valore lo aprendido por el grupo a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué aprendimos?
- ¿Cómo nos sentimos conversando sobre este tema?
- ¿Cómo lo podemos aplicar a nuestra vida?

3. Pida al grupo que comparta “Un sentimiento” que refleje cómo se sintieron al hablar sobre el cuerpo y sobre los cambios que tendrán lugar en la pubertad.

4. Invite a los niños y las niñas a que conversen del tema con los adultos de sus hogares y disponga su tiempo brindándoles la confianza de preguntarle a usted en cualquier momento, alguna duda que no haya sido aclarada.



## Cierre y evaluación

1. Al final de la actividad, debemos puntualizar las siguientes ideas clave:
  - Nuestro cuerpo es único y valioso y se va transformando y desarrollando en cada etapa de nuestra vida.
  - El cuerpo es algo personal y privado. Nadie tiene derecho a mirarlo o tocarlo de forma que nos cause incomodidad o vergüenza. Si sentimos o vemos algo que no está correcto, debemos conversarlo de inmediato con personas adultas de nuestra confianza.
  - A nuestra edad, los cambios físicos de la pubertad pueden comenzar a manifestarse algunas niñas y niños, mientras que en otras y otros estos procesos se producen más adelante, lo que es completamente normal.
  - Cada cual tiene su ritmo propio de desarrollo, lo importante es tener la información para comprender esos cambios en el momento en que lleguen, y cuidar de nuestra higiene y salud.
  - Tener información y proteger nuestro cuerpo y nuestra salud son derechos de todos los niños y las niñas.



## Recursos

Adaptado de: Instituto de Salud Reproductiva, Georgetown University y Family Health International (2005). Mi Cuerpo está cambiando: conocimiento de la fertilidad para jóvenes. Págs. 14-17.

Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos.



BORRADOR

BORRADOR

## “Aprendo a tomar decisiones”

### Eje Temático

Desarrollo de la Sexualidad



### Contenidos

Toma de decisiones sobre el comportamiento sexual y la reproducción según la edad



### Objetivo didáctico

Promover la apropiación de habilidades para tomar decisiones responsables y acordes a la edad, sobre el comportamiento sexual y la reproducción



### Objetivo de aprendizaje

Comprende y ejercita los pasos del proceso de toma de decisiones, aplicado a situaciones propias del desarrollo de la sexualidad infantil



### Duración

35-40 minutos



### Materiales

Lápices y marcadores de colores, hojas blancas, tijeras

Hoja de Trabajo No. 5 : “Estudios de caso sobre toma de decisiones”

Cartel: “5 pasos para tomar decisiones”



### Preparación

Entre las habilidades para la vida, las referidas a la toma de decisiones son muy importantes para enfrentar los problemas que se presentan en la existencia cotidiana, así como otros retos de mayor trascendencia para las personas de todas las edades. En este proceso, el individuo tiene que elegir entre un conjunto de opciones y posibilidades, la que mejor se adapta a la solución de una determinada situación, y debe al mismo tiempo considerar las posibles implicaciones de su decisión, o sea, anticipar las consecuencias y prever los riesgos.

En el caso de los niños y las niñas, es posible desarrollar gradualmente estas habilidades, de modo que se apropien de los pasos del proceso, y los ejerciten a partir del análisis de casos y ejemplos acordes a las problemáticas de su edad.

Al preparar este Taller, recuerde que de manera general, la formación de habilidades implica entre otros aspectos:

- Enseñar a niños y niñas en qué consiste la habilidad en cuestión, cuál es su importancia y cuáles son las acciones o pasos para ponerla en práctica.

- Brindar ejemplos diversos y sencillos acerca de la aplicación de la habilidad en distintos ámbitos de la vida cotidiana, y en particular con problemáticas y conflictos propios de la etapa. Por ejemplo, en el caso de la edad infantil, se han preparado ejemplos relacionados con los cambios puberales y con situaciones de violencia sexual.
- Ofrecer oportunidades para practicar la habilidad a través de ejercicios, dramatizaciones, representaciones, etc.

Consulte las secciones 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad) y 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva), y la bibliografía recomendada. Recuerde que es necesario trabajar con ejemplos sencillos y vincularlos con los temas que se están tratando, y con conflictos propios de la etapa, por ejemplo: prevención de la violencia sexual, cambios puberales, prevención del embarazo y las ITS/VIH/sida, etc.

Elabore de antemano un cartel con el gráfico del proceso de toma de decisiones, e imprima la Hoja de Trabajo para los grupos.

## Seuencia de actividades

1. Presentación
  - “El círculo de las decisiones”
2. Desarrollo
  - “5 pasos para tomar decisiones”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Los rayitos del sol”



### Presentación

1. Inicie la actividad invitando a participar en el ejercicio “El círculo de las decisiones”. Organizar a los niños y las niñas en círculo (preferiblemente sentados en el piso o en sus sillas) y formule las siguientes preguntas:
  - ¿Quién puede decirme con sus propias palabras qué es una decisión?
  - ¿Pueden compartir ejemplos de decisiones que ustedes tienen que tomar en su vida diaria?
  - ¿Qué hacen cuando tienen que tomar una decisión?
2. A partir de las respuestas, vaya precisando decidir es sinónimo de elegir o escoger. Es decir, que cuando ustedes deben decidir algo tan sencillo, como por ejemplo, la ropa que se van a poner para salir al cine o a la playa, escogen entre varias opciones y tratan de que sea la mejor solución.
3. En la vida de las personas, la mayoría de las decisiones no son tan sencillas como escoger la ropa. Sin embargo, algunas personas, cuando deben solucionar una situación, dejan que otros tomen la decisión, o deciden sin pensarlo mucho, y sin analizar cuáles pueden ser las consecuencias de sus actos. Por eso es importante aprender a tomar buenas decisiones, que es un derecho de todos los niños y las niñas, y al mismo tiempo nos prepara para ejercer los demás derechos que tenemos.



### Desarrollo

1. Explicarles que este proceso tiene 5 pasos muy sencillos:
  - a. Obtengo información acerca de la situación y acerca de mí mismo o mí misma
  - b. Identifico las alternativas de solución y reviso todas las opciones
  - c. Analizo cada alternativa atendiendo a: ventajas y desventajas; y posibilidades de éxito

- d. Tomo la decisión
  - e. Valoro los resultados de la decisión que tomé
2. Ejemplifique detalladamente los pasos a través del siguiente caso:

Elena tiene 8 años y está en 3er grado. La semana pasada, un amigo de la familia visitó su casa estando fuera su papá y su mamá. El hombre la abrazó de una forma que le resultó muy incómoda y al verla tan asustada, la amenazó y le exigió que guardara el secreto, pues si no lo hacía iba a volver estando ella sola. Elena se lo contó a su hermana mayor, que tiene 12 años y ella le dijo que le había pasado lo mismo, y que tenían que hacer algo al respecto.

- **PASO 1.** Obtengo información acerca de la situación y acerca de mí mismo o de mí misma: ¿Cuál es la situación que está pasando? En este caso, Elena se siente incómoda, está asustada y un adulto la ha acosado y amenazado.
- **PASO 2.** Identifico las alternativas de solución y reviso todas las opciones: Elena ha aprendido que cuando se dan este tipo de situaciones, aunque haya amenazas en el medio, ella debe inmediatamente buscar a un adulto de su confianza para conversar al respecto, la proteja y ayude a resolver la situación. Si este adulto no le cree, deberá intentar con otro adulto hasta que se solucione el problema. La denuncia de una situación de acoso o que te causa incomodidad, siempre deberá ser denunciada.
- **PASO 3.** Analizo cada alternativa atendiendo a: ventajas y desventajas; y posibilidades de éxito entendiendo por éxito, el que se resuelva la situación de acoso y amenaza): En este caso Elena también deberá evaluar y buscar posibles respuestas ante estas alternativas: ¿qué pasa si lo comento con un adulto de mi confianza? ¿qué sucede si me quedo callada y se repite la situación?
- **PASO 4.** Tomo la decisión: Elena luego de haber pensado y analizado, decide buscar ayuda con otro adulto, para

solucionar su problema. Lo importante es que ella comprenda que no está haciendo nada indebido. Sólo busca su seguridad y no debe sentirse con temor o vergüenza de denunciar lo que pasó por miedo a que no le crean. Siempre deberá insistir hasta hallar una solución.

- **PASO 5.** Valoro los resultados de la decisión que tomé: Esto viene a ser el aprendizaje que obtuve. Una vez haya actuado poniendo la denuncia con un adulto de su confianza (maestro, mamá, papá, abuelos por ejemplo), aprendo a valorar que actué bien. Es mejor que aunque me haya imaginado malas intenciones por parte de este adulto desconocido, otro adulto le ha ayudado a buscar la solución. Eso inmediatamente la libera a ella de una zona de riesgo y la coloca en una zona segura. Los niños y niñas deben tener siempre seguridad. Es su derecho.
3. A continuación, divida al grupo en 4 equipos. Los equipos 1 y 2 analizarán el Caso No. 1 (Carlos) y los equipos 3 y 4 el Caso No. 2 (Ana). Oriente que debe hacer un análisis semejante al ejemplo presentado previamente.
- **CASO No. 1.** Carlos es un chico de 8 años de una familia muy humilde de la Comarca Guna Yala. Un día, varios jóvenes mayores se le acercaron y le dijeron que unos turistas extranjeros estaban buscando modelos infantiles para tomarles fotos y videos para revistas y programas de TV de su país, que pagaban muy bien y los interesados debían encontrarse con los ellos en la habitación de un hotel.
  - **CASO No. 2.** Ana, de 9 años, tuvo su primera menstruación y se asustó mucho, porque nadie le había explicado nada acerca de algo tan natural en las niñas cuando se inicia la pubertad. Tiene mucha vergüenza decírselo a su mamá, a pesar de que sus amigas del colegio le insisten en que debe hacerlo de inmediato.

4. En la presentación de los equipos, ir conduciendo el debate para que todo el grupo participe en el análisis de cómo se aplicaron los pasos del proceso de toma de decisiones, qué les faltó y cómo pueden mejorarlo. Refuerce la idea de que cuando tomamos decisiones, estamos ejerciendo nuestros derechos como niños y niñas, lo que se puede ejemplificar con los casos analizados:
  - **Carlos:** derecho a la integridad del cuerpo, a no sufrir abuso y explotación sexual
  - **Ana:** derecho a la información y educación sobre sexualidad
2. Pregunte al grupo:
  - ¿Qué aprendimos en esta actividad?
  - ¿Por qué les resultó o no interesante sobre el proceso de toma de decisiones o de los pasos desarrollados para la toma de decisiones?
  - ¿Cómo lo podemos aplicar en nuestra vida?
3. Para cerrar el Taller, invite a los niños a un ejercicio de expresión corporal. Formar un círculo y pedirles que caminen moviéndose como si fueran “Los rayitos del sol”.



## Cierre y evaluación

1. Resuma los aspectos esenciales abordados, puntualizando las ideas clave:
  - Tomar decisiones responsables es muy importante para enfrentar los problemas que se presentan en la existencia cotidiana.
  - Todos los niños y las niñas tenemos el derecho de opinar y decidir sobre cuestiones que nos afectan, y podemos contar siempre con el apoyo de nuestra familia, docentes y otras personas adultas de confianza. y para ejercer nuestros derechos.
  - Al tomar decisiones hacemos valer nuestros derechos a la vida, la salud, la protección, la familia, la integridad del cuerpo, la educación, el tiempo libre, entre otros.
  - Este proceso incluye elegir las opciones que mejor se adaptan a la solución de una determinada situación, recordando siempre que todo lo que hacemos tiene consecuencias, para nosotros y nosotras y para las demás personas.
  - A nuestra edad, podemos ir aprendiendo poco a poco a tomar decisiones y a aplicar los 5 pasos en diferentes situaciones de la vida.



## Recursos

Ministerio de Educación de Nicaragua (2003) Educación para la vida. Manual de Educación de la sexualidad para docentes de Pre-escolar, Primaria y Educación Media. Págs. 137-139.

Pick de Weiss, Susan y otros (1988). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes.

## Hoja de Trabajo No. 5 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 9: “Aprendo a tomar decisiones”

Escenarios para analizar



**Caso 1.** Elena tiene 8 años y está en 3er grado. La semana pasada, un amigo de la familia visitó su casa estando fuera su papá y su mamá. El hombre la abrazó de una forma que le resultó muy incómoda y al verla tan asustada, la amenazó y le exigió que guardara el secreto, pues si no lo hacía iba a volver estando ella sola. Elena se lo contó a su hermana mayor, que tiene 12 años y ella le dijo que le había pasado lo mismo, y que tenían que hacer algo al respecto.

**Caso 2.** Carlos es un chico de 8 años de una familia muy humilde de la Comarca Guna Yala. Un día, varios jóvenes mayores se le acercaron y le dijeron que unos turistas extranjeros estaban buscando modelos infantiles para tomarles fotos y videos para revistas y programas de TV de su país, que pagaban muy bien y los interesados debían encontrarse con los ellos en la habitación de un hotel.

**Caso 3.** Ana, de 9 años, tuvo su primera menstruación y se asustó mucho, porque nadie le había explicado nada acerca de algo tan natural en las niñas cuando se inicia la pubertad. Tiene mucha vergüenza decírselo a su mamá, a pesar de que sus amigas del colegio le insisten en que debe hacerlo de inmediato.

BORRADOR

BORRADOR



## “¿Estaré listo/lista?”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Contenidos

Valoración de la maternidad y paternidad responsables en la vida humana



### Objetivo didáctico

Promover en los niños y las niñas la comprensión y valoración de las responsabilidades inherentes a la maternidad y paternidad



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende la importancia de la maternidad y la paternidad en la vida de las personas y las responsabilidades de madres y padres en la familia
- Reconoce que la maternidad y la paternidad responsables son parte de la formulación de su proyecto de vida futura



### Duración

45 minutos



### Materiales

Hoja de Trabajo No. 6

Papel, lápices y marcadores de colores



### Preparación

El concepto de familia ha ido cambiando a lo largo de la historia de la humanidad. Su dinámica, estructura y composición han ido adaptándose a los cambios sociales, económicos y geográficos, pero sus funciones siguen siendo muy relevantes en nuestra sociedad. Por ello, es muy importante orientar a los y las estudiantes sobre los beneficios de ir formulando planes de vida que incluyan una maternidad y paternidad responsables en etapas futuras de su vida, cuando estén preparados y tengan las condiciones necesarias para constituir una familia.

Revise los conceptos y orientaciones generales del Eje 5 (Salud Sexual y Reproductiva), así como la bibliografía recomendada.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Preguntas y respuestas: “Ser mamá, ser papá”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Te doy una sonrisa”



### Presentación

Con esta actividad se invita a los niños y las niñas a reflexionar sobre la responsabilidad que trae el ser padres y madres, que amerita tener ciertas competencias desarrolladas, más allá de las funciones biológicas del desarrollo humano. Se les pide que presten atención a los párrafos que se leerán a continuación



### Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio de preguntas y respuestas “Ser mamá, ser papá”, solicite 10 voluntarios y voluntarias que quieran venir al frente del salón para aclarar ciertos conceptos relacionados a la sexualidad y salud sexual y reproductiva.
2. Una vez que se han identificado estos 10 estudiantes, se les entrega a cada uno un cartelón con los siguientes enunciados, y deberán sustentar por qué creen que es correcto lo que dice el enunciado del cartelón o es incorrecto.
3. Dé indicaciones al resto del grupo, para que participen diciendo por qué están de acuerdo con él/ella o por qué no. Luego el/la docente aclarará la respuesta correcta al enunciado, explicando brevemente el concepto y llevando a todos los estudiantes al análisis a través de pensamiento crítico, sobre el valor de emitir sus opiniones y tomar decisiones asertivas con respecto al desempeño de su sexualidad.

4. Se sugiere que estos voluntarios sean premiados al final del período de la manera que el/la docente considere.
5. Luego que los y las estudiantes hayan finalizado de leer sus cartelones y discutir cada uno de ellos, dejando que sean ellos y ellas los que respondan, sugieran y definan el/la docente podrá complementar con las respuestas ofrecidas en el cuadro.
6. El/la docente estarán para guiarles, aclarar y afianzar los conceptos que son parte de la discusión. (CONCEPTOS A COLOCAR EN LOS CARTELONES PARA DISCUSIÓN VER HOJA DE TRABAJO N° 6)



### Cierre y evaluación

1. Se resumen las siguientes ideas clave:
  - Es esencial que los padres y madres posean las competencias parentales adecuadas para hacer frente a su paternidad y maternidad; sólo eso nos asegurará el buen trato de los niños en todos los aspectos de su desarrollo.
  - Debe haber un desarrollo intelectual, físico y emocional que incluya ciertas características como ser responsable, cumplir con sus metas, esforzarse por crecer y ser mejor, antes de tomar la decisión de iniciar una familia que implica el cuidado de otros individuos.
2. Pídale a los y las estudiantes que ahora de manera individual, que escriban en sus cuadernos, una frase que resuma lo que han aprendido con esta actividad y que punto les llamó más la atención y creen que les ayude a formular su plan de vida; teniendo ahora claro el concepto de lo que es maternidad y paternidad responsable
3. Solicite al grupo si alguien quiere compartir lo aprendido con esta lección. Complemente los conceptos.

4. Cierre el Taller con la dinámica “Te doy una sonrisa”. Pida al grupo que se coloquen en círculo y cada estudiante regala una sonrisa amistosa al niño o niña que tiene a su derecha.



## Recursos

“Las competencias parentales en la familia contemporánea: descripción, promoción y evaluación”. Autor: Cristina Sallés y Sandra Ger. Educación Social, nº. 49, Págs. 25 y 47.

## Hoja de Trabajo No. 6 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 10: “¿Estaré listo/lista?”

Situaciones	Respuesta (para información y apoyo de los y las docentes)
1. Para ser madre, sólo basta con querer ser mamá	No es así. Hay muchas responsabilidades inmersas en el inicio de una familia. Es por eso que se debe planificar y realizar su plan de vida, para tener el suficiente criterio antes de decidir querer ser mamá.
2. Los bebés no necesitan tantos cuidados de los adultos	No es así. Un bebé es indefenso y depende completamente de un adulto para alimentarse y demás necesidades básicas.
3. Una madre adolescente es como una niña que tiene un niño	Este concepto es verdadero. Una mujer adolescente acaba de pasar su período de pubertad y desarrollo y aunque su cuerpo esté listo para embarazarse, su desarrollo físico, mental y emocional no está listo para la responsabilidades de ser mamá.
4. Padres y madres deben velar por la educación de sus hijos e hijas	Es parte de las responsabilidades inherentes de los padres hacia los hijos.
5. Los niños deben ir a trabajar en vez de estudiar	Es falso. Hay un período de formación por el que debe pasar un ser humano, que le brindará las herramientas para defenderse en la vida. Esto es a través de los estudios y procesos de aprendizaje.
6. A los bebés, niños y niñas hay que darles mucho afecto	Todos los seres humanos somos seres sociales. Desde que nacemos, necesitamos y nos merecemos el cariño de nuestros padres y demás seres queridos. Eso incluye el respeto de los demás. Es el derecho de todos.
7. Hay que hacer un plan de vida que incluya estudiar y desarrollarse como adulto responsable, antes de iniciar una familia	Es parte del desarrollo emocional e integral del individuo, que asegurará el aprendizaje y el éxito en el cumplimiento de las metas y sueños que nos proponemos.
8. Un adolescente sabe muy bien cómo se protege a una familia	No es cierto. Un adolescente aún está en etapa de preparación para ir conociendo los requisitos y responsabilidades que requiere una familia.
9. Las madres y padres adolescentes pueden velar por el desarrollo y crecimiento de sus hijos e hijas	No es cierto. Aún no están preparadas y necesitan de la guía y protección de otros adultos que les ayuden en el desarrollo apropiado y responsabilidades de otra vida.
10. Conocer qué es la maternidad y paternidad responsable es importante para construir el proyecto de vida futura	Es correcto. El ser humano a medida que va creciendo y en período de formación, va aprendiendo a tomar decisiones que le conducen a lograr metas exitosas. La maternidad y paternidad, implican un alto grado de responsabilidad para lo que uno se debe preparar emocional y económicamente.

## “¿Sabías esto?”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Contenidos

Reconocimiento, prevención y manejo de situaciones que afectan la salud y la salud sexual y reproductiva acorde a la edad



### Objetivos didácticos

- Promover el conocimiento de los factores de riesgo y protección con relación a la salud sexual y reproductiva acorde a la edad, con énfasis en la prevención del embarazo adolescente y las infecciones sexualmente transmitidas
- Fortalecer el desarrollo de habilidades para evitar situaciones que ponen en riesgo su SSR y buscar apoyo en personas de confianza



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende los factores de riesgo y protección con relación a su salud sexual y reproductiva y su responsabilidad en la toma de decisiones para el cuidado de ésta
- Utiliza los recursos disponibles para obtener información y apoyo sobre su salud sexual y reproductiva



### Duración

60 minutos



### Materiales

Hoja de Trabajo No. 7, lápices



### Preparación

Uno de los fundamentos básicos de la Educación de la Sexualidad es la preparación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes para el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en correspondencia con las características y necesidades de cada etapa, fortaleciendo una cultura de protección y cuidado de la salud sexual y reproductiva y contribuyendo a la prevención del embarazo en la adolescencia, las ITS y el VIH/sida.

Revise los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva), así como la bibliografía recomendada. Reproduzca la Hoja de Trabajo No. 7 (Preguntas de SSR)

La Salud sexual y reproductiva se define según la Organización Mundial de la Salud, como “un estado de bienestar físico, emocional, mental y hormonal social relacionado con la sexualidad; la cual no es solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad. Para que la salud sexual se logre y se mantenga, los derechos sexuales de todas las personas deben ser respetados, protegidos y ejercidos a plenitud”. Según la misma OMS, “requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.”



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Lluvia de ideas”
2. Desarrollo
  - “Preguntas y respuestas de salud sexual y reproductiva”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Sólo con un gesto”



## Presentación

1. Se inicia la actividad con una “Lluvia de ideas” en donde los niños y niñas empezarán a definir y aclarar sus conceptos en referencia a los cuidados que debemos tener en nuestra salud sexual y reproductiva, vinculando el tema a las historias, comentarios o consejos que ha escuchado en su familia, con sus pares u otras personas. Guiemos la conversación en base a las siguientes preguntas:
  - ¿Qué es para ustedes salud?
  - la actividad de manera individual y posteriormente grupal. ¿Qué significa la salud sexual y reproductiva?
  - ¿A dónde debo acudir para buscar orientación o atención en los aspectos relacionados a mi salud sexual y reproductiva?
2. Se pueden ir anotando conceptos básicos en la pizarra. Una vez se ha planteado el tema, debemos realizar el desarrollo de la actividad de manera grupal.



## Desarrollo

1. Divida en grupos más pequeños y que elijan un/a vocero/a. Posteriormente entregue a cada estudiante la Hoja de Trabajo No. 7 en donde ellos deberán responder primero de manera individual y luego en grupo la respuesta correcta, según su percepción o conocimiento previo en el tema de salud y prevención.
2. Una vez discutido el ejercicio, que pasen los voceros adelante del salón con las “respuestas correctas de su grupo” e iniciarán con una competencia. El grupo que más preguntas acierte, tendrá el privilegio de realizar un mural en el salón (o en algún lugar ya coordinado previamente en la escuela), sobre la importancia del cuidado de la salud sexual y reproductiva.
3. Para dar respuesta a las siguientes preguntas, coloque en la columna de la derecha, un Sí o un No, según su percepción y conocimiento.
4. La clave de respuestas para uso de docentes aparece en la columna de la derecha. (Ver Hoja de Trabajo N° 7)
5. Una vez finalizada la discusión de cada pregunta y que los representantes de cada grupo hayan expuesto sus opiniones, aclare cada concepto y profundice en los aspectos esenciales.
6. Hay que reforzar la idea de que en los centros de salud del país, se brindan servicios a los niños y niñas para proteger su salud sexual y reproductiva según las necesidades de cada edad. Lleve al grupo a la reflexión de la importancia que tiene el conocimiento acerca de su cuerpo, los cambios que están sucediendo y cómo ir integrando la información que se adquiere a través de estas actividades en sus planes de vida.



## Cierre y evaluación

1. Sistematice las siguientes ideas clave:
  - A tu edad, para lograr una buena salud sexual y reproductiva debes conocer tu cuerpo, cuidarlo, mantener estilos de vida saludables y ser capaz de tomar decisiones responsables sobre la prevención de infecciones de transmisión sexual, del embarazo y de la violencia.
  - El embarazo en niñas y adolescentes puede traer riesgos a la salud sexual y reproductiva tales el nacimiento de niños prematuros y de bajo peso y otros problemas en los órganos internos de estas menores, e incluso la muerte durante el parto o la muerte del recién nacido.
  - El embarazo adolescente (niño y niña adolescentes) trae también consecuencias emocionales y responsabilidades que aún los y las menores no están preparados para afrontar por sí mismos.
2. Pregunte al grupo:
  - ¿Qué he aprendido con la actividad?
  - ¿Cómo puedo ponerlo en práctica?
3. Cierre la sesión pidiendo a los niños y las niñas que expresen “Sólo con un gesto” cómo se sintieron aprendiendo en el día de hoy.



## Hoja de Trabajo No.7 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 11: “¿Sabías esto?”

PREGUNTAS DE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	SÍ	NO	EXPLICACIÓN
Cada vez que me baño, es importante asear mis genitales			Regla primordial de de higiene
Si mancho mi ropa interior, ¿será posible que tenga una infección?			Es posible. Se recomienda buscar ayuda de un adulto responsable quien me ayudará a ser evaluado/a por un médico
Mi salud sexual y reproductiva es responsabilidad únicamente de mis padres.			Es falso. La responsabilidad de ellos es enseñarme a cuidar mi salud y yo debo aprender y cuidarme a mí mismo/a
La adolescencia es un buen momento para tener un hijo o hija.			Es recomendable tomar la decisión de tener hijos cuando haya la suficiente madurez física, emocional e intelectual para tomar la responsabilidad de la crianza de niños y niñas.
La mejor fuente de información para el cuidado de mi salud sexual y reproductiva son mis amigos y amigas.			Es preferible buscar personas adultas que cuentan ya con la experiencia sobre lo que es el cuidado de mi salud sexual y reproductiva,
Todas las enfermedades que se transmiten de una persona a otra pueden evitarse aseando bien los genitales.			Esto es falso porque a pesar que asee mis genitales, puedo tener infecciones que no se ven a simple vista. Siempre es recomendable utilizar métodos de barrera como el condón cuando haya intercambio sexual.
No tener relaciones sexuales es una manera de cuidar mi salud y evitar embarazos.			Es corecto. Si no tengo relaciones sexuales o decido postergar tenerlas hasta que tenga toda la información de las ventajas y desventajas de tenerlas, , aseguro conservar mi salud sexual y reproductiva.
Si no cuido mi salud, ¿es posible que cuando sea grande, tenga peligro de no poder tener hijos?			Es verdadero. Muchas veces a adultos se les dificulta tener hijos porque no cuidaron su salud sexual, tuvieron enfermedades y no se las trataron a tiempo causándoles esterilidad.
Parte de cuidar mi salud sexual y reproductiva incluye la visita al médico periódicamente.			Debe ser una regla de oro visitar al médico al menos una vez al año para que me evalúe completamente de pies a cabeza, incluyendo i salud sexual y reproductiva
Las personas adultas tienen el derecho de conocer todas mis intimidades.			Todas las personas tenemos derecho a la privacidad
Si un adolescente o una adolescente ya se ha desarrollado, puede embarazar a alguien o quedar embarazada.			Esto es correcto. Por eso es importante contar con la información y educación necesaria en salud sexual y reproductiva, que me indique los riesgos y ventajas que tengo si me embarazo o embarazo a alguien.
La violencia puede dañar mi salud sexual y reproductiva			Todo acto de violencia altera el cuerpo humano. Desde la integridad física y emocional, hasta mi salud sexual y reproductiva

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Contenidos

Prevención de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y el VIH/sida



### Objetivos didácticos

- Promover la comprensión acerca de los factores de riesgo y protectores con relación a las ITS, incluido el VIH/sida
- Facilitar el desarrollo de habilidades para el autocuidado de la salud y la prevención de enfermedades



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que como niño o niña, tiene el derecho a una vida saludable, y la responsabilidad del autocuidado de su salud
- Reconoce situaciones que ponen en riesgo su salud, y como evitarlas, en particular las ITS, incluido el VIH



### Duración

45 minutos



### Materiales

Presentación de Power Point, papelógrafos o copia de Hoja de Trabajo No. 8 con conceptos sobre ITS y VIH que deben ser unidos por los y las estudiantes de manera correcta



### Preparación

Al preparar esta actividad, tome en cuenta los conocimientos previos que tienen los niños y las niñas sobre las ITS y el VIH/sida, recibidos en las diferentes asignaturas, recordando que en muchos casos pueden manejar concepciones erróneas, debido a su corta edad y a informaciones poco confiables que con frecuencia reciben de sus pares o de los medios de comunicación.

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son aquellas que se transmiten principalmente por contacto sexual. Algunas pueden transmitirse también a través del uso de jeringuillas contaminadas y otros instrumentos punzocortantes contaminados o del contacto piel a piel. Además, si una embarazada es portadora de ITS, puede contagiar a su bebé durante el embarazo, el parto o el amamantamiento.

El VIH es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana, que invade las células de defensa del organismo y las destruye progresivamente. La infección por VIH llega a la etapa llamada sida (Síndrome de Inmunodeficiencia Humana) cuando las defensas están muy debilitadas y no pueden proteger al organismo en forma adecuada. Aparecen entonces enfermedades llamadas “oportunistas”, que pueden conducir a la muerte.

Al trabajar con niños y niñas de 3ro y 4to grado,

es importante transmitir mensajes claros sobre las vías de transmisión y los comportamientos protectores, con el propósito de ir fortaleciendo gradualmente la percepción del riesgo. Es importante que sepan cómo se transmiten y cómo no se transmiten estas enfermedades, y las principales medidas de prevención.

Recuerde que para este grupo etario no se abordarán en particular las diferentes ITS, solamente el VIH/sida, pero es importante que Ud. tenga la información en caso de que surjan preguntas e inquietudes.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva) y la bibliografía recomendada, así como las Hojas Informativas No. 2, 3 y 4 para Docentes, que aparecen en la sección de Anexos e incluyen lo relativo al VIH/sida y las ITS.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
  - Ejercicio “Encuentra la pareja”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “La pelota preguntona”



### Presentación

1. Inicie la actividad con una exposición dialogada del tema, señalando que hay enfermedades relacionadas con la sexualidad que se transmiten de una persona enferma a una persona sana. Pero en ocasiones, la persona enferma no muestra síntomas de enfermedad o infección. Ni en su cara, ni en los signos de su cuerpo, mucho menos en sus genitales. Esto es porque muchas veces los signos de enfermedad son únicamente

visibles con exámenes de laboratorio especiales.

- ¿Qué podemos hacer para prevenir y no exponernos a estas enfermedades?
- ¿Cómo podemos conocer más sobre la forma en que se transmiten y cómo se previenen?

La respuesta en común es: informarse y poner en práctica las medidas para prevenirlos, en correspondencia con nuestra edad

2. He aquí algunos conceptos rápidos antes de iniciar con la actividad:

#### A. ¿Qué es el VIH?

El VIH es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana. Todos los virus son gérmenes que sólo pueden multiplicarse al introducirse en las células. El VIH tiene la particularidad de invadir las células de defensa del organismo, destruyéndolas progresivamente.

#### B. ¿Cómo sabemos si una persona se infectó con el VIH?

Únicamente a través de una prueba de sangre para ver si la persona tiene o no el virus.

#### C. ¿Es lo mismo vivir con VIH que tener Sida?

No es lo mismo. El hecho de que una persona esté infectada por el VIH no quiere decir que tenga Sida, pero sí indica que puede transmitir la infección a otras personas, si no se toman las precauciones necesarias.

#### D. ¿En qué fluidos del organismo se encuentra el VIH?

Sólo en los siguientes fluidos corporales existe concentración de VIH suficiente como para producir la transmisión: sangre, semen y líquido pre-seminal, secreciones vaginales y leche materna.

#### E. ¿Cómo se transmite el VIH?

El virus se transmite por tres vías comprobadas:

**Transmisión sexual:** las relaciones sexuales sin protección, es decir, sin el uso de preservativo.

**Transmisión por vía sanguínea:** intercambio de sangre

**Transmisión perinatal:** de una mujer embarazada que vive con VIH a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.

#### F. ¿Cómo prevenir la infección del VIH/sida?

- Por la vía de transmisión sexual: posponer las relaciones sexuales hasta etapas posteriores de la vida. En el caso de las personas que tienen relaciones sexuales, deben utilizar el preservativo para protegerse, evitar el cambio de pareja y mantenerse fiel a la misma pareja.
- Por la vía de transmisión sanguínea: no recibir transfusiones sanguíneas, no utilizar agujas desechables y otros instrumentos cortantes, como agujas para tatuajes y piercing.
- Por la vía perinatal (de la madre al hijo/hija): es importante que las mujeres embarazadas se hagan la prueba para saber si están o no infectadas. Existen tratamientos para el cuidado de la madre y que no se lo transmita al bebé.

#### G. ¿Cómo se previenen las ITS?

Absteniéndose de las relaciones sexuales o postergándolas hasta edades en que exista la madurez y a responsabilidad requeridas. En el caso de las personas que tienen relaciones sexuales, deben protegerse con el preservativo o mantener relaciones exclusivas con su pareja.

Frases para armar (la clave de respuestas es para uso de docentes):

- El VIH es una Infección causada por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana
- Las ITS son las siglas de Infecciones de Transmisión Sexual
- El VIH es capaz de atacar el sistema de defensa del cuerpo
- Las relaciones sexuales sin protección pueden causar riesgo de ITS
- El preservativo puede prevenir una ITS o el VIH
- Una vía efectiva para prevenir el VIH es abstenerse de las relaciones sexuales
- El Sida es la etapa avanzada de infección por VIH
- La infección con una ITS o el VIH puede afectar la salud sexual y reproductiva
- Abrazar, besar o compartir con una persona con VIH/sida, no implica riesgo de infección
- El uso de drogas y alcohol aumentan el riesgo de infección con una ITS
- El virus de VIH se transmite a través de la sangre, semen, secreción vaginal o leche materna
- En Panamá, el grupo más afectado por VIH/sida está entre los 20 a 24 años de edad



### Desarrollo

1. Solicite 24 voluntarios o voluntarias que deseen participar en el ejercicio titulado “Encuentra la pareja”. Al final todos tendrán participación, pues podrán colaborar con sus opiniones y experiencias, pero en esta primera parte, el resto del grupo permanecerá sentado en sus puestos, observando.
2. Entregue a los y las participantes una ficha con la mitad de una frase (Hoja de Trabajo No. 8). La tarea es encontrar, en tan sólo 3 minutos, a la pareja que contenga la otra mitad de la frase que defina algún concepto sobre ITS, VIH y sida. Ver.
3. Una vez encontradas las parejas, pedirles que hagan una fila de pares y pasarán a leer la frase completa. El resto del salón dirá si está de acuerdo o en desacuerdo y Ud. confirmará si la respuesta es correcta.



### Cierre y evaluación

1. Enfatizar en las principales ideas clave:
  - Las ITS son enfermedades causadas por virus y bacterias. No siempre se pueden curar pero si se pueden tratar los síntomas. Si no se trata médicamente a tiempo, pueden causar enfermedades crónicas e incluso hasta la muerte.
  - El VIH se transmite únicamente por tres vías: relaciones sexuales, uso de instrumentos punzantes o cortantes que hayan estado en contacto con la sangre de una persona infectada, o de la madre a su bebé durante el embarazo, el parto o cuando da de mamar.
  - El VIH no se transmite a través de:

- Estornudos, tos, sudor, lágrimas
- Abrazos o saludos con las manos
- Mosquitos u otros insectos
- Compartir vasos, cubiertos, ropa
- Compartir el baño, la piscina, dormir en la misma cama
- Las personas que se infectan de una ITS o el VIH deben ser tratadas con respeto y recibir el apoyo y la atención médica que merecen. No se les debe juzgar, discriminar ni maltratar porque tienen los mismos derechos de todas las personas.

2. Pregunte al grupo lo siguiente:

- ¿Qué aprendimos hoy?
- ¿Conocíamos esta información de manera correcta?
- ¿Ahora que sabemos, qué vamos a hacer con esta información? ¿La podemos aplicar a nuestras vidas?

3. Cierre con una dinámica vivencial: “La pelota preguntona”. Se forma un círculo y en la medida en que se lanza la pelota, el niño o niña que la recibe expresa cómo se ha sentido participando en el taller.

4. Invite a los niños y niñas que conversen en sus hogares con sus padres y demás familiares, sobre lo aprendido en clase el día de hoy.



## Recursos

Ministerio de Educación de Argentina (2010). Educación sexual integral para la educación primaria: contenidos y propuestas para el aula.

Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos.

## Hoja de Trabajo No. 5 para estudiantes de 3ro-4to grado

### Taller No. 12: “Quiero saber”

#### Frases para armar

1. El VIH es una Infección	una ITS o el VIH
2. Las ITS son las siglas de las	pueden causar riesgo de ITS
3. El VIH es capaz de	el riesgo de infección con una ITS
4. Las relaciones sexuales sin protección	Infecciones de Transmisión Sexual
5. El preservativo puede prevenir	causada por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana
6. Una vía efectiva para prevenir el VIH	puede afectar la salud sexual y reproductiva
7. El Sida es	está entre los 20 a 24 años de edad
8. La infección con una ITS o el VIH	es abstenerse de las relaciones sexuales
9. Abrazar, besar o compartir con	a través de la sangre, semen, secreción vaginal o leche materna
10. El uso de drogas y alcohol aumentan	atacar el sistema de defensa del cuerpo
11. El virus de VIH se transmite	una persona con VIH/sida, no implica riesgo de infección
12. En Panamá, el grupo por edad más afectado por VIH/sida	la etapa avanzada de la infección por el VIH

BORRADOR

BORRADOR






## 4.2 Talleres y orientaciones para 5to y 6to grado



### Cuadro No. 13.

#### Talleres de EIS para 5to y 6to grado

Título	Eje Temático	 <b>Contenidos</b>	
Sigo construyendo mi futuro	Sexualidad, Derechos y Ciudadanía	Derechos humanos y proyecto de vida	
Comprendiendo mi sexualidad	Sexualidad y Género	Comprensión de la sexualidad como dimensión de la vida	
Mi vida libre de violencia	Sexualidad y Género	Prevención de la violencia de género	
Mi primer amor	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Enamoramiento y relaciones amorosas	
¿Cómo me comunico?	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Comunicación asertiva	
Juntos y juntas es mejor	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Diferentes tipos de relaciones humanas	

 <b>Objetivos didácticos</b>	 <b>Objetivos de aprendizaje</b>
<p>Fortalecer la apropiación de habilidades para continuar construyendo un proyecto de vida sustentado en elevados valores universales y nacionales</p>	<p>Comprende la responsabilidad que conllevan sus decisiones hacia el logro de las metas propuestas</p> <p>Reflexiona sobre logros obtenidos y los pasos que faltan para seguir avanzando hacia un futuro exitoso</p>
<p>Promover la apropiación de un enfoque positivo y basado en derechos sobre la sexualidad humana y los factores que favorecen el ejercicio de una sexualidad sana y responsable</p>	<p>Comprende que la sexualidad es una dimensión del ser humano que integra componentes biológicos, psicológicos y sociales</p> <p>Reconoce los aspectos que favorecen una sexualidad sana y responsable</p>
<p>Sensibilizar sobre lo que es la violencia de género y cuáles son las condiciones que la fomentan</p> <p>Fortalecer el desarrollo de habilidades para protegerse de la violencia y buscar apoyo en personas de confianza</p>	<p>Reconoce situaciones de riesgo con relación a la violencia y la violencia de género, y comportamientos protectores para prevenirlas y buscar apoyo</p>
<p>Promover la reflexión acerca de los factores que ayudan a construir relaciones respetuosas en el contexto del enamoramiento y el amor</p>	<p>Comprende la importancia de expresar asertivamente los sentimientos y de respetar los sentimientos de las demás personas</p>
<p>Promover la comprensión sobre diferentes estilos de comunicación y la importancia de formular respuestas asertivas</p> <p>Facilitar el desarrollo de habilidades para comunicarse asertivamente en diferentes situaciones de la vida cotidiana</p>	<p>Se expresa de manera efectiva y respetuosa, utilizando las herramientas aprendidas para una comunicación asertiva</p>
<p>Promover el desarrollo de habilidades para manejar las relaciones interpersonales y solucionar los conflictos de forma pacífica y respetuosa</p>	<p>Expresa sus sentimientos, deseos y demandas de forma respetuosa y comprende los sentimientos de los demás</p> <p>Soluciona conflictos interpersonales respetando los derechos humanos</p>

Título	Eje Temático	 <b>Contenidos</b>	
¿Te lo puedo decir?	Relaciones Interpersonales y Comunicación	Factores de riesgo y factores protectores en el manejo de Internet y las redes sociales	
Hablemos de nosotros y nosotras	Desarrollo de la Sexualidad	Anatomía y Fisiología sexual y reproductiva	
¿Mito o realidad?	Desarrollo de la Sexualidad	Cambios biológicos, psicológicos y sociales en la pubertad	
Ser madre, ser padre	Salud Sexual y Reproductiva	Maternidad y paternidad responsables. Importancia de la planificación familiar	
¿Y si me embarazo?	Salud Sexual y Reproductiva	Prevención del embarazo en la adolescencia	
¿Qué sabes sobre las ITS y el VIH/sida?	Salud Sexual y Reproductiva	Prevención de ITS y el VIH/sida	

 <b>Objetivos didácticos</b>	 <b>Objetivos de aprendizaje</b>
<p>Fortalecer el desarrollo de habilidades para valorar críticamente los mensajes sobre la sexualidad transmitidos a través de Internet y las redes sociales y manejar los peligros y amenazas</p>	<p>Utiliza su pensamiento crítico para analizar la información que se transmite a través de Internet y las redes sociales</p> <p>Reconoce los riesgos en Internet y las redes sociales, y cómo prevenirlos</p>
<p>Profundizar en los cambios que experimentan los niños y las niñas en la pubertad</p> <p>Fortalecer la autoestima y la autoconfianza a través del conocimiento y valoración del cuerpo y el desarrollo de su sexualidad</p>	<p>Acepta y valora positivamente su propio cuerpo y los cambios que ocurren en esta etapa</p> <p>Analiza y aclara falsas concepciones sobre el desarrollo de la sexualidad en la pubertad</p>
<p>Reforzar los conocimientos acerca de los cambios físicos en la pubertad</p> <p>Promover la reflexión sobre diferentes mitos y falsas concepciones acerca de la sexualidad en esta etapa, facilitando información científica al respecto</p>	<p>Reconoce los principales cambios corporales de niños y niñas durante la pubertad</p> <p>Analiza y aclara falsas concepciones sobre el desarrollo de la sexualidad en la pubertad</p>
<p>Promover la reflexión sobre las condiciones requeridas para ser madre o padre y constituir una familia</p> <p>Fortalecer la comprensión de la planificación de la familia en el marco del proyecto de vida</p>	<p>Valora la importancia de la maternidad y la paternidad responsables</p> <p>Reconoce que la planificación de la familia es parte de su proyecto de vida hacia el futuro</p>
<p>Promover la reflexión sobre las consecuencias del embarazo adolescente</p> <p>Facilitar el desarrollo de habilidades para la prevención del embarazo adolescente</p>	<p>Reflexiona acerca de las consecuencias biológicas, psicológicas y sociales del embarazo en la adolescencia</p> <p>Comprende la importancia de tomar decisiones responsables para prevenir el embarazo en la adolescencia</p>
<p>Promover la comprensión de los factores de riesgo y factores protectores relacionados con el inicio precoz de las relaciones sexuales</p> <p>Facilitar la formación de habilidades para tomar decisiones responsables y prevenir los riesgos de la sexualidad, en particular las ITS y el VIH/sida</p>	<p>Comprende la responsabilidad de decidir el inicio o no de sus relaciones sexuales</p> <p>Reconoce cómo prevenir una ITS o el VIH</p> <p>Respeta los derechos de las personas afectadas por una ITS o por el VIH/sida, entendiendo claramente los conceptos de estigma y discriminación</p>

## “Sigo construyendo mi futuro”

### Eje Temático

Sexualidad, Derechos y Ciudadanía



### Contenidos

Derechos humanos y proyecto de vida



### Objetivo didáctico

Fortalecer habilidades para continuar construyendo un proyecto de vida sustentado en elevados valores universales



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende la responsabilidad que conllevan sus decisiones hacia el logro de las metas propuestas.
- Reflexiona sobre logros obtenidos y los pasos que faltan para seguir avanzando hacia un futuro exitoso.



### Duración

35-40 minutos



### Materiales

Hojas blancas, lápices y marcadores, Hoja de Trabajo No. 1 con las historias para dramatizar.



### Preparación

En las actividades desarrolladas en los grados anteriores (1ro a 4to), se trabajó con los niños y niñas para que comenzaran a delinear un proyecto de vida, planteándose sueños hacia el futuro, y se reflexionó en ese entonces que el formular un proyecto de vida viene a ser un factor protector ante los riesgos de la sexualidad, del embarazo adolescente, de la violencia de género, la deserción escolar, entre otros aspectos; y la importancia de comenzar a sentar las bases desde la infancia.

El/la docente deberá orientar al niño y la niña a continuar formulando su proyecto de vida, planteándose metas a corto, mediano y largo plazo.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.1 (Sexualidad, Derechos y Ciudadanía), donde se incluye un acápite sobre “Proyecto de vida”, así como la bibliografía recomendada.

Imprima y recorte las historias que aparecen en la Hoja de Trabajo No. 1.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Avances en mi proyecto de vida”
2. Desarrollo
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “¿Qué tengo en mi mochila?”



## Presentación

1. Presente en la pizarra un resumen de las características más comunes del trabajo realizado el año anterior. En caso que no se recupere esta información, colocar características que comúnmente tienen los niños a esa edad (por ejemplo: soy alto o alta, inteligente, ágil, buen hijo o hija, etc.) y el listado de metas/profesiones más comunes que concluyeron en aquella actividad (por ejemplo: médico, abogado o abogada, docente, enfermera, científico o científica, artista, etc.). Estas características deben ir en el peldaño de una escalera, tal como las instrucciones entregadas a los estudiantes del año anterior.
2. Solicite al grupo que vayan pensando de manera individual sobre los “Avances en mi proyecto de vida” obtenidos a lo largo del último año en lograr sus metas y a su vez, que personalicen en sus hojas en blanco, nuevamente las características que ellos tenían hace un año atrás (colocarlas en la base de la escalera) y las metas que quieren lograr en el futuro (carrera, hogar, bienes materiales, logros personales) al final de la escalera.
3. Nos enfocaremos en ir construyendo las características que hemos adquirido o deseamos obtener para ir rellenando los peldaños intermedios.



## Desarrollo

1. Invite al grupo a participar en un ejercicio de reflexión acerca de diferentes “Historias de vida” donde vamos a analizar cómo pueden los niños y las niñas evitar los factores que pueden afectar sus proyectos de vida. Divida al grupo en 4 equipos y entréguele a cada grupo un juego de roles para que dramatizen. Tendrán 10 minutos para que en discusión grupal, elijan el personaje y qué final le darán a la historia.
2. Luego, que cada equipo presente su dramatización en 5 minutos. Posterior a la presentación, la reflexión y el intercambio, estas preguntas y respuestas deben ir dirigidas al grupo que colaboró en el desarrollo de la dramatización.

**Historia de Carmen 1:** Es una niña de 12 años tímida y un poco distraída. Se ha aumentado de peso en el último año porque no hace ejercicios al aire libre. Su tía materna, Sharon, quien vive en casa con su mamá y hermanita, es su adulta preferida. Con ella comparte muchos cuentos, sueños y le confía sus secretos. Su tía Sharon es laboratorista y trabaja en el Instituto Gorgas de Estudios para la Salud. Carmen quiere ser una científica cuando sea grande para ayudar a que en Panamá se realicen descubrimientos importantes que ayuden con el cuidado de la salud y el medio ambiente. En la escuela de Carmen, hay un niño que le atrae y admira mucho y piensa que cuando crezca quisiera casarse con alguien así, guapo e inteligente.

- **El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Carmen no pasa en el año escolar y sale de la escuela.**

**Historia de Carmen 2:** Es una niña de 12 años quien se reconoce tímida, un poco distraída. Se ha aumentado de peso en el último año porque no hace ejercicios al aire libre. Su adulta preferida es su tía materna, Sharon, quien vive en casa con su mamá y hermanita. Con ella comparte muchos cuentos, sueños y le confía sus secretos. Su tía Sharon es laboratorista y trabaja en el Instituto Gorgas de Estudios para la Salud. Carmen quiere ser una científica cuando sea grande para ayudar a que en Panamá se realicen descubrimientos importantes que ayuden con el cuidado de la salud y el medio ambiente. En la escuela de

Carmen, hay un niño que le atrae y admira mucho y piensa que cuando crezca quisiera casarse con alguien así, guapo e inteligente.

- **El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Carmen se gradúa y pasa a 7° grado.**

**Historia de Miguel 1:** Es un adolescente de 12 años. Vive con su abuela que es una señora enferma pero muy cariñosa. A veces Miguel debe acompañarla a sus citas médicas y llega tarde a clases. Miguel es muy fuerte y decidido. Quiere ser mecánico cuando sea grande, para reparar equipo pesado y crear su propia compañía. Hay un “pelao” del barrio que lo visita a veces, “el flaco”. El flaco no es muy buena influencia para Miguel ya que siempre le insiste en que falte a clases, que eso le hace perder el tiempo y pudiera ganarse un dinerito si trabaja con él. Pero Miguel no se convence.

- **El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Miguel decide escuchar al “flaco” y se inicia en una pandilla.**

**Historia de Miguel 2:** Es un adolescente de 12 años. Vive con su abuela que es una señora enferma pero muy cariñosa. A veces Miguel debe acompañarla a sus citas médicas y llega tarde a clases. Miguel es muy fuerte y decidido. Quiere ser mecánico cuando sea grande, para reparar equipo pesado y crear su propia compañía. Hay un “pelao” del barrio que lo visita a veces, “el flaco”. El flaco no es muy buena influencia para Miguel ya que siempre le insiste en que falte a clases, que eso le hace perder el tiempo y pudiera ganarse un dinerito si trabaja con él. Pero Miguel no se convence.

- **El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Miguel se compromete con su abuela para finalizar su 6° grado.**

3. Preguntas generadoras para la reflexión de los casos de Carmen y Miguel:

- ¿Qué características creen ustedes que tenía Carmen en su escalera? ¿Qué quería ser al crecer? ¿Qué sucedió entonces con Carmen? ¿Por qué piensan que pasó así?
- ¿Qué características tenía Miguel en su escalera? ¿Qué quería ser Miguel

al crecer? ¿Qué sucedió entonces con Miguel? ¿Por qué piensan que pasó así?

- ¿Qué decisiones tomaron que les hicieron alejarse o lograr sus metas?
- ¿Qué sucede si nuestras decisiones estás equivocada? ¿Quién nos puede guiar?
- ¿Es posible tomar mejores decisiones y empezar de nuevo?
- ¿Cuáles son las consecuencias?

4. Posterior a estos análisis, motive al grupo a la reflexión individual, revisando las siguientes preguntas, que les ayude a analizar las características que necesitan para el avance en su escalera del éxito:

- ¿Qué experiencias han tenido Uds. en el último año, que les ha ayudado a avanzar?
- ¿Qué acciones han ido realizando para el logro de sus metas?
- ¿Han encontrado problemas en el camino? ¿Cuáles? (cada uno analiza de manera individual. Se solicitan voluntarios si quieren compartir)
- ¿Ha sido fácil o difícil?
- ¿Qué influencia han tenido los adultos que me rodean en el logro de mis metas?
- ¿Me creo capaz de lograrlo?
- ¿Cómo se relacionan mis metas futuras con mis derechos y deberes?

5. Al final de la actividad, puede reforzar el tema de los derechos de la infancia, según la Convención sobre los Derechos del Niño.





## Cierre y evaluación

1. Puntualice los aspectos fundamentales abordados en la sesión a través de las siguientes ideas clave:
  - Parte de lo que me va a ayudar a seguir adelante para cumplir mis sueños o metas, tiene que ver con las personas que me rodean y con mis valores y mis derechos y deberes (igualdad, no discriminación, respeto, protección, educación, salud, familia y afecto, entre otros).
  - Para lograr lo que deseo ser, debo ponerme metas en cada una de las etapas de mi vida. Metas semanales, mensuales, bimestrales, anuales.
  - Los problemas no serán un obstáculo para cumplir mis sueños. Más bien son una oportunidad para hacer un alto, buscar maneras de solucionarlos y aprender y seguir adelante. Todo está en mi actitud ante la situación o el problema que se me presenta.
  - Las personas adultas de mi red de confianza, me animan, me dan el ejemplo y el empujan a seguir adelante con mis sueños y metas, porque yo sí lo puedo lograr.
2. Promueva la reflexión del grupo con las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Por qué es importante lo aprendido?
  - ¿Cómo podemos ponerlo en práctica en nuestras vidas?
3. Para cerrar, realice una dinámica vivencial, “¿Qué tengo en mi mochila?”. Pídales que se imaginen que su mochila escolar está llena de sueños y planes futuros. Cada niño o niña compartirá con el grupo uno de esos sueños o planes que tiene en su mochila.
4. Invite a los y las estudiantes a que muestren sus planes de vida y lo discutan en casa con sus familias. De esta manera, las personas adultas de su confianza podrán apoyarles en la consecución de sus sueños.



## Recursos

Ministerio de Educación de Nicaragua (2003). Educación para la vida. Nociones introductorias sobre educación de la sexualidad para docentes de Preescolar, Primaria y Educación Media. Págs. 137-147.

Pick de Weiss, Susan y otros (1988). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes.

Guía Didáctica de educación en población. Panamá (1999) Págs. 36 y 37.

## Hoja de Trabajo No. 1 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 1: “Sigo construyendo mi futuro”

### Historias para dramatizar

**HISTORIA DE CARMEN 1:** Es una niña de 12 años, tímida y un poco distraída. Se ha aumentado de peso en el último año porque no hace ejercicios al aire libre. Su adulta preferida es su tía materna, Sharon, quien vive en casa con su mamá y hermanita. Con ella comparte muchos cuentos, sueños y le confía sus secretos. Su tía Sharon es laboratorista y trabaja en el Instituto Gorgas de Estudios para la Salud. Carmen quiere ser una científica cuando sea grande para ayudar a que en Panamá se realicen descubrimientos importantes que ayuden con el cuidado de la salud y el medio ambiente. En la escuela de Carmen, hay un niño que le atrae y admira mucho y piensa que cuando crezca quisiera casarse con alguien así, guapo e inteligente.

**El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Carmen no pasa en el año escolar y sale de la escuela.**

**HISTORIA DE CARMEN 2:** Es una niña de 12 años quien se reconoce tímida, un poco distraída. Se ha aumentado de peso en el último año porque no hace ejercicios al aire libre. Su adulta preferida es su tía materna, Sharon, quien vive en casa con su mamá y hermanita. Con ella comparte muchos cuentos, sueños y le confía sus secretos. Su tía Sharon es laboratorista y trabaja en el Instituto Gorgas de Estudios para la Salud. Carmen quiere ser una científica cuando sea grande para ayudar a que en Panamá se realicen descubrimientos importantes que ayuden con el cuidado de la salud y el medio ambiente. En la escuela de Carmen, hay un niño que le atrae y admira mucho y piensa que cuando crezca quisiera casarse con alguien así, guapo e inteligente.

**El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Carmen se gradúa y pasa a 7° grado.**

**HISTORIA DE MIGUEL 1:** Es un adolescente de 12 años. Vive con su abuela que es una señora enferma pero muy cariñosa. A veces Miguel debe acompañarla a sus citas médicas y llega tarde a clases. Miguel es muy fuerte y decidido. Quiere ser mecánico cuando sea grande, para reparar equipo pesado y crear su propia compañía. Hay un “pelao” del barrio que lo visita a veces, “el flaco”. El flaco no es muy buena influencia para Miguel ya que siempre le insiste en que falte a clases, que eso le hace perder el tiempo y pudiera ganarse un dinerito si trabaja con él. Pero Miguel no se convence.

**El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Miguel decide escuchar al “flaco” y se inicia en una pandilla.**

**HISTORIA DE MIGUEL 2:** Es un adolescente de 12 años. Vive con su abuela que es una señora enferma pero muy cariñosa. A veces Miguel debe acompañarla a sus citas médicas y llega tarde a clases. Miguel es muy fuerte y decidido. Quiere ser mecánico cuando sea grande, para reparar equipo pesado y crear su propia compañía. Hay un “pelao” del barrio que lo visita a veces, “el flaco”. El flaco no es muy buena influencia para Miguel ya que siempre le insiste en que falte a clases, que eso le hace perder el tiempo y pudiera ganarse un dinerito si trabaja con él. Pero Miguel no se convence.

**El equipo continúa la historia en base a los siguientes datos: Miguel se compromete con su abuela para finalizar su 6° grado.**

BORRADOR

BORRADOR

## “Comprendiendo mi sexualidad”

### Eje Temático

Sexualidad y Género



### Contenidos

Comprensión de la sexualidad como dimensión de la vida



### Objetivo didáctico

Promover un enfoque positivo y basado en derechos sobre la sexualidad humana y los factores que favorecen el ejercicio de una sexualidad sana y responsable



### Objetivos de aprendizaje

- Comprende que la sexualidad es una dimensión del ser humano que integra componentes biológicos, psicológicos y sociales entre otros.
- Reconoce los aspectos que favorecen una sexualidad sana y responsable.



### Duración

60 minutos



### Materiales

Papelógrafos, lápices y marcadores de colores, maskintape, cartel con los conceptos básicos sobre la sexualidad, cartel con el concepto de sexualidad sana y responsable



### Preparación

La **sexualidad** es una dimensión de la personalidad y de la vida humana, que se construye a partir de la interacción de factores biológicos, psicológicos, culturales, socioeconómicos, psicológicos, afectivos, éticos, religiosos y espirituales, entre otros, y se expresa en todo lo que las personas somos, sentimos, pensamos y hacemos.

La sexualidad se relaciona estrechamente con los conceptos de sexo (condición natural con la cual venimos al mundo todos los seres humanos, que alude a las diferencias biológicas entre hombre y mujeres, configuradas durante el período prenatal) y de **género** (construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer en cada contexto social).

Es importante contribuir a que los niños y niñas de este nivel, muchos de los cuales están iniciando la pubertad, se apropien de concepciones y actitudes positivas sobre la sexualidad, y

que tengan espacios para dialogar sobre estos temas de forma natural y sin prejuicios. En estas edades, los conceptos serán transmitidos con un lenguaje adecuado a su nivel de comprensión.

Consulte más a profundidad el tema que aparece en el Capítulo 2 (La sexualidad humana y su educación) y en la sección 3.2 (Sexualidad y Género) y en la bibliografía recomendada, y prepare los materiales necesarios para la actividad.



## Desarrollo

1. Presente la cartulina con los siguientes conceptos básicos sobre la sexualidad, que han sido adaptado a la edad:

- A. La sexualidad es un aspecto del ser humano que se expresa en todo lo que las personas somos, pensamos, sentimos y hacemos.
- B. La sexualidad se relaciona con:
  - a. Nuestro cuerpo
  - b. Nuestra salud, incluyendo la salud sexual y reproductiva
  - c. La forma en que nos vemos y nos sentimos como niños o como niñas
  - d. El modo en que nos comportamos como niños o como niñas
  - e. Nuestros valores, sentimientos, emociones y afectos
  - f. La forma en que nos relacionamos y comunicamos con las demás personas
- C. La sexualidad está presente en todas las etapas de la vida del ser humano

2. Después de dar un espacio para que niños y niñas comenten los aspectos presentados, aclarando cualquier duda, divida al grupo en equipos y oriénteles que en papelógrafo dividido en dos columnas, escriban en la 1ra "Lo bueno y valioso de la sexualidad", y en la 2da "Lo malo y riesgoso de la sexualidad".

3. Al concluir, cada grupo presenta y se debaten las ideas, puntualizando que la sexualidad puede ser fuente de bienestar, comunicación, afecto y alegría para las personas, pero también puede conducir a la infelicidad, la violencia, la pérdida de la salud y otros problemas. Todo depende de la información y educación que han recibido los niños, niñas y adolescentes para vivir y expresar su sexualidad de forma sana y responsable.

4. Manteniendo los mismos equipos, pídales que realicen un ejercicio de expresión creativa, representando gráficamente, lo que entienden como "Sexualidad sana y responsable" (puede ser un esquema o gráfico, un mapa, un dibujo, una figura etc.). Que cada grupo explique su dibujo y manifieste la discusión y análisis que les llevó a realizar esos esquemas o dibujos.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - "Lluvia de ideas sobre la sexualidad"
2. Desarrollo
  - "Lo bueno y lo malo"
  - Expresión creativa: "Sexualidad sana y responsable"
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - "Un sentimiento"



## Presentación

1. Haga una "lluvia de ideas" solicitando que cada niño o niña diga una palabra o frase breve que asocien con el término "sexualidad". Vaya anotando en un papelógrafo o en la pizarra. Es posible que en algunas de las respuestas del grupo se asocie la sexualidad con el sexo, los genitales, las relaciones sexuales o la reproducción. También pueden expresar actitudes negativas sobre la sexualidad como algo malo, sucio, prohibido o vergonzoso.
2. Es importante comentar al respecto que en esta sesión vamos a aprender que la sexualidad es una parte muy importante de la vida de las personas, que no se limita al sexo o a los genitales, y tiene que ver con la salud y el bienestar.



## Cierre y evaluación



## Recursos

1. Resuma las principales ideas clave abordadas en la sesión:
  - La sexualidad sana y responsable implica que las personas:
    - Tengan los conocimientos y las competencias para cuidar su sexualidad, y mantener estilos de vida saludables que favorezcan el bienestar físico, emocional y social con relación a las funciones sexuales y reproductivas
    - Puedan ejercer su sexualidad acorde a cada edad, sin sufrir desigualdades, discriminación o violencia
    - Tomen decisiones informadas y responsables atendiendo a los retos de cada etapa de la vida
    - Ejercen sus derechos, incluyendo los derechos sexuales y reproductivos según cada edad, respetando los derechos de las demás personas.
2. Promueva la reflexión del grupo en base a las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Los conceptos que aprendimos cambiaron las ideas que Uds. tenía sobre la sexualidad? ¿Por qué?
  - ¿Cómo creen que estos conocimientos pueden ser aplicados en su propia vida?
3. Cierre con una dinámica vivencial, pidiéndoles que expresen “Un sentimiento”, relacionado con el taller del día de hoy.
4. Ubique un buzón en el salón de clases para que los y las estudiantes coloquen por escrito sus preguntas, que serán respondidas en la próxima sesión. Asimismo, invite a niños y niñas a comentar en sus hogares lo que están aprendiendo y a dialogar al respecto con la familia.

Corona, Esther y Ortiz, Gema (2005) ¡Hablemos de educación y salud sexual! Manual para profesionales de la educación. Vol. 2: Herramientas educativas. Págs. 21-23

Ramos, Valeria (2011). XX Técnicas Grupales para el trabajo en sexualidad con Adolescentes y Jóvenes. Oficina de País del UNFPA/Uruguay.

## “Mi vida libre de violencia”

### Eje Temático

Sexualidad y Género



### Contenidos

Prevención de la violencia de género



### Objetivos didácticos

- Sensibilizar sobre lo que es la violencia de género y cuáles son las condiciones que la fomentan
- Fortalecer el desarrollo de habilidades para protegerse de la violencia y buscar apoyo en personas de confianza



### Objetivo de aprendizaje

Reconoce situaciones de riesgo con relación a la violencia y la violencia de género, y comportamientos protectores para prevenirlas y buscar apoyo



### Duración

60 minutos



### Materiales

Papelógrafos, marcadores de colores, maskintape, lápices de colores, Letreros con las frases: “De Acuerdo”, “En Desacuerdo” y “No sé”

frases pre-hechas (ver las frases en el desarrollo de esta actividad)



### Preparación

Al preparar esta actividad, tenga en cuenta que las normas culturales aprendidas de género (tales como que las mujeres sean dulces y sumisas, los hombres fuertes y rudos), afectan el bienestar de toda persona, incluida su salud sexual y el riesgo de ser víctima de actos de violencia o enfermedades como el VIH/sida. El origen de muchos comportamientos de los hombres, tales como la manera en que actúan en sus relaciones sexuales, en el cuidado (o no) de sus hijos, o si usan o no la violencia contra la mujer, está en la manera en que ellos fueron socializados. Estas brechas hay que hacerlas visibles y hacerlas desaparecer a través de políticas públicas intervenciones sociales y educativas orientadas a promover el empoderamiento de las niñas y mujeres y facilitar el ejercicio de sus derechos en condiciones de igualdad.

Ayudamos a comprender un poco el tema a trabajar en esta actividad, aclarando los siguientes conceptos:

**Género:** es una construcción sociocultural, que define cuáles son las cualidades, atributos y modos de comportamiento estipulados para el hombre y para la mujer



La Violencia de género: es un tipo de **violencia** física o psicológica ejercida contra cualquier persona sobre la base de su sexo o **género** que impacta de manera negativa su identidad y bienestar social, físico o psicológico.

Trabajar por la igualdad de género y la erradicación de la violencia es un imperativo moral y un factor clave para fortalecer a las familias, comunidades y las sociedades. Es vital aumentar el nivel de conciencia de niños, niñas y adolescentes sobre temas de género, debido a que las intervenciones durante este período de formación pueden alterar dramáticamente los resultados posteriores en la sus vidas.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.2 (Sexualidad, y Género), así como la bibliografía recomendada. Es importante también que revise la Ley N° 27 del 16 de junio de 1995 (que tipifica los delitos de violencia intrafamiliar y maltrato de menores) y la Ley 82 del 24 de octubre de 2013 (que tipifica el femicidio y la violencia contra la mujer).



## Presentación

1. Inicie la actividad comentando que la desigualdad es un factor clave que fomenta la violencia, y que se ha demostrado que la violencia contra los niños y las niñas se produce en todos los países del mundo, en todas las culturas y grupos étnicos, en las familias con altos y bajos niveles de educación, en las familias ricas y en las pobres.
2. Muchos países, entre éstos Panamá, están trabajando para proteger de la violencia a los niños, niñas y personas de todas las edades, pero muchas veces gran parte de los casos de violencia permanecen ocultos debido a diferentes razones, como por ejemplo:
  - Con frecuencia los niños, y niñas sienten miedo de denunciar la violencia, especialmente si la persona que los ha lastimado es alguien conocido y creen que puede lastimarlos nuevamente.
  - A veces se acepta la violencia como una forma 'normal' de resolver los problemas, sobre todo en el hogar.
  - En otros casos pueden temer que si otras personas llegan a enterarse de esta situación, los culpen y aíslen.
3. Con la actividad de hoy, buscamos entender de qué forma podemos reconocer las formas de la violencia de género y contribuir a prevenirla en nuestro entorno.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - Reflexiones iniciales sobre el tema
2. Desarrollo
  - Expresión gráfica: "Qué entendemos por violencia"
  - Ejercicio: "De acuerdo... en desacuerdo"
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - "Un abrazo"



## Desarrollo

1. Para comenzar, realice un ejercicio de expresión gráfica: “Qué entendemos por violencia”. Divida al grupo en equipos más pequeños de 4 o 5 estudiantes y entrégueles una hoja de papelógrafo, marcadores y lápices de colores. Cada equipo deberá representar en un dibujo, lo que entienden como “Violencia”.
2. Al acabar los dibujos, un niño o niña de cada equipo explicará lo que han dibujado; se discutirán estos aspectos, introduciendo y reforzando los siguientes conceptos claves, adaptados al nivel de comprensión del estudiantado:
3. La violencia de género se refiere a diferentes acciones y actos violentos practicados contra una persona en razón de su género, con el propósito de:
  - causar daño y sufrimiento físico, por ejemplo: golpes, empujones, heridas y lesiones, entre otras;
  - provocar daños emocionales y psicológicos, por ejemplo: gritos, amenazas, insultos y humillaciones;
  - vulnerar el derecho de niños, niñas y adolescentes a la integridad e intimidad de su cuerpo, por ejemplo: abuso sexual, relaciones sexuales forzadas, trata de personas con fines de explotación sexual, y el femicidio como la expresión más extrema de la violencia contra la mujer.
4. Existen varios tipos de violencia:
  - Violencia física: agresión al cuerpo
  - Violencia psicológica: cualquier conducta que causa daño emocional
  - Violencia económica: todo lo que afecte el uso, goce, disponibilidad o accesibilidad de recursos económicos
  - Violencia Sexual: violencia física o psicológica que vaya contra la integridad sexual de una persona
5. La violencia de género afecta tanto a las niñas y las mujeres como a los niños y los hombres.
6. Para realizar la segunda actividad, que ayudará a reforzar el concepto de violencia de género de una manera más práctica e interactiva, coloque los letreros que han sido previamente preparados (“De Acuerdo”, “En Desacuerdo” y “No Sé”) en la pared del aula (distanciados entre sí).
7. Oriente al grupo que se leerán unas frases que deben escuchar atentamente y de manera individual deberán decidir si están de acuerdo o no, o si no saben y colocarse debajo del letrero correspondiente.
8. Al leer cada frase, indique a niños y niñas que se sitúen debajo de los letreros según su opinión.
9. Pregunte al grupo que está “De Acuerdo”, las razones por las que se colocaron debajo de este letrero, y así sucesivamente con los que eligieron “En Desacuerdo”, o “No Sé”, motivando el debate y la reflexión.

**Ejemplos de Frases y sus respuestas para guía del docente:**

FRASE	Posible respuesta	Sustentación
Los castigos físicos, como bofetones y nalgadas, pueden usarse si ayudan a que los niños y las niñas se porten bien y hagan sus deberes		Nada justifica la agresión física de ningún niño o niña. Siempre se deben utilizar estrategias que no incluyan ningún tipo de violencia
Enviar a través de las redes sociales mensajes que ofenden o avergüenzan a las personas, es una forma de violencia.		Sí lo es. Las redes sociales deben ser utilizadas para el entretenimiento o aprendizaje, enviando mensajes positivos
Los niños y niñas deben tener una red de personas de confianza con quienes puedan conversar y pedir ayuda si se sienten amenazados.		Siempre será recomendable tener personas adultas de confianza que informarán, orientarán y ayudarán a los niños y niñas ante cualquier duda o situación
El abuso sexual contra niños y niñas siempre lo cometen adultos desconocidos.		En muchas ocasiones pueden ser adultos conocidos y hasta miembros de la familia o allegados
Los gritos, amenazas e insultos no dañan tanto a niños y niñas como los castigos físicos.		Son considerados tipo de violencia e igualmente causan daño emocional en las personas.
Los niños y niñas que son acosados por sus compañeros tienen que aprender a defenderse.		Deben alejarse de el/la acosador/a, denunciar el hecho y recurrir a su red de adultos de confianza para opciones de solución
Si una persona adulta toca las partes íntimas del cuerpo o de un niño o una niña, no se lo deben decir a nadie, porque es muy vergonzoso.		Deberán inmediatamente alejarse del adulto abusador. De ser posible decir no, denunciarlo y recurrir a su red de adultos de confianza
Los niños y niñas deben ayudarse entre sí cuando observan actos de violencia contra otros niños y niñas.		En efecto, el compañerismo es esencial ante estas situaciones y deberá denunciar lo que ha presenciado y ayudar al compañero o compañera
La prevención de la violencia es una responsabilidad exclusivamente de las personas adultas.		De todas las personas de cualquier edad
La violencia se justifica más en los varones que en las niñas, ya que ellos son violentos por naturaleza.		La violencia no se justifica para ninguna persona, independientemente de su sexo.

10. Durante el debate, guíe a los y las estudiantes a que argumenten sus puntos de vista en base a los derechos de la infancia (salud, igualdad y no discriminación, protección de la intimidad, protección contra abusos, trato negligente, explotación, entre otros).



## Cierre y evaluación

1. Para resumir, puntualice las siguientes ideas clave:
  - La violencia contra cualquier persona, nunca está bien, y no debe permitirse.
  - La violencia puede prevenirse.
  - Las personas adultas son responsables de garantizar el derecho de los niños, niñas y adolescentes a la protección frente a todas las formas de violencia.
  - Los niños, niñas y adolescentes también pueden y deben aprender a protegerse de la violencia y denunciarla
2. Realice las siguientes preguntas que traerán a reflexión a los y las participantes:
  - ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Podemos identificar los actos de violencia de género?
  - ¿Qué podemos hacer para que no haya violencia de género en nuestro entorno?
3. Invite al grupo a despedirse con “Un abrazo”, reforzando así las formas de relación afectuosas, pacíficas y no violentas entre los niños y las niñas.
4. Invite a niños y niñas a que conversen en casa con sus familias respecto al tema.



## Recursos

Adaptado de: UNICEF, Social Advocacy and Virtual Education Marketing, (2008). “Nuestro derecho a ser protegidos de la violencia: Actividades para aprender y actuar dirigidas a niños, niñas y adolescentes”. Lima, Perú.

Kwast, Elizabeth y Laws, Sophie (2007). Versión amigable del Estudio del Secretario General de las Naciones Unidas sobre la Violencia contra los Niños. Adaptada para niños, niñas y adolescentes.

Ley N° 27 del 16 de junio de 1995

BORRADOR

BORRADOR

# Taller

## 4

## “Mi primer amor”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Enamoramiento y relaciones amorosas



### Objetivo didáctico

Promover la reflexión acerca de los factores que ayudan a construir relaciones respetuosas en el contexto del enamoramiento y el amor



### Objetivo de aprendizaje

Comprende la importancia de expresar asertivamente los sentimientos y de respetar los sentimientos de las demás personas



### Duración

60 minutos



### Materiales

Carta “Mi primer amor”, papelógrafos pre-rotulados con recuadros, marcadores de colores y lápices de colores.



### Preparación

La afectividad, es un área fundamental del ser humano que involucra nuestra vida emocional, sentimientos, pensamientos, así como la relación con nosotros mismos y con los demás. En los últimos grados de la Educación Primaria, muchos niños y niñas ya han comenzado a experimentar los cambios biológicos, psicológicos y sociales que dan inicio a la adolescencia, y entre éstos, es usual observar los típicos “enamoramientos”. Es por ello importante prepararles para que construyan relaciones positivas, basadas en elevados valores y respetuosas de los derechos humanos.

Revisar los conceptos y orientaciones generales en la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación) y la sección 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad), así como la bibliografía recomendada.

Orientar a los niños y niñas al respecto para que sepan identificar esos sentimientos y cuenten con habilidades para manejarlos de manera adecuada.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - La carta: “Mi primer amor”
2. Desarrollo
  - “Dibujando historietas”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Te doy una sonrisa”



## Presentación

1. Introduzca la actividad entregando a cada niña o niño una copia de una carta titulada “Mi primer amor” y solicite a un/a estudiante lea la historia en voz alta de manera voluntaria (Ver boceto de historia abajo).

2. Posteriormente pregunte al grupo:

- ¿Cómo se siente la persona que escribió la carta?
- ¿Qué significa estar enamorado o enamorada?
- ¿Quién creen que escribió la carta: un niño o una niña?
- ¿Qué les hace pensar esto?

2. En la medida en que respondan, ir anotando en el pizarrón. Haga énfasis en las razones que les han llevado a pensar si es niño o niña quien escribió la carta. Debemos precisar que durante la pre adolescencia las personas pueden o no sentirse enamoradas de otras y que tanto mujeres como varones pueden vivir el enamoramiento de manera similar.

### Carta: “Mi primer Amor”:

“Hoy, en la clase de Ciencias Sociales, la maestra me pidió que me levantara para contestar una pregunta y no pude responder porque estuve toda la clase pensando en ti. Me puse como un tomate de la vergüenza cuando noté que me miraste en ese momento. Cómo quisiera decirte que me gustas y quiero pasar más tiempo contigo y encerrar nuestros nombres en un corazón rojo. Pero tú, ni cuenta te has dado de lo que siento por ti. ¿Cómo podré saber si tú sientes lo mismo que yo siento? ¿Cómo podré saber si te gusto? ¿Y si te confieso que me gustas? ¿Y si no te gusto, cómo hago?”





## Desarrollo

1. Divida al grupo en equipos más pequeños, para que imaginen y discutan, qué pasó después con el autor/a de la carta de amor, respondiendo las siguientes preguntas:
  - ¿Qué sucedió luego con el niño o niña que escribió la nota?
  - ¿Reveló sus sentimientos?
  - ¿Cómo creen que se sintió si sus sentimientos fueron correspondidos? ¿Y si no?
  - ¿Cómo se sintió si no reveló sus sentimientos?
2. Invite al grupo a realizar el ejercicio: “Dibujando historietas”. Se les pide que imaginen cómo finaliza la carta de amor, desarrollando una historieta. Entregue a cada equipo un papelógrafo ya pre-rotulados que contengan 4 recuadros y de un lado una nube y del otro, una burbuja.
3. Que definan en su historieta si el autor de la nota es niña o niño y elijan los nombres de los personajes
4. En los recuadros deben graficar una escena de la historieta
5. Coloquen los pensamientos del personaje en las nubes y los diálogos en la burbuja
6. Inventen un título para su historieta
7. Al finalizar, los equipos colocarán su papelógrafo con la historieta en la pared del salón y se dará un tiempo para que los demás compañeros puedan observar las historietas de cada grupo. Seguidamente se dialogará para traer a reflexión al grupo, con las siguientes preguntas:
  - ¿En las historietas, las niñas y niños expresaron su afecto de manera similar?
  - ¿Tenían las mismas dudas, preguntas y temores?
  - ¿En sus historietas, el amor fue correspondido?
  - ¿Cómo enfrentaron el sentimiento de rechazo?



## Cierre y evaluación

1. Finalice comentando las siguientes ideas clave:
  - A veces puede ocurrir que nuestros sentimientos no sean correspondidos y que aún cuando eso nos hace sentir mal, el malestar pasará con el tiempo y nos hará madurar.
  - No podemos obligar a nadie a corresponder a nuestros sentimientos y del mismo modo, nadie debe obligarnos a hacerlo.
  - Debemos respetar los sentimientos de las demás personas y viceversa, ellas deben respetar los nuestros.
2. Promueva la reflexión sobre lo aprendido, preguntando:
  - ¿Qué aprendimos en esta actividad?
  - ¿Nos resultó interesante? ¿Por qué?
  - ¿Cómo podemos aplicar lo aprendido en nuestra vida diaria?
3. Cierre el taller con la dinámica “Te doy una sonrisa”, solicitando a los niños y las niñas, en círculo, que regalen una sonrisa amistosa a sus pares.
4. Motive a los niños y niñas a dialogar con sus padres u otros adultos de su familia sobre cómo se enamoraron de sus parejas.



## Recursos

Adaptado de: Ministerio de Educación, República del Perú (2014). Guía de Educación Sexual Integral para docentes del nivel de educación primaria. Págs. 184-192.

## “¿Cómo me comunico?”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Comunicación Asertiva



### Objetivos didácticos

- Promover la comprensión sobre diferentes estilos de comunicación y la importancia de formular respuestas asertivas
- Facilitar el desarrollo de habilidades para comunicarse asertivamente en diferentes situaciones de la vida cotidiana



### Objetivo de aprendizaje

Se expresa de manera efectiva y respetuosa, utilizando las herramientas aprendidas para una comunicación asertiva



### Duración

60 minutos



### Materiales

Hojas de Trabajo No. 2 (Analizar Respuestas) y No. 3 (Autoevaluación), lápices



### Preparación

El saber expresarse, para ser comprendido y ser capaz de comprender lo que otras personas tratan de decirnos, son habilidades importantes, que contribuyen a desarrollar relaciones basadas en la comprensión, así como a solucionar conflictos de manera respetuosa y sin violencia.

Esta actividad ayudará a los niños y niñas a reflexionar sobre sus emociones y sentimientos al momento de comunicarse con otras personas, y reforzará su capacidad para una comunicación asertiva.

Revisemos los siguientes conceptos a ser trabajados en esta actividad:

**Comunicación Pasiva:** La comunicación pasiva se basa en conformidad y esperanzas de evitar la confrontación a toda costa. En este modo no hablamos mucho, pregunta incluso menos, y hacemos realmente muy poco.

**Comunicación Agresiva:** es contraria a la pasiva. Está dirigida a un objetivo, pero impone la propia voluntad en forma agresiva, genera tensiones innecesarias y malestar en los vínculos, es los cuales la competencia y la lucha por el poder suelen desplazar a la cooperación y el afecto. Se basa en la creencia de que nuestras necesidades y deseos están por encima de las de otros, por lo

que se defienden de manera impositiva, incluso si eso suponer transgredir normas éticas y vulnerar los derechos de los demás.

**Comunicación Asertiva:** es una habilidad social mediante la cual manifestamos de forma directa, clara y firme lo que sentimos, pensamos, deseamos o proponemos, haciéndolo con respeto, sin ofender, agredir o humillar a las personas con las que dialogamos.

Complemente con los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación), así como la bibliografía recomendada, en particular las actividades de “Un solo currículo”.

Prepare de antemano las dos hojas de trabajo (“Analizar estas respuestas” y “Autoevaluación”).

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - Exposición dialogada de conceptos y ejemplos
2. Desarrollo
  - Ejercicio de “Análisis de estilos comunicativos”
  - Ejercicio individual: “Autoevaluación”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - En tres palabras”



### Presentación

1. Presente la actividad comentando que hoy aprenderemos sobre diferentes estilos de comunicación. Especialmente si nos sentimos incómodos en una situación, es posible que no nos comuniquemos de la forma en que queremos hacerlo para ser claros.
2. ¿Cuáles son las razones por las que nos resulta difícil expresar nuestros deseos y sentimientos de la mejor forma posible? Escriba

en la pizarra según los niños y niñas vayan respondiendo, por ejemplo: mis emociones, no sé expresar mis ideas claramente, tengo temor de que no me escuchen o que vaya a enojarme, etc.

3. Para comunicarnos de forma efectiva, es importante, en primer lugar, saber reconocer las diferencias entre la comunicación agresiva, pasiva y asertiva y que Uds. puedan valorar su propio estilo comunicativo para mejorarlo. Ejemplo de comunicación Agresiva: “Tú no eres bienvenido a este grupo”. Ejemplo de una respuesta Pasiva: “O.k, ya me voy”.....Ejemplo de Asertiva: “Yo pienso que eso que dices es tu manera de pensar y creo que tengo tanto derecho como tú para estar aquí”

- a. ¿Cuál piensan ustedes es la diferencia entre comunicar pasivamente y comunicar agresivamente? ¿Qué significa comunicación asertiva?

4. Puntualizar que comunicarse asertivamente consiste en:

- Expresar de forma clara, precisa, franca y sin rodeos, lo que se desea;
- Hablar en primera persona (“Yo”), para reafirmar las propias opiniones o sentimientos;
- Escuchar activamente y respetuosamente las opiniones de las demás personas;
- No criticar ni juzgar
- No agredir ni ofender (evitar la violencia verbal o no verbal)
- Usar un lenguaje corporal asertivo (mantener contacto visual, mover afirmativamente la cabeza, sonreír a la persona con la que se habla, etc.)
- Ponerse en el lugar de las otras personas para comprender sus puntos de vista;
- No imponer, sino persuadir y llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios.



## Desarrollo

1. Para aplicar los conceptos presentados, se hará el ejercicio de análisis de estilos comunicativos. Pida a niños y niñas que formen parejas y distribuya la hoja de trabajo “Analizar estas respuestas”. Cada pareja, debe leer la situación conflictiva que aparece en la columna izquierda y valorar si la respuesta es agresiva, pasiva o asertiva, marcando con una “X” en la columna correspondiente.
2. Solicite al grupo que comenten las respuestas, verifique si son correctas y estimule la reflexión sobre cómo se siente escuchar una respuesta agresiva o pasiva, en comparación con una asertiva.
3. En las 3 columnas de la derecha se incluye la clave de respuestas para uso exclusivo de docentes:

Analizar estas respuestas				
Conflicto	Respuesta	Agresiva	Pasiva	Asertiva
Pedro le pide a una chica que vaya al cine con él. Ella no desea hacerlo y le contesta:	1. Gracias, pero no quiero. Disculpa.			x
	2. Está bien...		x	
	3. Yo jamás saldría con alguien como tú. Aléjate de mí.	x		
Tony está molesto porque fue a una fiesta con Jackie y ella estuvo bailando con otro chico. Él dice:	4. Esa fue una fiesta aburrida.		x	
	5. Cuando bailabas con ese chico, pensé que no querías hacerlo conmigo. Eso me hace sentir mal.			x
	6. ¡Qué te has creído! ¿Cómo vas a bailar con otro tipo si fuiste a la fiesta conmigo?	x		
Carlitos le pide a Elena que le deje copiar su examen. Ella le responde:	7. Lo siento. No me parece correcto hacerlo			x
	8. Bueno...		x	
	9. ¡Eres tan bruto, ni siquiera puedes contestar un examen tan fácil!	x		
Jessica está molesta porque su amiga Mónica se ha estado burlando de ella, y le dice:	10. Mónica, me molestó que te estuvieras burlando de mí.			x
	11. Mónica, ¡tú eres la persona más tonta en el mundo y voy a contar cosas sobre ti!	x		
Cristina se ha comprado un vestido nuevo y se lo muestra a su amiga Erica. Ella le comenta:	12. ¿Estás loca con ponerte ese trapo? ¡Te va fatal!	x		
	13. Bueno, supongo que no está mal		x	
	14. Cristina, creo que ese vestido no va bien con tu figura. Si quieres te acompaño y vemos juntas otros modelos.			x

4. Para la siguiente actividad, distribuya la Hoja de Trabajo de “Autoevaluación” (previamente impresa) y pida al grupo que la contesten individualmente. Se les dice que una situación incómoda significa que en mí despertan sentimientos que no me hacen sentir bien, no me gusta, hay algo raro cuando estoy haciendo alguna interacción con la otra persona.
5. Una vez finalizada la autoevaluación, se les explica a los y las estudiantes que es personal y que servirá de guía para saber la actitud de ellos mismos y cómo prepararse para la socialización con esta persona que me hace sentir incómodo o incómoda. Es una manera de que vayan practicando la asertividad. Si el/la docente tiene tiempo, puede repasar las preguntas.

### AUTOEVALUACIÓN

¿Cómo me comunico cuando me siento incómodo o incómoda?

- (1) Cuando estoy en una situación incómoda con un niño, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (2) Cuando estoy en una situación incómoda con una niña, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (3) Cuando estoy en una situación incómoda con un hombre adulto, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (4) Cuando estoy en una situación incómoda con una mujer adulta, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (5) Cuando estoy en una situación incómoda con alguien a quien no veo como mi igual, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador  
☐ No puedo responder esto porque yo veo a todas las personas como mis iguales.
- (6) Para mí, expresar sentimientos de enojo es:  
☐ Bastante fácil (pero algunas veces respondo agresivamente)  
☐ Bastante fácil (y nunca respondo agresivamente o con violencia)  
☐ Ni fácil ni difícil  
☐ Algo difícil o muy difícil
- (7) Para mí, expresarme cuando me siento vulnerable o débil es:  
☐ Bastante fácil (pero algunas veces respondo agresivamente)  
☐ Bastante fácil (y nunca respondo agresivamente o con violencia)  
☐ Ni fácil ni difícil  
☐ Algo difícil o muy difícil



## Cierre y evaluación

1. Lleve al grupo a reflexionar con las siguientes ideas clave:
  - La comunicación es parte esencial de nuestro diario vivir. Facilita nuestra interacción con las personas que me rodean.
  - Hay que comprender muchas veces que las acciones y actúes de las demás personas, muchas veces está asociada a situaciones personales que no necesariamente la persona comparte.
  - La comunicación asertiva promueve una cultura de paz, armonía y facilita el trabajo en equipo y el logro de metas personales y grupales.
2. Motive a la reflexión sobre lo aprendido con las siguientes preguntas:
  - ¿Qué sucedería si todas las personas del mundo comprendieran la importancia que tiene la comunicación asertiva y la pusieran en práctica: ¿sería el mundo diferente?
3. Cierre la sesión con la dinámica “En tres palabras”, solicitando a los niños y niñas que expresen cómo se sintieron aprendiendo acerca de su propio estilo de comunicación.
4. Invite a niños y niñas a poner en práctica lo aprendido en el día de hoy y que lo conversen con sus familiares en el hogar.



## Recursos

Adaptado de: Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. Vol. 2. Pág. 107 a 110.

## Hoja de Trabajo No. 2 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 5: “¿Cómo me comunico?”

Analizar estas respuestas				
Conflicto	Respuesta	Agresiva	Pasiva	Asertiva
Pedro le pide a una chica que vaya al cine con él. Ella no desea hacerlo y le contesta:	1. Gracias, pero no quiero. Disculpa.			
	2. Está bien...			
	3. Yo jamás saldría con alguien como tú. Aléjate de mí.			
Tony está molesto porque fue a una fiesta con Jackie y ella estuvo bailando con otro chico. Él dice:	4. Esa fue una fiesta aburrida.			
	5. Cuando bailabas con ese chico, pensé que no querías hacerlo conmigo. Eso me hace sentir mal.			
	6. ¡Qué te has creído! ¿Cómo vas a bailar con otro tipo si fuiste a la fiesta conmigo?			
Carlitos le pide a Elena que le deje copiar su examen. Ella le responde:	7. Lo siento. No me parece correcto hacerlo			
	8. Bueno...			
	9. ¡Eres tan bruto, ni siquiera puedes contestar un examen tan fácil!			
Jessica está molesta porque su amiga Mónica se ha estado burlando de ella, y le dice:	10. Mónica, me molestó que te estuvieras burlando de mí.			
	11. Mónica, ¡tú eres la persona más tonta en el mundo y voy a contar cosas sobre ti!			
Cristina se ha comprado un vestido nuevo y se lo muestra a su amiga Erica. Ella le comenta:	12. ¿Estás loca con ponerte ese trapo? ¡Te va fatal!			
	13. Bueno, supongo que no está mal			
	14. Cristina, creo que ese vestido no va bien con tu figura. Si quieres te acompaño y vemos juntas otros modelos.			



## Hoja de Trabajo No. 3 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 5: “¿Cómo me comunico?”

#### AUTOEVALUACIÓN

¿Cómo me comunico cuando me siento incómodo o incómoda?

- (1) Cuando estoy en una situación incómoda con un niño, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (2) Cuando estoy en una situación incómoda con una niña, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (3) Cuando estoy en una situación incómoda con un hombre adulto, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (4) Cuando estoy en una situación incómoda con una mujer adulta, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador
- (5) Cuando estoy en una situación incómoda con alguien a quien no veo como mi igual, tiendo a ser:  
☐ Pasivo ☐ Asertivo ☐ Agresivo ☐ Indirecto o manipulador  
☐ No puedo responder esto porque yo veo a todas las personas como mis iguales.
- (6) Para mí, expresar sentimientos de enojo es:  
☐ Bastante fácil (pero algunas veces respondo agresivamente)  
☐ Bastante fácil (y nunca respondo agresivamente o con violencia)  
☐ Ni fácil ni difícil  
☐ Algo difícil o muy difícil
- (7) Para mí, expresarme cuando me siento vulnerable o débil es:  
☐ Bastante fácil (pero algunas veces respondo agresivamente)  
☐ Bastante fácil (y nunca respondo agresivamente o con violencia)  
☐ Ni fácil ni difícil  
☐ Algo difícil o muy difícil

# Taller

## 6

## “Juntos y juntas es mejor”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Diferentes tipos de relaciones humanas



### Objetivo didáctico

Promover el desarrollo de habilidades para establecer relaciones interpersonales y solucionar conflictos de forma pacífica y respetuosa



### Objetivos de aprendizaje

- Expresa sus sentimientos, deseos y demandas propias de forma respetuosa y comprende los sentimientos de los demás
- Soluciona conflictos interpersonales respetando los derechos humanos



### Duración

60 minutos



### Materiales

Papelógrafos, plastilina (masilla) de colores y marcadores permanentes



### Preparación

Las relaciones interpersonales de los niños y las niñas en diferentes ámbitos de la vida cotidiana son muy importantes para el desarrollo de sus formas de sentir, pensar y actuar en el presente y en el futuro.

Para la mayoría de las personas, los vínculos e interacciones humanas son fuente de alegría y felicidad, contribuyendo a la formación de personalidades sanas y realizadas. Pero también pueden menoscabar la capacidad del individuo para insertarse de forma activa en la sociedad y disfrutar de una vida plena, como sucede en el caso de las relaciones fundadas en la desigualdad, la discriminación, la violencia y el menosprecio de la dignidad humana. Muchos factores influyen fuertemente en las relaciones personales en cada etapa. Por ejemplo, las diferencias de poder entre las personas hacen que unas tomen la iniciativa y otras acaten las decisiones. Asimismo, los medios de comunicación y las personas del entorno pueden estimular relaciones violentas, competitivas y agresivas.

Por tanto, el respeto de los derechos humanos y de los valores universales inherentes a éstos, representa la piedra angular de la convivencia social.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación), así como la bibliografía recomendada. Se sugiere la lectura de “Un solo currículo”, que aportará información sobre estrategias para preparar estos temas.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - Exposición dialogada del tema
2. Desarrollo
  - Ejercicio de expresión creativa: “Ambiente ideal...ambiente no ideal”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Sin palabras”



## Presentación

1. Los seres humanos no somos “islas” y debemos siempre socializar e interactuar con las personas a nuestro alrededor, ya sean nuestros padres y madres, otros adultos mayores (abuelos, abuelas, tíos) en casa o hermanos mayores o menores; además de nuestro convivir día a día en la escuela y en la comunidad.
2. Esto puede hacer el logro de mi meta un tanto lento o difícil, ya que no todo depende únicamente de mí. Al interactuar con otras personas no siempre facilita el conseguir todo lo que yo quiero en ese momento y de la manera que yo quiera. Es ahí, donde debemos empezar a entender que la vida hay que compartirla con las personas de diferentes caracteres, temperamentos, situaciones, además de las reglas y normas pautadas y en tiempos establecidos en la sociedad y cultura en la que vivo.
3. Actividades como la que haremos a continuación, ayudan a ampliar mi concepto de cómo pongo de mi parte para conseguir una meta, coordinando con quienes tengo a mi alrededor, de manera amable, respetuosa y efectiva.



## Desarrollo

1. Se divide al grupo en equipos más pequeños (de 4 a 6), y a cada uno se entregan papelógrafos, marcadores y lápices de colores. Indíqueles que deben ponerse de acuerdo para representar, con los materiales entregados, una escena que ellos consideren un “AMBIENTE IDEAL”, donde haya buen trato, buenos modales, amabilidad, justicia y otras características o valores importantes que consideren. En otro papelógrafo, deben dibujar y colorear escenas de un “AMBIENTE NO IDEAL”, donde exista enemistad, presión de grupo, agresión y formas de violencia.
2. Una vez finalizada la tarea, pida a todos los grupos que se movilicen alrededor del salón, observando en silencio las obras y dibujos de los demás equipos.
3. Un niño o niña en representación de su equipo, explicará:
  - ¿Cómo se pusieron de acuerdo para realizar los dibujos? ¿Cómo distribuyeron las tareas? ¿Cómo aseguraron que todos y todas participaran?
  - ¿Hubo algún tipo de conflicto durante el ejercicio? ¿Cómo lo solucionaron?
  - ¿Qué significado tienen los dibujos realizados? ¿Cuáles son las características de un “AMBIENTE IDEAL” y de un “AMBIENTE NO IDEAL”?
4. En la medida en que los equipos presenten, vaya anotando en la pizarra los aspectos fundamentales en cuanto a: ponerse de acuerdo, solucionar conflictos, características de un “AMBIENTE IDEAL” y de un “AMBIENTE NO IDEAL”. Refuerce los puntos esenciales que deben quedar como resultado de este ejercicio, en particular la importancia del respeto de los derechos de las personas y la comunicación asertiva.



## Cierre y evaluación

1. Puntualice las siguientes ideas clave sobre los requisitos que debemos tener presente al establecer una relación y expresar nuestros sentimientos.
  - Expresar de forma clara, precisa, franca y sin rodeos, lo que se desea;
  - Hablar en primera persona (“Yo”), para reafirmar las propias opiniones o sentimientos;
  - Escuchar activamente y respetuosamente las opiniones de las demás personas;
  - No criticar ni juzgar
  - No agredir ni ofender (evitar la violencia verbal o no verbal)
  - Usar un lenguaje corporal asertivo (mantener contacto visual, mover afirmativamente la cabeza, sonreír a la persona con la que se habla, etc.)
  - Ponerse en el lugar de las otras personas para comprender sus puntos de vista;
  - No imponer, sino persuadir y llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios.
2. Estimule la reflexión grupal hecha en base a las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendimos hoy?
  - ¿Qué podemos hacer cuando no estamos de acuerdo con otras personas?
  - ¿Lo que aprendimos se puede aplicar a cualquier otro momento de nuestras vidas? ¿De qué manera?
3. Cierre con una dinámica vivencial, solicitando a los niños y las niñas que expresen “Sin palabras” cómo se sintieron participando en este taller.
4. Invite a los y las estudiantes a observar la interacción en sus hogares y que traigan como tarea sus anotaciones de posibles maneras de mejorar la comunicación e interrelación con las personas con las que conviven.



## Recursos

Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos.

## “¿Te lo puedo decir?”

### Eje Temático

Relaciones Interpersonales y Comunicación



### Contenidos

Factores de riesgo y factores protectores en el manejo de Internet y las redes sociales



### Objetivo didáctico

Fortalecer el desarrollo de habilidades para valorar críticamente los mensajes sobre la sexualidad transmitidos a través de Internet y las redes sociales, manejando los peligros y amenazas



### Objetivos de aprendizaje

- Utiliza su pensamiento crítico para analizar la información que se transmite a través de Internet y las redes sociales
- Reconoce los riesgos en Internet y las redes sociales, y cómo prevenirlos



### Duración

60 minutos



### Materiales

Papelógrafos, lápices y marcadores de colores, tijeras, Hojas de Trabajo No. 4 (“Peligros en el uso de Internet y las redes sociales” y No. 5 (“Consejos prácticos para niños y niñas”), pancarta (“Mis derechos y responsabilidades en Internet y las redes sociales”).



### Preparación

Durante las últimas décadas, el desarrollo vertiginoso de las nuevas tecnologías de información y comunicación (TIC) no sólo ha conmocionado los mecanismos de acceso al conocimiento, sino también las formas de relación y comunicación entre las personas de todas las edades.

Nuestra tarea al respecto consiste en enseñar a los niños y las niñas a utilizar responsablemente las TIC, en particular Internet, las redes sociales y los teléfonos celulares, así como para protegerse de los riesgos y amenazas y no dañar a otras personas, todo ello partiendo de un enfoque de derechos humanos.

El/la docente podrá leer en voz alta o presentar en power point, las definiciones que están en el cuadro a continuación, de manera que los y las estudiantes escuchen (quizás por primera vez) los términos a ser trabajados durante la actividad. (Ver hoja de trabajo)

Utilice los conceptos y orientaciones de la sección 3.3 (Relaciones Interpersonales y Comunicación), así como la bibliografía recomendada.

Prepare de antemano las Hojas de Trabajo y la pancarta en papelógrafo.

## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - Lluvia de ideas
2. Desarrollo
  - Ejercicio: “Peligros en Internet y las redes sociales”
  - “Consejos prácticos para niños y niñas”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “La pelota viajera”



### Presentación

1. Presente la actividad comentando que las tecnologías de información y comunicación (TIC) abren nuevas oportunidades a niños, niñas y adolescentes para establecer relaciones, comunicarse, conocer, aprender y divertirse.
2. Facilite una Lluvia de ideas sobre el tema, preguntando al grupo:
  - ¿Cuáles son los medios que más utilizan y los que más les gustan?
  - ¿Qué les gusta hacer a través de esos medios?
3. Ir anotando en el pizarrón o papelógrafo.
4. Sin embargo, Internet y las redes sociales también tienen peligros y riesgos. Pídales que comenten casos, anécdotas o ejemplos de situaciones peligrosas que hayan vivido o que conozcan a través de sus amigos, amigas y familiares. Anótelas también.
5. En esta actividad vamos a reflexionar acerca de esos riesgos y de las formas en que ustedes pueden protegerse.



## Desarrollo

1. Para realizar el ejercicio sobre **“Peligros en Internet y las redes sociales”**, divida al grupo en equipos más pequeños. Indique que cada equipo deben analizar las definiciones que aparecen en la columna de la derecha, y relacionarlas con los peligros numerados en la columna de la izquierda.
2. Reparta la Hoja de Trabajo No. 4 (una por equipo) e indícales que recorten las tarjetas por la línea punteada y que unan los peligros y las definiciones según corresponda.
3. **Clave de respuestas** para uso exclusivo de docentes: 1 D; 2 E; 3 A; 4 B; 5 C

1. <b>Sextortion</b> (extorsión sexual)	A. Estrategia utilizada por una persona adulta para ganarse la confianza de los menores, creando un perfil falso y haciéndose pasar por un chico o chica, con fines sexuales.
2. <b>Sexting</b> (intercambio de contenido sexual)	B. Envío de mensajes de texto, e-mail o cuadros de diálogo pop-up falsos para conseguir que las personas revelen su información personal o bancaria.
3. <b>Grooming</b>	C. Difusión deliberada y repetida de textos o imágenes que humillan, avergüenzan y dañan la dignidad, la autoestima y la integridad de la víctima.
4. <b>Phishing</b> (estafa)	D. Chantaje a una persona por medio de una imagen o vídeo de sí misma desnuda, obligándola a ejecutar acciones que gratifican sexualmente al malhechor.
5. <b>Cyberbullying</b> (ciberacoso)	E. Envío o recepción de imágenes, fotos y vídeos sexuales a través de mensajes, redes sociales, e-mail, teléfono celular, etc.

4. En la medida en que los equipos presentan los resultados de su análisis, vaya precisando, esclareciendo errores y dudas que surjan. Apóyese en las explicaciones más detalladas que aparecen en la sección 3.3 de esta Guía.
5. Volviendo a los mismos equipos, invíteles a analizar las consecuencias que pueden traer estos peligros para las personas, en particular para niños y niñas.
6. Nuevamente complementa lo que aportan los equipos en sus presentaciones, con énfasis en que muchos de estos peligros constituyen violaciones de los derechos humanos y algunos entrañan delitos que son penados por las leyes. Por ejemplo, en el caso de la extorsión sexual (sextortion) y el grooming, pueden relacionarse con actos ilícitos como: explotación sexual, abuso sexual de menores, corrupción de menores, producción y tenencia de pornografía infantil, etc.
7. Para trabajar el tema de la prevención, reparta individualmente la Hoja de Trabajo No. 5 “Consejos prácticos para niños y niñas”, deje unos minutos para que lean y analicen los mensajes, y coméntelos en plenaria, promoviendo la participación. Los consejos son los siguientes:
  - Asegura la privacidad de tu información. Crea una buena contraseña, no la compartas y cámbiala con frecuencia;
  - No aceptes invitaciones de amistad de



extraños o de personas en las que no confías;

- Piénsalo dos veces antes de compartir cualquier contenido. En Internet no hay olvido, todo lo que subes se queda ahí para siempre.
- Usa tu Webcam de forma segura, ya que ofrece información que puede ser utilizada malintencionadamente. No hagas delante de la Webcam nada que no harías en público;
- Habilita el bloqueo automático de tu teléfono celular, protégelo con contraseña y descarga aplicaciones únicamente de sitios confiables;
- Ante cualquier solicitud inapropiada, tienes el derecho de decir NO, salir de la página o mensaje, e informar de inmediato a tu familia, docentes u otras personas de tu confianza.
- La mayoría de estas situaciones son delitos penados por las leyes. Denúncialos ante las autoridades con el apoyo de las personas adultas de tu entorno.
- Con respecto a la información que recibes a través de la Televisión, es importante que veas programas apropiados a tu edad o acompañados de un adulto responsable.
- En la radio, deberás escuchar y analizar los programas u opiniones transmitidos, en compañía de adultos con criterio formado y que te puedan orientar al respecto, cualquiera sea el tema

- Derecho a no sufrir discriminación por cualquier motivo;
- Derecho a expresar tus ideas y opiniones, y a que éstas sean escuchadas y respetadas;
- Derecho a que se respete tu intimidad, integridad y reputación;
- Derecho a obtener y compartir información apropiada a tu edad;
- Derecho a no sufrir situaciones de abuso psicológico, acoso, abuso sexual y explotación sexual, incluyendo la trata de personas;
- Derecho al esparcimiento, al juego y las actividades recreativas propias de tu edad.

- b. Exige que se respeten tus derechos, y respeta en igual medida los derechos de las demás personas.

## 2. Pregunte al grupo:

- ¿Qué aprendimos en esta actividad?
- ¿Nos resultó interesante? ¿Por qué?
- ¿Qué importancia tiene para nuestra vida hacer respetar nuestros derechos en el uso de Internet y las redes sociales y respetar los derechos de las demás personas?

3. Cierre la sesión con la técnica “La pelota viajera”, preguntando a los niños y las niñas cómo se sintieron aprendiendo sobre las formas de protegerse en Internet y las redes sociales.



## Cierre y evaluación

1. Para resumir los aspectos esenciales, presente la pancarta previamente escrita en un papelógrafo o en el tablero con las siguientes **ideas clave**:

### Mis derechos y responsabilidades en Internet y las redes sociales

- a. En Internet y las redes sociales tienes los mismos derechos y responsabilidades que en la vida real:



## Recursos

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2016). Mini Guía de Seguridad Informática.

## Hoja de Trabajo No. 4 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 7 “¿Te lo puedo decir?”

#### Peligros en el uso de Internet y las redes sociales (para recortar)

<b>(1)</b> Sextortion (extorsión sexual)	A. Estrategia utilizada por una persona adulta para ganarse la confianza de los menores, creando un perfil falso y haciéndose pasar por un chico o chica, con fines sexuales.
<b>(2)</b> Sexting (intercambio de contenido sexual)	B. Envío de mensajes de texto, e-mail o cuadros de diálogo pop-up falsos para conseguir que las personas revelen su información personal o bancaria.
<b>(3)</b> Grooming	C. Difusión deliberada y repetida de textos o imágenes que humillan, avergüenzan y dañan la dignidad, la autoestima y la integridad de la víctima.
<b>(4)</b> Phishing (estafa)	D. Chantaje a una persona por medio de una imagen o vídeo de sí misma desnuda, obligándola a ejecutar acciones que gratifican sexualmente al malhechor.
<b>(5)</b> Cyberbullying (ciberacoso)	E. Envío o recepción de imágenes, fotos y vídeos sexuales a través de mensajes, redes sociales, e-mail, teléfono celular, etc.

## Hoja de Trabajo No. 5 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 7 “¿Te lo puedo decir?”

#### Consejos prácticos para el uso de Internet y las redes sociales

- Asegura la privacidad de tu información. Crea una buena contraseña, no la compartas y cámbiala con frecuencia;
- Si te contacta a tu lista alguien desconocido, mejor sal de duda solicitando ayuda a un adulto en tu hogar
- Hay páginas que según el contenido, aunque sea para tarea o una investigación, arrojan “cookies” que por lo general conducen a otras páginas de adultos. Te recomendamos cerrarlas, porque pueden contener virus y dañar el sistema en el que trabajas (tu computador o tablet)
- No aceptes encontrarte con desconocidos de ninguna manera. Si alguien te contacta, busca ayuda con un adulto de tu red de confianza.
- No aceptes invitaciones de amistad de extraños o de personas en las que no confías;
- Piénsalo dos veces antes de compartir cualquier contenido. En Internet no hay olvido, todo lo que subes se queda ahí para siempre.
- Usa tu Webcam de forma segura, ya que ofrece información que puede ser utilizada malintencionadamente. No hagas delante de la Webcam nada que no harías en público;
- Habilita el bloqueo automático de tu teléfono celular, protégelo con contraseña y descarga aplicaciones únicamente de sitios confiables;
- Ante cualquier solicitud inapropiada, tienes el derecho de decir NO, salir de la página o mensaje, e informar de inmediato a tu familia, docentes u otras personas de tu confianza.
- La mayoría de estas situaciones son delitos penados por las leyes. Denúncialos ante las autoridades con el apoyo de las personas adultas de tu entorno.

BORRADOR

BORRADOR

## “Hablemos de nosotros y nosotras”

### Eje Temático

Desarrollo de la sexualidad



### Contenidos

Anatomía y fisiología sexual y reproductiva



### Objetivos didácticos

- Profundizar en los cambios que experimentan los niños y las niñas en la pubertad
- Fortalecer la autoestima y la autoconfianza a través del conocimiento y valoración del cuerpo y el desarrollo de su sexualidad



### Objetivos de aprendizaje

- Acepta y valora positivamente su propio cuerpo y los cambios que ocurren en esta etapa
- Analiza y aclara falsas concepciones sobre el desarrollo de la sexualidad en la pubertad



### Duración

60 minutos



### Materiales

Hojas blancas, lápices, copias de Juego de roles para cada pareja



### Preparación

En la etapa escolar, las nuevas relaciones que se establecen con el grupo de pares y el acceso a la información aportada por otros niños y niñas, multiplica y diversifica los intereses sexuales. La curiosidad por los aspectos relacionados con el cuerpo y la sexualidad puede conducir a juegos, tocamientos, observación y comparación de los genitales con relación a otros niños y niñas y a las personas adultas.

En los últimos grados, se presentan los primeros cambios puberales, lo que genera preocupaciones, sobre todo relacionadas con el propio cuerpo, la sexualidad y el enamoramiento, para los cuales deben ser bien preparados por las y los educadores.

Recuerde que la sexualidad se relaciona estrechamente con la afectividad, los sentimientos y las emociones, que son importantes de forma especial para comprender los cambios en la pubertad.

Complemente con los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad), así como la bibliografía recomendada. Consulte los Anexos de esta Guía la Hoja Informativa para Docentes sobre los cambios puberales, para guiarles en la concepción del derecho a la intimidad e integridad del propio cuerpo, teniendo presente el respeto a la intimidad e

integridad corporal de las demás personas. También podrá complementar con la hoja de trabajo a continuación, utilizada en el taller #8 de 3° y 4° grados.

Prepare y recorte los escenarios (juegos de roles) que se detallan a continuación, para el trabajo en grupos.



## Desarrollo

### Secuencia de actividades

1. Presentación
  - Exposición del tema
2. Desarrollo
  - Ejercicio: “Cambios en la pubertad”
  - “Juegos de roles”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Los piropos”



### Presentación

1. Invite al grupo a pensar de manera personal, sobre los cambios físicos, emocionales y sociales que se están iniciando en esta etapa de su vida, y cómo éstos llevan a relacionarse de una forma diferente y nueva con sus familiares, sus pares y demás personas con las que socializan a diario.
2. Reafirmar que todos estos cambios que puedan observar, son normales en el desarrollo humano. Todas las personas pasamos por lo mismo. A unos les impacta más que a otros, pero siempre es importante identificar fuentes confiables a donde podemos recurrir para buscar información correcta y que ayuden en el proceso del desarrollo de su sexualidad.

1. Para realizar el ejercicio sobre los Cambios en la Pubertad, divida al grupo en equipos pequeños de tres o cuatro participantes cada uno. Pídale a cada equipo que se tomen unos minutos para pensar acerca de los cambios físicos, emocionales y sociales que están ocurriendo a medida que empiezan la pubertad y que hablen de éstos, considerando lo siguiente:
  - Cambios en el cuerpo de las niñas y los niños
  - Cambios en la forma en que se sienten acerca de sí mismos.
  - Cambios en la relación con sus madres y padres.
  - Cambios en las amistades y los sentimientos de amor.
2. Recordarles que en los Talleres de Educación de la Sexualidad realizados en 3ro y 4to grado, se analizaron los cambios físicos de la pubertad, básicamente los siguientes:

Niñas	Niños
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crecimiento de las mamas</li> <li>• Crecimiento del vello púbico</li> <li>• Engrosamiento de la vagina y aumento de tamaño del útero y los ovarios</li> <li>• Menarquia o primera menstruación</li> <li>• Crecimiento del vello axilar y cambio en el sudor</li> <li>• Producción de mucosa por el cuello uterino, que es expulsada por la vagina</li> <li>• Aumento de talla, pelvis y caderas</li> <li>• Aumento del tejido adiposo y piel más grasosa, lo que aumenta la probabilidad de padecer acné</li> <li>• Una vez que la niña ovula, puede embarazarse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crecimiento de los testículos y el pene</li> <li>• Crecimiento del vello púbico</li> <li>• Cambios en la voz, que se hace más profunda</li> <li>• Erecciones</li> <li>• Eyaculaciones</li> <li>• Sueños “húmedos”</li> <li>• Crecimiento del vello axilar y cambio en el sudor</li> <li>• Crecimiento de la barba</li> <li>• Aumento del tamaño y aumento de musculatura</li> <li>• Piel más grasosa, y probabilidad de padecer acné</li> <li>• Capacidad de fecundar</li> </ul>

3. Pida a cada grupo que comparta con todos tres cambios emocionales o sentimientos nuevos que estén viviendo o que vayan a vivir o experimentar. Procure mencionar lo siguiente como situaciones que generan sentimientos comunes de quienes están entrando en la pubertad:

- Luchar con los aspectos de identidad y cuestionarse a sí mismo.
- Cambios de humor, enojo y depresión.
- Necesidad de tener más independencia y privacidad.
- Relaciones con los amigos y las opiniones de los demás se tornan más importantes.
- Mayor preocupación o inquietudes por el aspecto exterior y el cuerpo.
- Preocupación por el futuro (la escuela, la familia, el trabajo, etc.).
- Nuevos “amores platónicos” o “enamoramientos pasajeros” con estrellas de cine, músicos o cantantes, maestros o compañeros.
- Curiosidad por los órganos sexuales.
- Atracción sexual hacia otras personas

4. Finalice esta primera parte de la actividad reafirmando que todos estos sentimientos son normales. Es común sentirse ansiosos en esta etapa de crecimiento. Es normal tener sentimientos sexuales y no hay por qué sentirse culpable al respecto. No obstante, responder a todos esos sentimientos constituye una gran responsabilidad. Todos somos seres sexuales. Puede ser conveniente hablar con madres, padres y demás adultos de confianza acerca de la sexualidad.

5. Para la segunda parte de la actividad, divida al grupo en equipos más pequeños, asigne uno de los siguientes juegos de roles y pídale que dramatizen la situación. Entre todos los niños y niñas del equipo preparan la dramatización, pero sólo se requieren 2 actores en cada caso. Dé cinco minutos para que preparen cada juego de roles.

**Juego de roles N° 1:** Una persona representa a la madre (tía o abuela) y la otra a una niña de 12 años. La joven está preocupada porque no se han desarrollado sus senos como a la mayoría de sus amigas. La madre (tía o abuela) la tranquiliza y le dice que la edad en que se desarrollan los senos varía así como también varía su tamaño.



**Juego de roles Nº 2:** Dos integrantes del equipo representan a niñas de 10 años. Una de ellas molesta a la otra porque es más alta que todas las demás niñas del grupo. La niña alta explica que las mujeres y los varones crecen a un ritmo distinto y alcanzan alturas diferentes. Le explica también por qué no le gusta ser fastidiada y le pide a la otra que trate de ser más considerada. La chica que se burla le pide disculpas.

**Juego de roles Nº 3:** Una persona representa a una niña de 11 años y la otra actúa en el rol de su amiga. La amiga está preocupada porque todavía no ha empezado a menstruar, mientras que la niña de 11 años ya se desarrolló. La niña tranquiliza a su amiga y le dice que la edad en que comienza la menstruación no es siempre la misma.

**Juego de roles Nº 4:** Una persona representa a un niño de 11 años y la otra actúa en el rol de un amigo mayor. El niño está preocupado porque no es tan alto ni tan grande como los demás de su salón. El amigo le tranquiliza y le dice que varía mucho la edad en que los varones comienzan a sufrir los cambios físicos típicos de la pubertad.

6. Una vez que finalizan de representar los juegos de roles, solicitar a un par de voluntarios para que respondan las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste realizando tu rol?
- ¿Qué tal te pareció la experiencia?
- ¿Crees que ese tipo de situaciones suceden entre los niños y las niñas de tu edad?
- ¿Qué opinas que deben hacer para informarse mejor?

- Los niños y niñas a menudo se sienten incómodos, torpes o intimidados por los cambios rápidos que ocurren en sus cuerpos.
- Con respecto a su afectividad, ocasionalmente los niños y las niñas que están por la etapa de la pubertad o adolescentes, tienen conflicto de sentimientos y emociones, que no son conversadas ni con miembros de la familia ni con adultos que les puedan orientar. Muchas veces se sienten confundidos. Eso es normal. Se recomienda buscar ayuda con adultos de confianza para conversar sobre su situación afectiva.
- Durante la pubertad, la niña pasa a estar en condiciones físicas de quedar embarazada, y el varón está en condiciones físicas de embarazarse. En otras palabras, ambos se vuelven fértiles, por lo que es muy importante que sean responsables y se abstengan de tener relaciones sexuales para las cuales no están preparados, evitando así riesgos como el embarazo en estas edades.

2. Pregunte al grupo:

- ¿Qué aprendimos en la actividad de hoy?
- ¿A quiénes pueden recurrir cuando tengan preguntas o inquietudes con respecto a la pubertad? Aliéntelos a hablar con madres, padres, abuelos, tías o tíos, docentes, médicos, enfermeras, etc.
- ¿Tienen algunas preguntas de lo que se habló hoy?

3. Finalice con la dinámica vivencial “Los piropos”, invitando a los niños y las niñas que digan a uno o una de sus pares del grupo, una palabra o frase afectiva que refuerce su autoestima.

4. Invíteles a que de manera anónima escriban en hojas de papel, sus preguntas discretas o que les dé vergüenza realizar en voz alta, y lo pongan en un buzón común y que usted irá respondiendo a esas inquietudes.



## Cierre y evaluación

1. Resume los aspectos abordados puntualizando las siguientes ideas clave:

- Todos los cambios físicos, emocionales y sociales de la pubertad son normales.
- Cada persona se desarrolla a su propio ritmo; algunas se desarrollan primero que otras. Es importante no burlarse de los demás por el hecho de que se desarrollen antes o después.



## Recursos

Adaptado de “Mi cuerpo está cambiando”. Conocimiento de fertilidad para jóvenes. Institute for Reproductive Health Georgetown University y Family Health International.

**HOJA DE TRABAJO No. 6****Taller N° 8****(PARA GUÍA DE EL/LA DOCENTE SOBRE CAMBIOS FISIOLÓGICOS QUE OCURREN EN EL DESARROLLO)**

	Principales cambios en las niñas	Principales cambios en los niños	Mensaje principal
PIEL	La piel se vuelve grasosa y algunas veces aparecen granitos o acné	La piel se vuelve grasosa y algunas veces aparecen granitos o acné	Esto dura toda la pubertad y después normalmente termina. Hay que lavarse la cara todos los días con agua y jabón
CABELLOS	Comienza a crecer el vello de las piernas, en las axilas y en el pubis.	Comienza a crecer el vello de las piernas, del pecho y de la cara, en las axilas y en el pubis.	La cantidad de vello nuevo que crece en el cuerpo es diferente en cada joven, ya sea varón o mujer
SENOS	Crecen los senos, se hinchan y duelen un poquito	Crecen los senos, se hinchan y duelen un poquito	Es probable que crezcan los senos de la misma manera o que alcancen el mismo tamaño. También es normal que uno de ellos sea un poco más pequeño que el otro
TAMAÑO DEL CUERPO	Se ensanchan las caderas, se agrandan los senos, aumenta el peso y la altura	Se ensanchan los hombros y el pecho, aumenta el peso y la altura.	Las niñas pueden llegar a su altura definitiva antes que los niños. Sin embargo, para cuando termina la pubertad, los varones son a menudo más altos y pesan más que las mujeres
TRANSPIRACIÓN	Se transpira más y comienza a sentirse el olor corporal.	Se transpira más y comienza a sentirse el olor corporal.	Se puede controlar lavándose y bañándose diariamente.
VOZ	La voz se hace un poco más suave	La voz se torna más profunda y a veces se quiebra.	Las voces masculinas pueden subir o bajar de tono. Este fenómeno se llama “quebrarse la voz” y a veces puede resultar un poco vergonzoso. Pero dejará de hacerlo con el tiempo.
ORGANOS SEXUALES FEMENINOS	Comienza la regla o menstruación y el área vaginal se torna más húmeda.  Una vez que la niña ovula, puede embarazarse		Las niñas podrían observar o sentir un líquido blanco o transparente proveniente de la vagina. Ello no implica que tengan algo malo. Esto es normal.
ORGANOS SEXUALES MASCULINOS		Crecen el pene y los testículos.  Una vez que el varón desarrolla, es capaz de fecundar.	En la pubertad, es normal en los varones tener “emisiones nocturnas” o “sueños húmedos” (erección y eyaculación mientras duermen)*

## “¿Mito o realidad?”

### Eje Temático

Desarrollo de la Sexualidad



### Duración

60 minutos



### Contenidos

Cambios biológicos, psicológicos y sociales en la pubertad



### Materiales

Copia de la Hoja de Trabajo No. 7 (¿Mito o realidad?), lápices, papelógrafo o pizarrón para anotar puntaje



### Objetivos didácticos

- Reforzar los conocimientos acerca de los cambios físicos en la pubertad
- Promover la reflexión sobre diferentes mitos y falsas concepciones acerca de la sexualidad en esta etapa, facilitando información científica al respecto



### Objetivos de aprendizaje

- Reconoce los principales cambios corporales de niños y niñas durante la pubertad
- Analiza y aclara falsas concepciones sobre el desarrollo de la sexualidad en la pubertad



### Preparación

En el Taller anterior (“Hablemos de nosotros y nosotras”), se presentaron los cambios biológicos, psicológicos y sociales que ocurren en la pubertad. Con esta actividad, se reforzarán esos conocimientos y se trabajará sobre falsas concepciones, con la finalidad de clarificarlas a partir de información científica. Es fundamental contribuir a que los niños y las niñas se sientan cómodos con los cambios que están ocurriendo en su cuerpo y puedan comunicarse al respecto, aclarando sus dudas e inquietudes, sabiendo que no están solos en la vivencia de esta experiencia.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad), así como la bibliografía recomendada y la Hoja Informativa para Docentes sobre los cambios puberales.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
2. Desarrollo
  - “¿Mito o realidad?”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “¡Yo también!”



## Presentación

1. Explique al grupo que hay muchos conceptos que a medida que vamos creciendo y aprendiendo nuevas cosas, no nos quedan claros. Puede ser porque no es de nuestro interés el tema o simplemente nunca lo había escuchado. Cuando nos encontramos con el tema, si es desconocido, nos dejamos guiar por lo que entendemos del concepto (en vez de decir que no lo sabemos) o por lo que dicen las demás personas con respecto al mismo. De esta manera se forman las creencias sobre un tema en particular. Esto luego se convierte en mito y muchas veces nos lleva muy lejos de la realidad.
2. Con esta actividad, vamos a participar en un juego que les ayudará a identificar y romper mitos o creencias erróneas sobre los cambios físicos que se producen en la etapa de la pubertad.
3. Pídeles que mencionen algunos de estos cambios que se presentaron en el taller anterior e invíteles a comentar si tienen dudas e inquietudes al respecto, y cuáles son.



## Desarrollo

1. Prepare el papelógrafo o pizarrón dividido en dos columnas (Equipo A y Equipo B) y una copia de la Hoja de Trabajo “¿Mito o Realidad?” para cada equipo (sin incluir las respuestas).
2. Divida al grupo en dos equipos (A y B) y colóquelos uno frente al otro en ambos lados del salón. Pida a cada equipo que elijan a un/una representante.
3. Lea uno de los siguientes enunciados al primer integrante del equipo, quien deberá consultar al resto del equipo para decidir si el enunciado es un “mito” o una “realidad”. Si lo desea, puede adaptar o añadir otros mitos locales de su comunidad a la lista anterior.
4. Una vez que responda el primer jugador, diga si la respuesta es correcta y marque los puntos en el papelógrafo o pizarrón. Adjudique un punto a cada respuesta correcta. Si responde correctamente, pida al jugador que explique por qué es correcta. Si responde incorrectamente, proporcione la respuesta correcta y dé una explicación breve del por qué.
5. A continuación, lea otro enunciado al primer integrante del Equipo B y luego alterne entre un equipo y otro hasta que todos hayan tenido oportunidad de responder.
6. Después de haber leído cada uno de los mitos y las realidades, pida a los equipos que piensen en dos cosas que hayan oído decir sobre los cambios en la pubertad y que las compartan con todos. Indique al otro equipo que diga si se trata de un mito o de una realidad y, una vez más, dígales si están en lo cierto y por qué. Al final, sume los puntos y anuncie el equipo ganador.
7. En la columna de la derecha aparece la clave de respuestas para uso exclusivo de los y las docentes.

Enunciado	¿Mito o Realidad?
El óvulo es fecundado por el espermatozoide en las trompas de Falopio	Realidad
La sangre que sale de la mujer durante la menstruación indica que está enferma	Mito
En la pubertad, el varón puede convertirse en padre	Realidad
Si la mujer se lava la cabeza cuando tiene la menstruación, se le “corta” la regla	Mito
La mayoría de los varones tienen “sueños húmedos” durante la pubertad	Realidad
La mujer no queda embarazada en la primera relación sexual	Mito
Tomar bebidas frías cuando se tiene la menstruación puede producir cólicos y dolores	Mito
La mayoría de las niñas empiezan la pubertad 2 años antes que los varones	Realidad
Las mujeres pueden comer cosas picantes o agrias como limón, durante la menstruación.	Realidad
Si a una niña que ya se ha desarrollado no le viene la regla, es probable que esté embarazada	Realidad
Los espermatozoides se producen en los testículos	Realidad
El hecho de sangrar durante la menstruación implica que la mujer es sucia	Mito
El hombre orina por el mismo orificio que sale el semen en la eyaculación	Realidad
Cada vez que hay una relación sexual, la mujer se embaraza	Mito
Si el varón se toca mucho el pene, crecerá y se agrandará en forma permanente.	Mito
La sangre de la menstruación sale por el mismo orificio que sale la orina	Mito

8. Estimule al grupo a comentar acerca de las consecuencias de los mitos y cómo pueden afectar la vida y la salud de los niños y niñas en la etapa de la pubertad.



## Cierre y evaluación

1. Deberá cerrar la sesión con las siguientes ideas clave que lleven a la reflexión de los estudiantes:
  - Durante la adolescencia se producen muchos cambios en muy poco tiempo, es un proceso psicológico unido al crecimiento social y emocional que surge en cada persona.
  - Desde el punto de vista psicológico y social, cada persona sigue madurando afectiva y sexualmente a lo largo de toda su vida. Hay otra serie de cambios que ocurren.,
  - Los cambios biológicos ya los hemos repasado, sin embargo es importante saber que dentro de los psicológicos, la persona accede a una nueva forma de pensamiento, puede formular hipótesis, razonar acerca de ellas y extraer sus propias conclusiones
  - Dentro de los cambios sociales, a la persona le importa pertenecer a un grupo y compartir ideas o gustos. Aparecen cambios en la capacidad de integración social, en el grupo de iguales se conforman una serie de normas y nuevos valores.
2. Para cerrar, solicite a los y las estudiantes que compartan sus valoraciones sobre los siguientes aspectos:
  - ¿Qué les pareció la actividad?
  - ¿Cómo se sintieron?
  - ¿Qué aprendieron durante esta sesión?
  - ¿Cómo pueden aplicar esta información en su vida cotidiana?
3. Sugiera conversar sobre el tema en familia y deje abierta la posibilidad de que los niños y niñas se acerquen a Ud. o a otros adultos de confianza para plantear nuevas dudas e inquietudes.
4. Para cerrar, invite al grupo a participar en la dinámica “¡Yo también!”. Solicite a niños y niñas que expresen cómo se sintieron al participar en el taller. Cada vez que alguien dice

una palabra (por ejemplo: “divertido”, “motivado”, “entretenido”, “interesado”, etc.), quienes están de acuerdo levantan la mano diciendo en voz alta: ¡Yo también!



## Recursos

Adaptado de “Mi cuerpo está cambiando”. Conocimiento de fertilidad para jóvenes. Institute for Reproductive Health Georgetown University y Family Health International.



## Hoja de Trabajo No. 7 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 9: “¿Mito o realidad?”

Enunciado	¿Mito o Realidad?
El óvulo es fecundado por el espermatozoide en las trompas de Falopio	
La sangre que sale de la mujer durante la menstruación indica que está enferma	
En la pubertad, el varón puede convertirse en padre	
Si la mujer se lava la cabeza cuando tiene la menstruación, se le “corta” la regla	
La mayoría de los varones tienen “sueños húmedos” durante la pubertad	
La mujer no queda embarazada en la primera relación sexual	
Tomar bebidas frías cuando se tiene la menstruación puede producir cólicos y dolores	
La mayoría de las niñas empiezan la pubertad 2 años antes que los varones	
Las mujeres pueden comer cosas picantes o agrias como limón, durante la menstruación.	
Si a una niña que ya se ha desarrollado no le viene la regla, es probable que esté embarazada	
Los espermatozoides se producen en los testículos	
El hecho de sangrar durante la menstruación implica que la mujer es sucia	
El hombre orina por el mismo orificio que sale el semen en la eyaculación	
Cada vez que hay una relación sexual, la mujer se embaraza	
Si el varón se toca mucho el pene, crecerá y se agrandará en forma permanente.	
La sangre de la menstruación sale por el mismo orificio que sale la orina	

BORRADOR

BORRADOR

## “Ser madre, ser padre”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Duración

60 minutos



### Contenidos

Maternidad y paternidad responsables.  
Importancia de la planificación familiar



### Objetivos didácticos

- Promover la reflexión sobre las condiciones requeridas para ser madre o padre y constituir una familia
- Fortalecer la comprensión de la planificación de la familia en el marco del proyecto de vida



### Objetivos de aprendizaje

- Valora la importancia de la maternidad y la paternidad responsables
- Reconoce que la planificación de la familia es parte de su proyecto de vida hacia el futuro



### Materiales

Papelógrafos, lápices y marcadores de colores, maskintape, Hoja de Trabajo No. 8 que incluye los ejercicios (para recortar)



### Preparación

Tomar decisiones libres e informadas sobre la familia, la pareja, el matrimonio y los hijos e hijas que se desean tener, es un derecho humano fundamental para garantizar el pleno bienestar de las personas y la salud sexual y reproductiva acorde a cada edad, atendiendo a sus propias opciones. En esta actividad se trabajará con niños y niñas para fortalecer su comprensión acerca de las responsabilidades que entrañan la maternidad y la paternidad, y la necesidad de posponerla hasta edades en que se haya logrado la madurez biológica, psicológica y social indispensable.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva), así como la bibliografía recomendada.

Reproduzca la Hoja de Trabajo para facilitar la realización de las actividades.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
2. Desarrollo
  - “Se busca un padre, se busca una madre”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas



### Presentación

1. Inicie comentando que la maternidad y la paternidad son parte del proceso natural de reproducción de la vida, y que la mayoría de las personas, dentro de sus planes de vida, desean formar una familia y tener descendencia.
2. La paternidad y maternidad, ejercidas de una manera responsable, es una experiencia que deberá estar presente a lo largo de la vida del individuo y que inicia en el momento en que se toma la decisión de tener un hijo, que implica preparación y madurez.
3. Propicie la participación del grupo preguntándoles qué piensan al respecto, si cuando sean grandes les gustaría casarse y tener hijos, y cuántos les gustaría tener.
4. La familia y los hijos e hijas entrañan grandes alegrías, pero también grandes responsabilidades, para las cuales es necesario preparar a niños, niñas y adolescentes, según aprenderemos en la siguiente actividad.



### Desarrollo

1. Explique al grupo que se realizará un ejercicio que se llama “Se busca un padre, se busca una madre”. Imagínense que hay una empresa que desea contratar a personas para realizar el “trabajo de ser padre”, y el “trabajo de ser madre”, y quieren poner un anuncio en los periódicos. Uds. van a ayudar a redactar esos anuncios.
2. Divida al grupo en 4 equipos. Los equipos 1 y 2 redactan el anuncio “Se busca un padre”,

y los equipos 3 y 4 el anuncio “Se busca una madre”. En sus anuncios deben incluir los siguientes aspectos.

- a. ¿Qué edad aproximada debe tener el padre o la madre?
  - b. ¿Cuántas horas al día tendrá que trabajar?
  - c. ¿Qué conocimientos y destrezas se exigen para este trabajo?
  - d. ¿Qué cualidades y valores son importantes?
  - e. ¿Qué beneficios tendrá? (salario, horas extra, vacaciones, u otros)
3. Reparta los materiales de trabajo, explicando que al terminar de escribir su anuncio en el papelógrafo, un niño o niña lo presentará explicando los requisitos que incluyeron.
  4. Divida la pizarra en 5 columnas, y en la medida en que los equipos presenten, ir anotando los aspectos esenciales identificados para el “trabajo de ser padre” y el “trabajo de ser madre”.
  5. Promueva la reflexión sobre los distintos requisitos, y haga que los y las estudiantes comparen lo exigido para el padre y la madre y por qué hay diferencias. Enfatique en el tema de la igualdad de responsabilidades, que todas las tareas las pueden hacer tanto hombres y como mujeres.
  6. Manteniendo la misma distribución por equipos, invíteles a realizar un ejercicio de dramatización, que consiste en una entrevista a personas que aspiran a obtener el trabajo de “padre” o el trabajo de “madre”. Cada equipo designa a una persona entrevistada y a 3 personas que actuarán como entrevistadores, siguiendo las siguientes instrucciones:

**Equipo 1:** Carlos, entrevistado para el trabajo de “padre”, tiene 30 años, es ingeniero, y se casó recientemente con una chica linda y más joven, que se dedica a las “labores del hogar”. Carlos es muy divertido, le gusta mucho irse de tragos con sus amigos, tiene pasión por el fútbol y sueña con tener un hijo varón.

**Equipo 2:** Miguel, entrevistado para el trabajo de “padre”, tiene 17 años y está finalizando la edu-

cación media. Su novia de 15 años, que está en el mismo colegio, quedó embarazada y se van a casar. Los dos están muy emocionados de tener un bebé.

**Equipo 3:** Alina, entrevistada para el trabajo de “madre” es maestra de Primaria, tiene 25 años y está casada con un joven que también es maestro. Cuando llegan del trabajo, comparten las tareas del hogar y todavía les queda tiempo para pasear y bailar.

**Equipo 4:** Mariana, entrevistada para el trabajo de “madre”, tiene 14 años, cursa 9º grado y quedó embarazada de un joven de su barriada, que dejó la escuela al concluir premedia, siempre anda con sus amigos de la pandilla y no se le conoce un trabajo fijo.

7. Oriente a los equipos que los entrevistadores deben hacer preguntas a la persona entrevistada, basándose en los requisitos que colocaron en sus respectivos anuncios. A concluir cada entrevista, deben decirle a la persona entrevistada si será contratada o no para el trabajo de “padre” o “madre”, y por qué.

8. Luego de que todos los equipos presenten sus dramatizaciones, conduzca la discusión en plenaria promoviendo la reflexión en torno a los requisitos o condiciones de la maternidad y la paternidad responsables, enfatizando lo siguiente:

- Todas las personas tienen derecho a decidir acerca de la familia, la pareja, el matrimonio, los hijos e hijas que se desean tener y cuándo quieren tenerlos. Este es uno de los derechos sexuales y reproductivos de todos los seres humanos.
- Las decisiones sobre estos aspectos deben ser informadas y responsables, es decir, teniendo en cuenta si es el momento oportuno para constituir una familia y ser madres o padres, si se tienen las condiciones para enfrentar las responsabilidades que estas funciones implican y para asegurar el derecho de los niños y las niñas a la vida, a la familia y el afecto, a la salud, la educación y el esparcimiento, a la protección de la intimidad y no sufrir maltratos o abusos, entre otros derechos consagrados en la

Convención sobre los Derechos del Niño.

- Por ello, es tan importante la planificación de la familia, que es un proceso de toma de decisiones que forma parte de la construcción del proyecto de vida. La planificación de la familia implica que las personas tengan claridad sobre sus metas y sus opciones con relación a diversas cuestiones. Por ejemplo: ¿Qué tipo de familia deseamos formar en un futuro?; ¿Deseamos o no tener hijos e hijas?; ¿En qué momento de nuestras vidas los tendremos?; ¿Cómo queremos criarlos y educarlos?, entre otras.

9. Tenga presente que el tema de los métodos para la regulación de la fecundidad o métodos anticonceptivos no se abordará en detalle con estudiantes de este nivel, pero debe estar alerta ante cualquier pregunta y responderla de forma precisa. En la sección de Anexos encontrará una Hoja Informativa para Docentes.



## Cierre y evaluación

1. Cierre la actividad reflexionando con los y las estudiantes, las siguientes ideas clave:
  - La decisión de tener un hijo o hija es un asunto muy serio. Debe tenerse en cuenta que los niños, niñas y adolescentes aún no están preparados ni física ni emocionalmente para la maternidad o paternidad
  - Apenas están en período de formación y estableciendo planes de vida para asegurar sus futuros
  - La responsabilidad de tener un hijo, debe ser tomada en pareja y ambos deben asumir las consecuencias de su decisión.
  - Concebir un hijo o hija es responsabilidad del padre y la madre, criarlo debe ser también una experiencia compartida.
  - Un hijo o hija debe ser deseado. También debe ser concebido cuando la pareja lo decida.

- Los hijos/as tienen el derecho de nacer y desarrollarse en el seno de una familia.
- La planificación familiar permite a la pareja regular su fecundidad y asumirla

2. Finalice con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintieron al realizar los ejercicios?
- ¿Qué aprendimos?
- ¿Qué importancia tienen estas experiencias para nuestra vida?
- ¿Cómo podemos aplicarlas?



## Recursos

Adaptado de: Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala. Guía de prevención del embarazo en la adolescencia en Guatemala. Págs. 143-147.

Ministerio de Educación de Nicaragua (2003) Educación para la vida. Manual de Educación de la sexualidad para docentes de Pre-escolar, Primaria y Educación Media. Págs. 95-107.

## Hoja de Trabajo No. 8 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 10: “Ser madre, ser padre”

#### “Se busca una persona para el trabajo de padre”

1. ¿Qué edad aproximada debe tener el padre?
2. ¿Cuántas horas al día tendrá que trabajar?
3. ¿Qué conocimientos y destrezas se exigen para este trabajo?
4. ¿Qué cualidades y valores son importantes?
5. ¿Qué beneficios tendrá? (salario, horas extra, vacaciones, u otros)

#### “Se busca una persona para el trabajo de madre”

1. ¿Qué edad aproximada debe tener la madre?
2. ¿Cuántas horas al día tendrá que trabajar?
3. ¿Qué conocimientos y destrezas se exigen para este trabajo?
4. ¿Qué cualidades y valores son importantes?
5. ¿Qué beneficios tendrá? (salario, horas extra, vacaciones, u otros)

**Dramatización equipo 1:** Carlos, entrevistado para el trabajo de “padre”, tiene 30 años, es ingeniero, y se casó recientemente con una chica linda y más joven, que se dedica a las “labores del hogar”. Carlos es muy divertido, le gusta mucho irse de tragos con sus amigos, tiene pasión por el fútbol y sueña con tener un hijo varón.

**Dramatización equipo 2:** Miguel, entrevistado para el trabajo de “padre”, tiene 17 años y está finalizando la educación media. Su novia de 15 años, que está en el mismo colegio, quedó embarazada y se van a casar. Los dos están muy embullados de tener un bebé.

**Dramatización equipo 3:** Alina, entrevistada para el trabajo de “madre” es maestra de Primaria, tiene 25 años y está casada con un joven que también es maestro. Cuando llegan del trabajo, comparten las tareas del hogar y todavía les queda tiempo para pasear y bailar.

**Dramatización equipo 4:** Mariana, entrevistada para el trabajo de “madre”, tiene 14 años, cursa 9mo grado y quedó embarazada de un joven de su barriada, que dejó la escuela al concluir premedia, siempre anda con sus amigos de la pandilla y no se le conoce un trabajo fijo.



## “¿Y si me embarazo?”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Duración

60 minutos



### Contenidos

Prevención del embarazo en la adolescencia



### Objetivos didácticos

- Promover la reflexión sobre las causas y consecuencias del embarazo en la adolescencia
- Facilitar la formación de habilidades para la prevención del embarazo en la adolescencia



### Objetivos de aprendizaje

- Reflexiona acerca de las causas y consecuencias biológicas, psicológicas y sociales del embarazo en la adolescencia
- Comprende la importancia de tomar decisiones responsables para prevenir el embarazo en la adolescencia



### Materiales

Hojas blancas, lápices, Hoja de Trabajo No. 9 sobre el embarazo en la adolescencia (Historia de Marina)



### Preparación

La sexualidad y la reproducción pueden ser fuentes de bienestar y realización en la vida de las personas. Sin embargo, también pueden conducir a diversos problemas cuando no se ejercen de forma responsable, entre éstos, las ITS, el VIH/sida y el embarazo en edades tempranas.

Esta actividad deberá complementar el conocimiento adquirido por niños y niñas a través de las asignaturas de los programas de estudios, y les ayudará a comprender mejor los riesgos físicos, emocionales y sociales que implica el embarazo adolescente, además de la importancia de mantener su proyecto de vida y de tomar decisiones responsables.

Utilice los conceptos y orientaciones generales de las secciones 3.4 (Desarrollo de la Sexualidad) y 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva), así como la bibliografía recomendada.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Exposición del tema”
2. Desarrollo
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Consejo a Marina”



## Presentación

1. Se introduce el tema indicando a los estudiantes que lo que tratarán en esta actividad es una realidad que ocurre a nivel mundial, pero también en Panamá. Por ello, deberán prestar mucha atención a todo el proceso de desarrollo de la misma, de modo que puedan elaborar sus propias conclusiones, que aportarán a su proyecto de vida.
2. Utilice en la presentación algunos datos acerca de la situación del embarazo en la adolescencia en el país y discútalos con sus estudiantes. Por ejemplo, en 2014, el MINSA registró un total de 10,735 niñas y adolescentes entre 10 y 19 años embarazados, 583 más que en 2013, cuando la cifra llegó a 10,152. La incidencia más alta se reporta en la provincia de Panamá, seguida de la comarca Ngäbe Buglé y Chiriquí.
3. De ser posible, actualice los datos y obtenga información acerca de la situación en su provincia o localidad.



## Desarrollo

1. Explique al grupo que vamos a escuchar y analizar una historia sobre embarazo adolescente. Esta actividad ayudará a que los niños y las niñas utilicen su pensamiento crítico para llegar a conclusiones acerca de las causas y consecuencias del embarazo en estas edades. También contribuirá a que valoren sus propias metas y planes hacia el futuro, y tomen decisiones responsables sobre su sexualidad y sobre la maternidad y la paternidad.
2. Lea pausadamente la historia. De ser posible, entregue copia a los y las estudiantes para que puedan seguir la lectura y tomar apuntes para la posterior discusión.
3. Al concluir la lectura, promueva la reflexión inicial a partir de las siguientes preguntas:
  - ¿Cómo se sintieron al escuchar esta historia?
  - ¿Qué partes del relato les impresionaron más, y por qué?
  - ¿Cuáles piensan Uds. que son las causas de esta situación?
4. Explique que en el caso de Marina, varios factores de riesgos que condujeron al embarazo temprano:
  - Falta de información, educación y servicios sobre la sexualidad y la SSR
  - Haber vivido en hogares con antecedentes de madres y hermanas mayores con iniciación sexual precoz y embarazo en la adolescencia
  - Falta de aspiraciones y proyectos de vida
  - Iniciación sexual temprana
  - Relaciones sexuales sin protección
  - Débil percepción del riesgo
  - Como factor protector, el haber decidido retrasar sus relaciones sexuales hasta estar preparada

**Nota al docente:** en la sección 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva) Ud. encontrará más detalles sobre estos y otros factores de riesgo para discutirlos con el grupo.

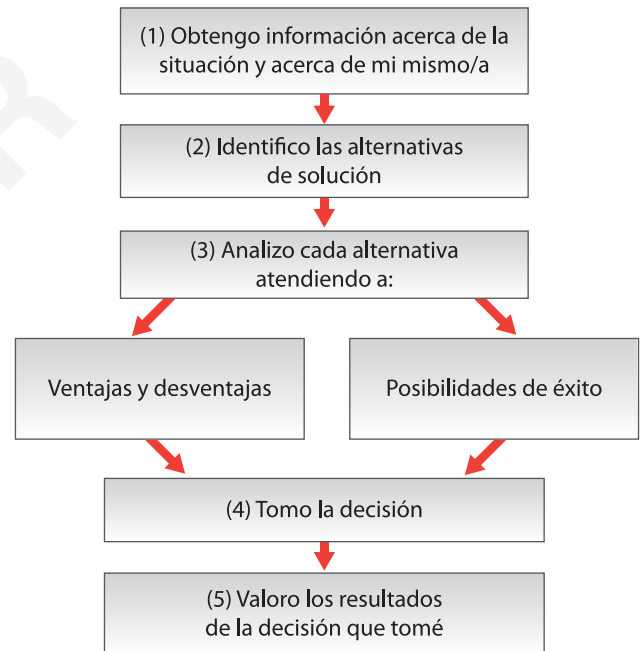
5. A continuación, proponga al grupo cambiar el final de la historia, suponiendo que Marina llega al final de su embarazo, tiene un parto sumamente difícil, casi pierde la vida, y el bebé nace prematuro de peso. Cuando regresa a casa con el niño en brazos, tiene muchos miedos, dudas y preocupaciones:

- ¿Qué hará ahora para reorganizar su plan de vida?
- ¿Podrá continuar sus estudios y trabajar en un futuro?
- ¿Cómo ayudará a su mamá a alimentar y brindar seguridad a ese nuevo bebé?
- ¿Qué pasará si Gustavo se desaparece aún después de nacido su bebé?

6. Escuchar las opiniones del grupo para precisar al finalizar la discusión, algunas de las consecuencias del embarazo en la adolescencia:

- Mortalidad de la madre adolescente y su hijo o hija
- Nuevos embarazos
- Abandono escolar y bajos niveles educativos
- Pérdida del proyecto de vida
- Bajo nivel de ingresos, pobreza
- Pérdida de las relaciones con sus pares y aislamiento social
- Trastornos como depresión, ansiedad, adicciones y otros

7. Finalmente, facilite una “lluvia de ideas” para que niños y niñas identifiquen cómo puede prevenirse el embarazo en la adolescencia, y vaya anotando las ideas esenciales en la pizarra.
8. Refuerce la importancia de abstenerse o posponer las relaciones sexuales hasta etapas de la vida en que exista la madurez requerida.
9. Recordarles que en los talleres desarrollados en 3ro y 4to grado, se les enseñó el método de los 5 pasos para tomar decisiones, que resulta especialmente importante para que los niños, niñas y adolescentes analicen diferentes opciones y alternativas y decidan responsablemente sobre su propio comportamiento. Pueden repasarlo.



## Cierre y evaluación

1. Cierre la actividad, compartiendo las siguientes recomendaciones que les ayudarán en la toma de decisiones con respecto al embarazo en la adolescencia:
  - Obtener información, orientación y apoyo a través de la familia, docentes, personal de salud y otros adultos de confianza
  - Abstenerse de las relaciones sexuales o postergar su inicio
  - Entender que ante situaciones de riesgo, ya sea por la presión de grupo, la pareja u otras personas, hay que saber decir “No” de forma asertiva y mantenernos firmes en nuestras decisiones
  - Entender que la prevención del embarazo es responsabilidad tanto de los varones como de las mujeres
  - Cultivar los valores personales, como el respeto y cuidado del cuerpo, y estilos de vida saludables
  - Evitar el consumo de sustancias (alcohol, drogas u otras sustancias) cuyos efectos nos hacen vulnerables a los riesgos de la sexualidad.

2. Traiga a la reflexión al grupo indagando lo siguiente:
  - ¿Qué aprendí con esta actividad?
  - ¿Es útil esta información para mí?
3. Finalice la actividad solicitando a los y las estudiantes a pensar y escribir en sus cuadernos, una frase corta que ellos y ellas le darían a Marina en forma de consejo o acompañamiento. Solicite voluntarios y voluntarias que quieran compartirlo en voz alta.
4. El/la docente guiará y exhortará a los y las estudiantes a la participación y a conversar sobre el tema con sus familiares en casa.



## Recursos

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala. Guía de prevención del embarazo en la adolescencia en Guatemala.

Pick de Weiss, Susan y otros (1988). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes.

Ministerio de Educación de Nicaragua (2003) Educación para la vida. Manual de Educación de la sexualidad para docentes de Pre-escolar, Primaria y Educación Media.

## Hoja de Trabajo No. 9 para estudiantes 5to-6to grado

### Taller No. 11: “¿Y si me embarazo?”

#### La historia de Marina

Esta es la historia de una chica llamada Marina, una adolescente de 14 años que convive con su madre y hermanas. Su novio Gustavo tiene 18 años; él trabaja y estudia. Ellos dos están muy enamorados. Es un chico un poco irresponsable, según la madre de Marina, a quien No le agrada mucho “ese muchacho para su hija”.

Desde los 13 años, Marina empezó a mantener relaciones sexuales con su novio. Aunque ambos sabían que podría haber un embarazo de por medio, no tomaron todas las precauciones para protegerse; pensaban que no les iba a pasar.

De repente, Marina comenzó a sentirse mal y a tener mareos. Al hacerse una prueba de embarazo, ésta dio positiva. Ella se sintió asustada y preocupada por lo que pasaría de aquí en adelante. Aunque sí tenía en sus planes ser madre y tener muchos bebés en un futuro, aún no se sentía que estaba preparada para esto. Cuando llamó a Gustavo para contarle, él se enojó con ella y le dijo que si estaba seguro que ese hijo era suyo. Ese mismo día en la noche conversaron. Gustavo recapacitó y le dijo que estaba muy asustado, pero que la acompañaría en lo que ella necesitara.

Al siguiente día Marina le dio la noticia a su madre, quien la regañó fuertemente por no haberle dicho lo que estaba sucediendo. Incluso le dijo a Marina que ya como estaba formando su propia familia, que buscara irse y que Gustavo la mantuviera a ella y a su bebé. Sin embargo no la echó de la casa y decidió ayudarla.

Cuando Marina tenía 6 semanas de embarazo, empezó a sentirse mal, ya que no estaba cuidando su embarazo como es debido en el centro de salud. Ni siquiera pensaba que a su edad, todo embarazo se considera de alto riesgo. Tan pronto se le pasó el malestar, continuó haciendo sus actividades sin asistir a los controles médicos, pues decía sentirse mejor.

Sin embargo, unos días después, empezó a tener un sangrado muy fuerte y se desmayó. Su madre la llevó de inmediato al hospital Santo Tomás. Después de ser atendida por los médicos, la familia recibió la triste noticia de que Marina perdió su bebé producto de una infección en la sangre y que su vida estaba en peligro. Luego de una semana de hospitalizada, le dieron la salida y la mandaron a su casa, más recuperada.

Para ella, que aún es casi una niña, ilusionada con tener un bebé, el golpe de la pérdida fue muy doloroso, además de las complicaciones sufridas debido al aborto espontáneo y la infección que tenía en la sangre, pues había puesto en riesgo su salud. Ella nunca pensó que esto podía pasarle a ella.

Tanto Marina como Gustavo, luego de esta experiencia, ya no se llevaban tan bien y se culpaban el uno al otro por la situación de haberse embarazado. A los pocos meses, terminaron su relación de noviazgo. Ahora Marina tendrá que aprender a llevar este dolor y seguir hacia adelante, teniendo siempre en su corazón la ilusión y el amor que perdió.

BORRADOR

BORRADOR

## “¿Qué sabes sobre las ITS y el VIH/sida?”

### Eje Temático

Salud Sexual y Reproductiva



### Contenidos

Prevención de ITS y el VIH/sida



### Objetivos didácticos

- Promover la comprensión de los factores de riesgo y protectores relacionados con las ITS y el VIH/sida
- Facilitar la formación de habilidades para prevenir las ITS y el VIH/sida



### Objetivos de aprendizaje

- Reconoce las vías de transmisión de las ITS y el VIH/sida y cómo prevenirlas
- Respeta los derechos de las personas afectadas por una ITS o por el VIH/sida, entendiendo claramente los conceptos de estigma y discriminación



### Duración

60 minutos



### Materiales

Papelógrafos, cartulinas, lápices y marcadores de colores, maskintape, Hoja de Trabajo No. 10 (cuestionario)



### Preparación

Tal vez Ud. piense que los niños y niñas son demasiado jóvenes para conocer acerca de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) o el VIH/sida, pero lo cierto es que reciben constantemente información a través de los medios de comunicación, los amigos y amigas o los miembros de su familia. Incluso tal vez conozcan a alguien que es seropositivo/a o a una persona que tiene sida.

La única forma de prevenir la ITS y el VIH/sida es compartir información precisa y adecuada para la edad y al mismo tiempo, enseñarles a protegerse y a desarrollar tempranamente comportamientos responsables, sobre todo teniendo en cuenta que pueden ser vulnerables al abuso sexual (a través del cual pueden resultar infectados), y que existe también el riesgo de que inicien tempranamente la actividad sexual, por lo que hay que trabajar con vistas a que se abstengan y pospongan lo más posible el momento de la iniciación.

Estos contenidos contribuirán también a que comprendan las situaciones de vida que afrontan las personas afectadas por el VIH/sida o cualquier ITS y a que se prevenga el estigma y la discriminación.

Al preparar esta actividad, utilice los conceptos y orientaciones generales de la sección 3.5 (Salud Sexual y Reproductiva), así como la bibliografía recomendada. En la sección de Anexos de esta Guía, encontrará 2 Hojas Informativas para Docentes, relativas al VIH/sida y las ITS, que le serán de utilidad para complementar la información.



## Secuencia de actividades

1. Presentación
  - “Compartiendo conceptos básicos”
2. Desarrollo
  - “El quiz del VIH/sida”
3. Cierre:
  - Ideas clave
  - Preguntas
  - “Yo no discrimino”



### Presentación

1. Inicie la sesión recordando al grupo que, según se ha explicado en otras actividades, así como en las asignaturas escolares, los niños y las niñas tienen derecho a disfrutar del más alto nivel posible de salud, incluyendo la salud sexual y reproductiva. También tienen el derecho de recibir información y educación sobre la sexualidad y la SSR, lo que les permite cuidar de su salud y prevenir comportamientos que los ponen en riesgo de contraer enfermedades o de sufrir otros problemas.
2. Pídeles que comenten si han escuchado hablar sobre las Infecciones de Transmisión Sexual y el VIH/sida, qué saben al respecto y cómo lo han aprendido.
3. A partir de las respuestas, esclarezca las ideas erróneas y presente los siguientes conceptos básicos (puede traerlos impresos y repartirlos al grupo, o presentarlos en pautas o Power Point):

#### A. ¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?

- Las ITS son infecciones que se transmiten principalmente a través del contacto sexual con una persona infectada. Algunas pueden transmitirse a través del contacto piel a piel; el intercambio de fluidos corporales; compartir jeringuillas contaminadas; contacto con la sangre de personas infectadas; o de madre a hijo o hija, durante el embarazo, el parto o a través del amamantamiento.

- Algunas ITS causan síntomas o incomodidad. Otras no siempre tienen síntomas (especialmente en las mujeres). Aún cuando una infección no produzca síntomas, puede tener consecuencias de salud serias, incluido el poner en peligro la fecundidad o la propia vida.
- Entre las ITS que pueden tener consecuencias más graves para la salud, están: el VIH, el Virus del Papiloma Humano (VPH), la sífilis, la gonorrea, la clamidia, las tricomonas y el herpes.

#### B. ¿Qué es el VIH?

- VIH significa Virus de la Inmunodeficiencia Humana.
- La “V” corresponde a “Virus”. Virus es un microorganismo que necesita de una célula como huésped para reproducirse.
- La “I” corresponde a “Inmunodeficiencia” porque ataca el sistema inmunológico, que es el Sistema de defensa del cuerpo.
- La “H” corresponde a “Humana” porque el virus sobrevive sólo en los seres humanos.
- El VIH ataca un tipo específico de glóbulo blanco humano, llamado célula T.
- Una persona puede infectarse con VIH y no saberlo. Las personas que se infectan con VIH con frecuencia no presentan síntomas y se sienten sanas.

#### C. ¿Qué es el sida?

- Sida significa Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida.
- La “S” corresponde a “Síndrome” porque el sida es un conjunto de síntomas característico de enfermedades o infecciones.
- La “I” y la “D” corresponden a “Inmuno” y “Deficiencia” porque el VIH puede dañar el sistema inmunológico (sistema de defensa del organismo) de una persona, dificultándole luchar contra las infecciones.
- La “A” corresponde a “Adquirida” porque hay formas muy específicas en que una persona pueda infectarse con VIH (modos de transmisión).
- El sida es causado por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH)
- La infección por VIH llega a la etapa



## Desarrollo

llamada sida cuando las defensas están muy debilitadas y no pueden proteger al organismo en forma adecuada. Aparecen entonces enfermedades que la persona no padecería si tuviese el sistema inmunológico funcionando correctamente. Estas enfermedades son llamadas “oportunistas”, porque se presentan cuando el sistema de defensas del cuerpo humano está dañado y, a causa de ello, el estado general de la persona se deteriora.

### C. ¿Es lo mismo vivir con VIH que tener sida?

- No es lo mismo. El hecho de que una persona esté infectada por el VIH no quiere decir que tenga o vaya a tener sida, pero sí indica que puede transmitir la infección a otras personas, si no se toman las precauciones necesarias.

1. Una vez examinados los conceptos básicos, comente que se van a tratar las formas de transmisión del VIH/sida y posteriormente se analizarán las vías para su prevención.
2. Organice 4 equipos e invítelos a participar en un concurso de conocimientos: “El quiz del VIH/sida”. Reparta a cada equipo la Hoja de Trabajo No. 10 que incluye las preguntas, darles unos minutos para analicen las respuestas correctas y las coloquen en la columna correspondiente (“Cierto” o “Falso”). Insista en que no se trata de una evaluación, sino de un ejercicio.
3. En la columna de la derecha aparece la clave de respuestas para uso exclusivo de docentes:

El VIH puede transmitirse a través de:	Sí	No
La madre, durante el embarazo, el parto o la lactancia	X	
Estornudos, tos		X
Besar, abrazarse, dar la mano, jugar, trabajar o estudiar		X
La picadura de un mosquito, si ha picado antes a una persona que vive con VIH/sida		X
La saliva, las lágrimas, el sudor, el aire y el agua		X
El uso compartido de jeringas y otros elementos cortantes y punzantes	X	
Compartir la comida o la bebida		X
Las relaciones sexuales sin protección	X	
Bañarse en duchas o piscinas e intercambiar la ropa		X
El uso compartido de maquinillas de afeitar y cepillos de dientes	X	
Compartir vasos, cubiertos		X
La práctica compartida de deportes.		X

4. A continuación, en sesión plenaria, vaya leyendo cada una de las preguntas y solicite por turno a un equipo que la respondan. Distribuir las preguntas de forma tal que queden 3 para cada equipo
5. En caso de respuestas erróneas, pida primero el criterio de los restantes equipos para que la rectifiquen. En esta parte de la actividad, deben quedar precisados los siguientes puntos, que también pueden ser incorporadas en la hoja de Trabajo con los conceptos básicos:

#### A. ¿Cómo se transmite el VIH?

El virus se transmite por tres vías comprobadas:

- Transmisión sexual: las relaciones sexuales sin protección, es decir, sin el uso de preservativo.
- Transmisión por vía sanguínea: compartir el uso de instrumentos punzantes, cortantes o de uso personal, como maquinillas de afeitar y cepillos de dientes.
- Transmisión perinatal: una mujer que vive con VIH puede transmitir el virus a su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.

#### B. ¿Cómo prevenir la infección del VIH/sida?

- Por la vía de transmisión sexual: en el caso de niños, niñas y adolescentes, abstenerse de las relaciones sexuales y posponerlas hasta el momento en que exista la madurez requerida. En el caso de las personas que tienen relaciones sexuales, es indispensable usar preservativo. También se recomienda no tener relaciones sexuales con otras personas fuera de su pareja.
- Por la vía de transmisión sanguínea: no compartir instrumentos punzantes o cortantes como jeringuillas, agujas, maquinillas de afeitar, cepillos de dientes, agujas de tatuar o perforar, etc.
- Por la vía perinatal (de la madre al hijo/ hija): es importante que las mujeres embarazadas se hagan la prueba de VIH para saber si están o no infectadas. Existen tratamientos para el cuidado de la madre y del bebé.

#### C. ¿Cómo apoyar a las personas que viven con VIH/sida?

- Querer y apoyar a quienes tienen VIH/sida no trae riesgos y tiene efectos positivos sobre su salud y la de quienes lo rodean. Quienes rechazan a estas personas ignoran las características de la enfermedad y se dejan llevar por prejuicios y falsas creencias. Estar informados e informadas ayuda a prevenirse y a no discriminar a las personas afectadas por el VIH/sida.
- Los niños, niñas y adolescentes portadores del VIH no deben considerarse en ningún caso, diferentes de los otros. No corren riesgo de transmitir el virus a sus compañeras y compañeros al compartir el aula, los útiles escolares ni otros elementos de uso cotidiano.
- En Panamá, la Ley No. 3 de 5 de enero de 2000, sobre las ITS y el VIH/sida, prohíbe cualquier discriminación y acto estigmatizador o segregador, en perjuicio de las personas enfermas o portadoras de estas infecciones y precisa que ningún estudiante podrá ser discriminado, excluido o expulsado por ser portador o portadora, o por estar enfermo/a de sida.

6. Estimule a los equipos que hayan tenido mayores puntajes y de ser posible, identifique al equipo ganador.



#### Cierre y evaluación

1. Concluya la actividad destacando las siguientes ideas clave:
  - Las ITS, incluyendo el VIH/sida privan a las personas del derecho a disfrutar de la salud, y en muchos casos, del derecho a la vida.
  - El VIH se transmite únicamente por tres vías: relaciones sexuales, uso de instrumentos punzantes o cortantes que hayan estado en contacto con la sangre de una persona infectada, o de la madre a

su bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.

- El VIH no se transmite a través de:
  - Estornudos, tos, sudor, lágrimas
  - Abrazos o saludos con las manos
  - Mosquitos u otros insectos
  - Compartir vasos, cubiertos, ropa
  - Compartir el baño, la piscina, dormir en la misma cama
- Cuando las personas de todas las edades, incluyendo niños, niñas y adolescentes, ejercen su derecho a la información y educación en SSR, son capaces de tomar de decisiones responsables, practicar estilos de vida saludables y prevenir de las infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH/sida.
- Las personas que se infectan de una ITS o el VIH deben ser tratadas con respeto y recibir el apoyo y la atención médica que merecen. No se les debe juzgar, discriminar ni maltratar porque tienen los mismos derechos y son protegidas por las leyes de nuestro país.

2. Finalice preguntando:

- ¿Qué aprendimos en esta actividad?
- ¿Por qué es valiosa esta información para nuestra vida?

3. Cierre la sesión con un ejercicio vivencial: “Yo no discrimino”. Coloque al grupo formando un círculo. Solicitar a cada estudiante que exprese cómo se despediría de un niño o una niña que vive con el VIH (una palabra amistosa, un abrazo, una palmadita en la espalda, un beso en mejilla, etc.)



## Referencias

Adaptado de: Ministerio de Educación de Argentina (2010). Educación sexual integral para la educación primaria: contenidos y propuestas para el aula. Págs. 71-73.

Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos.

SIECUS (2003). “La Familia habla”, Vol. 2, N° 2. En: [www.siecus.org](http://www.siecus.org)

## Hoja de Trabajo No. 10 para estudiantes de 5to-6to grado

### Taller No. 12: “¿Qué sabes sobre las ITS y el VIH/sida?”

¿Qué sabes sobre la transmisión del VIH/sida?		
El VIH puede transmitirse a través de:	Sí	No
La madre, durante el embarazo, el parto o la lactancia		
Estornudos, tos		
Besar, abrazarse, dar la mano, jugar, trabajar o estudiar		
La picadura de un mosquito, si ha picado antes a una persona que vive con VIH/sida		
La saliva, las lágrimas, el sudor, el aire y el agua		
El uso compartido de jeringas y otros elementos cortantes y punzantes		
Compartir la comida o la bebida		
Las relaciones sexuales sin preservativo		
Bañarse en duchas o piscinas e intercambiar la ropa		
El uso compartido de maquinillas de afeitar y cepillos de dientes		
Compartir vasos, cubiertos		
La práctica compartida de deportes		

BORRADOR

BORRADOR

# Capítulo 5

## Documentos y Recursos

### Guías y manuales de EIS

1. ACNUDH (2004). La enseñanza de los Derechos Humanos. Actividades prácticas para escuelas primarias y secundarias.
2. Berrío, Edilma; Armién, Blas y Stanziola, Domingo (2014). Crecer sin VIH: Prevenir con Educación. Publicado con el apoyo del UNFPA y del Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud.
3. Consejo de Europa. La Regla de Kiko. Campaña “Uno de cada cinco” para poner fin a la violencia sexual contra los niños. En: [www.laregladekiko.org](http://www.laregladekiko.org) y [www.coe.int/oneinfive](http://www.coe.int/oneinfive)
4. Corona, Esther y Ortiz, Gema (2005) ¡Hablemos de educación y salud sexual! Manual para profesionales de la educación. Vol. 2: Herramientas educativas.
5. Cruz Roja Juventud España (2007). El Cuaderno de tus Derechos. En: [www.cruzroja.es](http://www.cruzroja.es)
6. CulturaSalud (2010) Hombres Jóvenes por el fin de la Violencia. Manual para facilitadores y facilitadoras. Santiago de Chile.
7. Defensoría del Pueblo/Colombia (2006). Guía didáctica para orientar la práctica de los derechos humanos. En: [www.defensoria.org.co](http://www.defensoria.org.co)
8. Guía didáctica para trabajar género y masculinidad con niños, niñas y adolescentes “Creciendo Juntos y Juntas”, Igualdad de Género desde la Infancia, REDMAS con el auspicio de Save The Children.
9. Instituto de Salud Reproductiva, Georgetown University y Family Health International (2005). Mi Cuerpo está cambiando: conocimiento de la fertilidad para jóvenes.
10. Jiménez, Pilar (1999). Materiales Didácticos para la Prevención de la Violencia de Género. Unidad Didáctica para Educación Primaria. Editado por la Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía, España.
11. Kwast, Elizabeth y Laws, Sophie (2007). Versión amigable del Estudio del Secretario General de las Naciones Unidas sobre la Violencia contra los Niños. Adaptada para niños, niñas y adolescentes.



12. Ministerio de Educación de Argentina (2010). Educación sexual integral para la educación primaria y secundaria: contenidos y propuestas para el aula.
13. Ministerio de Educación de Argentina (2014). Guía Federal de orientaciones para la intervención educativa en situaciones complejas relacionadas con la vida escolar.
14. Ministerio de Educación de la República del Perú (2014). Guía de Educación Sexual Integral para docentes del nivel de educación primaria.
15. Ministerio de Educación de Nicaragua (2003) Educación para la vida. Manual de Educación de la sexualidad para docentes de Pre-escolar, Primaria y Educación Media.
16. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala. Guía de prevención del embarazo en la adolescencia en Guatemala.
17. Ministerio de Salud y Desarrollo Social, Ministerio de Educación y Deporte de Venezuela (2008). Educación de la Sexualidad, Salud Reproductiva y Equidad de Género.
18. Planned Parenthood of New York City (2009). ¿Y entonces, qué digo? Una guía escrita por padres y madres para ayudar a otros padres y madres a hablar con sus hijos(as) sobre la sexualidad. En: [www.ppnyc.org](http://www.ppnyc.org)
19. Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. En: [http://www.popcouncil.org/pdfs/2011PGY\\_ItsAllOneGuidelines\\_es.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/2011PGY_ItsAllOneGuidelines_es.pdf)
20. Programa de Educación Sexual de Uruguay. Es parte de la vida. Material de apoyo sobre educación sexual y discapacidad para compartir en familia.
21. Ramos, Valeria (2011). XX Técnicas Grupales para el trabajo en sexualidad con Adolescentes y Jóvenes. Oficina de País del UNFPA/Uruguay.
22. REDMAS y Save the Children, Nicaragua. Guía didáctica para trabajar género y masculinidad con niños, niñas y adolescentes. "Creciendo Juntos y Juntas", Igualdad de Género desde la Infancia. En: [www.redmasnicaragua.org](http://www.redmasnicaragua.org)
23. República de Honduras. Secretaría de Educación (2012). Proyecto Abriendo Espacios Humanitarios. Guía Didáctica del Docente.
24. Save the Children y UNICEF, Perú (2007). "Nuestro derecho a ser protegidos de la violencia: actividades para aprender y actuar, dirigido a niños, niñas y adolescentes."
25. UNESCO (2010). Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad. Un enfoque basado en evidencia orientado a escuelas, docentes y educadores de la salud. En: <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281s.pdf>
26. UNFPA (2014). Directrices operacionales del UNFPA para la educación integral de la sexualidad: un enfoque basado en los derechos humanos y género. En: <http://www.unfpa.org/es/publications/directrices-operacionales-del-unfpa-para-la-educaci%C3%B3n-integral-de-la-sexualidad>
27. UNODOC (2016) Mini Guía de Seguridad Informática. En: [www.unodc.org/documents/organized-crime/cybercrime/Cybercrime\\_Safety\\_Guide\\_Spanish.pdf](http://www.unodc.org/documents/organized-crime/cybercrime/Cybercrime_Safety_Guide_Spanish.pdf)

## Convenciones internacionales y leyes nacionales

1. Organización de las Naciones Unidas (1948). Declaración Universal de Derechos Humanos. En: <http://www.unhchr.org>
2. Organización de las Naciones Unidas (1993). Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. Resolución de la Asamblea general 48/104.
3. Organización de las Naciones Unidas (2010). Informe del Relator Especial de las Naciones Unidas sobre el derecho a la educación, Sr. Vernor Muñoz.
4. República de Panamá. Constitución Política de 1972, ajustada a los Actos Reformativos de 1978, al Acto Constitucional de 1983, a los Actos Legislativos No. 1 de 1993 y No. 2 de 1994, y al Acto Legislativo No. 1 de 2004. Gaceta Oficial No. 25176 del 15 de noviembre de 2004.
5. República de Panamá. Ley 15 de 6 de noviembre de 1990, que aprueba la Convención sobre los Derechos del Niño.
6. República de Panamá. Ley 27 de 16 de junio de 1995, por la cual se tipifican los delitos de violencia doméstica y maltrato de menores.
7. República de Panamá. Ley 29 del 13 de junio de 2002, que garantiza la salud y la educación de la Adolescente Embarazada
8. República de Panamá. Ley 3 de 17 de mayo de 1994, que aprueba el Código de la Familia; Artículo 491 y Decreto Ejecutivo 28 de 26 de enero de 1996, que desarrolla el Artículo 491 del Código de la Familia.
9. República de Panamá. Ley 3 del 5 de enero de 2000, sobre ITS/VIH/SIDA
10. República de Panamá. Ley 38 de 10 de junio de 2001, que reforma y adiciona artículos al Código Penal y Judicial, sobre violencia doméstica y maltrato al niño, niña y adolescente, y deroga artículos de la Ley 27 de 1995 y dicta otras disposiciones.
11. República de Panamá. Ley 4 de 29 de enero de 1999, por la cual se instituye la igualdad de oportunidades para las mujeres.
12. República de Panamá. Ley 82 de 24 de octubre de 2013, que adopta medidas contra la violencia en las mujeres y reforma el Código Penal para tipificar el femicidio y sancionar los hechos de violencia contra la mujer.
13. República de Panamá. Ley Orgánica de Educación, 47 de 24 de septiembre de 1946, y Ley 34 de 1995, por la cual se deroga, modifican, adiciones y subrogan artículos de la Ley 47 de 1946.

BORRADOR

BORRADOR

# Anexos

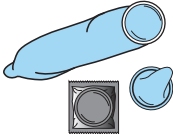

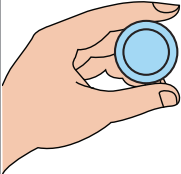
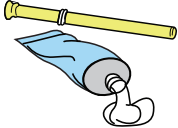
## Lista de Acrónimos

ACNUDH	Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos
APLAFA	Asociación Panameña para el Planeamiento de la Familia
CEDAW	Convención sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación contra la Mujer
CELADE	Centro Latinoamericano de Demografía
CEPAL	Comisión Económica para América Latina y el Caribe
CIPD	Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo
CND	Convención sobre los Derechos del Niño
CONAMU	Consejo Nacional de la Mujer
CONAPREDES	Comisión Nacional para la Prevención de Delitos Sexuales
CONAVIH	Comisión Nacional de VIH y SIDA
DDHH	Derechos Humanos
DSR	Derechos Sexuales y Reproductivos
EIS	Educación Integral en Sexualidad
ENASSER	Encuesta Nacional de Salud Sexual y Reproductiva
ICGES	Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud
IDH	Índice de Desarrollo Humano
INADEH	Instituto Nacional para el Desarrollo Humano
INAMU	Instituto Nacional de la Mujer
INEC	Instituto Nacional de Estadística y Censo
ITS	Infección de Transmisión Sexual
MEDUCA	Ministerio de Educación
MEF	Ministerio de Economía y Finanzas


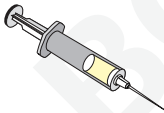
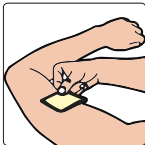
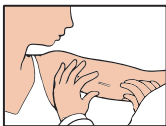
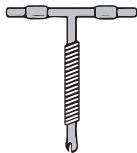
MIDES	Ministerio de Desarrollo Social
MINGOB	Ministerio de Gobierno
MINSA	Ministerio de Salud
MINSEG	Ministerio de Seguridad Pública
MIRE	Ministerio de Relaciones Exteriores
OCDE	Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico
ODM	Objetivos de Desarrollo del Milenio (2015)
ODS	Objetivos de Desarrollo Sostenible (2030)
OIM	Organización Internacional de Migraciones
OIT	Organización Internacional del Trabajo
ONG	Organización no Gubernamental
ONU	Organización de las Naciones Unidas
ONU MUJERES	Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres
ONUSIDA	Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH y SIDA
OPS/OMS	Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud
PNNA	Programa Nacional de la Niñez y Adolescencia
PNUD	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
PROBIDSIDA	Fundación por el Bienestar y la Dignidad de las Personas con Sida
SNU	Sistema de las Naciones Unidas
SSR	Salud Sexual y Reproductiva
TdR	Términos de Referencia
TIC	Tecnologías de la información y la comunicación
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
UNFPA	Fondo de Población de las Naciones Unidas
UNGASS	Sesión Extraordinaria de la Asamblea General de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA
UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
UNODOC	Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito

USAID	Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional
VBG	Violencia Basada en Género
VIH/sida	Virus de Inmunodeficiencia Humana/Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida
VS	Violencia Sexual



## Hoja Informativa No. 1 para Docentes: Métodos Anticonceptivos<sup>52</sup>

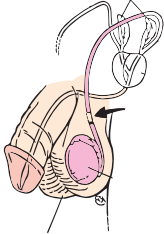
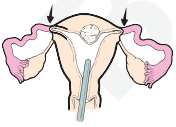
Métodos temporales “controlados por la persona usuaria” que bloquean la llegada del espermatozoides al óvulo			
MÉTODO	Qué es y cómo trabaja	¿Protege contra ITS/VIH?	Otras características
<b>Condón masculino</b> 	Funda de látex delgado que se desenrolla sobre el pene erecto antes de la relación sexual y que evita que el espermatozoides entre en la vagina.	Sí	Es uno de los dos métodos que ofrecen protección doble contra el embarazo y la infección, de esta forma protegiendo también contra la infertilidad y el cáncer cervical. Permite que hombres adultos y jóvenes se protejan a sí mismos y protejan a sus parejas. Son de fácil obtención. Deben colocarse durante la actividad sexual previo al coito. Algunas personas encuentran que el condón reduce la sensación. Puede romperse o tener fugas, especialmente si se usa incorrectamente.
<b>Condón femenino</b> 	Funda de plástico lubricado con dos anillos, uno de los cuales permanece fuera de la vagina cubriendo parte de los labios y el otro es colocado dentro de la vagina cubriendo el cuello uterino. Forma una bolsa que capta el semen.	Sí	Puede insertarse horas antes de que comience la actividad sexual. Permite que mujeres adultas y jóvenes se protejan a sí mismas y protejan a sus parejas. Su presencia es notoria durante la relación sexual y la inserción puede requerir práctica. Su costo es alto en comparación con los condones masculinos.
<b>Diafragma y tapón cervical</b> 	<p><b>Diafragma:</b> Capuchón de goma poco profundo y suave, que se llena con espermicida y se inserta dentro de la vagina antes de la relación sexual. Cubre el cuello del útero para evitar que el espermatozoides entre; y el espermicida se encarga de matar el espermatozoides.</p> <p><b>Tapón cervical:</b> Capuchón de látex en forma de dedal que se inserta dentro de la vagina, se coloca ajustadamente sobre el cuello uterino y se mantiene en su lugar por succión, con el fin de bloquear el paso del espermatozoides. Se recomienda su uso junto con un espermicida.</p>	Todavía no se sabe si el tapón o el diafragma ofrece alguna protección contra las infecciones.	Puede insertarse antes de que comience la actividad sexual. No está disponible ampliamente. Se puede salir de su lugar durante la relación sexual. El tamaño apropiado debe ser determinado por un prestador de servicios de salud.
<b>Espermicidas</b> 	<p>Productos químicos en forma de espuma, crema, jalea, película soluble o supositorio que se insertan en la vagina, creando una barrera física y matando el espermatozoides.</p> <p>Un espermicida puede usarse por sí solo o con un método de barrera, como los condones, para aumentar su efectividad.</p>	No	El uso repetido de espermicidas a base de nonoxynol (N-9) puede conducir a lesiones genitales, lo cual aumenta el riesgo de transmisión del VIH. Las mujeres con alto riesgo de infección por VIH no deben usarlos. Algunos pueden ser incómodos por la suciedad que generan.



Métodos de acción prolongada que actúan al interior del sistema corporal			
MÉTODO	Qué es y cómo trabaja	¿Protege contra ITS/VIH?	Otras características
<b>Anticonceptivos orales ("la píldora")</b> 	Pequeñas píldoras de hormonas sintéticas (estrógeno y progestágeno, o solamente progestágeno) que evitan la ovulación e interfieren en la migración del esperma al aumentar el espesor del moco cervical. Las mujeres las toman diariamente por vía oral ya sea por 21 o 28 días dependiendo de su marca y tipo.	No	No requiere que la mujer inserte o aplique el método al momento de las relaciones sexuales. Puede reducir los cólicos menstruales y el riesgo de ciertos tipos de cáncer, anemia, problemas de las mamas y la enfermedad inflamatoria pélvica. La mujer debe recordar tomar la píldora diariamente. Típicamente hay un rápido retorno a la fecundidad después de que la mujer deja de tomar la píldora.
<b>Inyectables</b> 	Inyección que se aplica a intervalos regulares, usualmente de 1 a 3 meses; y que contiene progestágeno, una hormona sintética que evita la ovulación y hace que el moco cervical se haga más espeso.	No	Puede usarse sin que otras personas lo sepan. No requiere que la mujer inserte o aplique el método al momento de las relaciones sexuales. Puede disminuir el riesgo de ciertos tipos de cáncer. El retorno a la fecundidad puede tardar algunos meses después de suspender su uso.
<b>Parche anticonceptivo</b> 	Pequeño parche adhesivo que se aplica en la piel y libera lentamente progestágeno y estrógeno a través de la piel, para evitar la ovulación y espesar el moco cervical.	No	No requiere que la mujer inserte o aplique el método al momento de las relaciones sexuales. Es menos efectivo para mujeres que pesan más de 90 kilos (198 lbs). Después de que la mujer deja de usarlo, la fecundidad regresa rápidamente.
<b>Implantes</b> 	Una o dos barras pequeñas y suaves que se implantan en la parte superior del brazo de la mujer y que, en forma continua, liberan una dosis baja de progestágeno a lo largo de un período de 3 a 5 años. Espesa el moco cervical e inhibe la ovulación.	No	Los implantes pueden ser retirados en cualquier momento, pero deben ser insertados y retirados por un prestador de servicios de salud. No requieren que la mujer inserte o aplique el método al momento de las relaciones sexuales. La fecundidad se restablece inmediatamente al ser removidos.
<b>Dispositivos Intrauterinos (DIU)</b> 	Los DIU son pequeños dispositivos, comúnmente en forma de T, que un prestador de servicios de salud inserta en el útero. Algunos DIU liberan progestágeno (una hormona), mientras que otros están recubiertos de cobre, que tiene efectos anticonceptivos. Evitan que el esperma llegue al óvulo. Algunos tipos de DIU pueden funcionar hasta por 10 años.		

**Métodos de comportamiento” — requieren de conductas específicas basadas en la comprensión y buen funcionamiento de su cuerpo**

MÉTODO	Qué es y cómo trabaja	¿Protege contra ITS/VIH?	Otras características
<p><b>Método de la temperatura corporal</b></p> 	<p>La temperatura del cuerpo de la mujer aumenta con la ovulación. Al tomarse la temperatura cada mañana antes de levantarse de la cama o moverse, ella puede identificar cuándo ha ocurrido la ovulación. No se puede predecir la ovulación, pero unos cuantos días después de ocurrida la ovulación, la mujer sabe que no es fecunda por el resto del ciclo. Hasta que ocurre la ovulación, ella puede usar un método anticonceptivo de barrera, o puede abstenerse de tener relaciones sexuales.</p>	No	<p>Se necesita un termómetro especial llamado termómetro corporal basal que permita a la usuaria darse cuenta de ligeras diferencias en la temperatura de su cuerpo. Debido a que la temperatura algunas veces desciende justo antes de la ovulación, esto puede ayudar a las parejas que están tratando de lograr un embarazo para identificar los días más fecundos del ciclo.</p> <p>Requiere la cooperación de la pareja de la mujer.</p>
<p><b>Métodos del Calendario, Días Estándar, Cuenta Ciclos</b></p> 	<p>Muchas mujeres tienen ciclos menstruales que son bastante predecibles en términos de la periodicidad con la que inicia un nuevo ciclo. Los Cuenta Ciclos (usados para el Método de Días Estándar) y el método del Calendario son dos métodos que las mujeres pueden usar para identificar los días fecundos durante los cuales pueden abstenerse o usar un método anticonceptivo de barrera.</p>	No	<p>Este método es más práctico para mujeres que tienen ciclos regulares.</p> <p>Puede también ayudar a parejas que están tratando de lograr un embarazo a identificar los días más fecundos del ciclo.</p> <p>Requiere la cooperación de la pareja de la mujer.</p>

<b>Métodos quirúrgicos permanentes</b>			
<b>MÉTODO</b>	<b>Qué es y cómo trabaja</b>	<b>¿Protege contra ITS/VIH?</b>	<b>Otras características</b>
<b>Vasectomía, esterilización masculina</b> 	<p>Operación ambulatoria sencilla para cortar y ligar los vasos deferentes. El esperma es entonces reabsorbido sin causar daño alguno en el cuerpo del hombre, en vez de incorporarse al semen. No cambia la capacidad del hombre para tener relaciones sexuales, sentir placer sexual o eyacular.</p>	No	<p>La vasectomía no es efectiva sino hasta después de tres meses posteriores a la cirugía. Este es un método permanente.</p>
<b>Esterilización femenina, esterilización tubaria</b> 	<p>Procedimiento quirúrgico para cortar y ligar (ligadura tubaria) o bloquear las trompas de Falopio, para evitar que el esperma y el óvulo se encuentren. No cambia la capacidad de la mujer para tener relaciones sexuales o sentir placer sexual.</p>	No	<p>Este es un método permanente.</p>

## Hoja Informativa No. 2 para Docentes: VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) y SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida)<sup>53</sup>

### ¿Cuál es la diferencia entre el VIH y el SIDA?

El VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) es un virus que ataca y deteriora el sistema inmune de una persona. Cuando el sistema inmune se debilita debido al VIH, el cuerpo ya no puede luchar contra las enfermedades y puede desarrollar infecciones y cánceres graves que, con frecuencia, son un riesgo para la vida. Esta condición es conocida como SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida). Las personas que viven con el VIH pueden también ser diagnosticadas con SIDA si sus pruebas de sangre muestran que el número de células del sistema inmune que combaten las enfermedades han disminuido por debajo de cierto nivel.

### ¿Cómo se transmite el VIH?

El VIH está presente en los fluidos corporales de las personas que han sido infectadas con el virus. Una persona que es VIH-positiva puede transmitir el virus a otras personas a través de su semen (incluida la pre eyaculación), secreciones vaginales, leche materna o sangre. El virus es transmitido más comúnmente a través del intercambio de semen y secreciones vaginales durante la relación sexual. El VIH no solamente se transmite a través de las relaciones sexuales vaginales entre un hombre y una mujer; puede también ser transmitida a través de las relaciones sexuales anales entre dos hombres. Tener una infección de transmisión sexual puede aumentar el riesgo de adquirir o transmitir el VIH durante la relación sexual. El VIH puede también ser transmitido a otras personas por medio de la transfusión de sangre infectada, por compartir agujas para el uso de drogas o esteroides con una persona que vive con la infección o

por someterse a la perforación corporal o tatuajes. El VIH también puede transmitirse de una madre VIH-positiva a su bebé durante el embarazo, parto o el amamantamiento. Las relaciones sexuales orales también conllevan algún riesgo de transmisión del VIH. Si bien el uso de instrumentos contaminados durante el arreglo de las manos, de los pies, o al rasurarse, puede conllevar un riesgo de infección, la transmisión del VIH a través de estas rutas es altamente improbable. El VIH no puede transmitirse al tocar, besar, estornudar, toser, por compartir comida, bebidas o utensilios, o a través del contacto cotidiano en el trabajo, escuela o el hogar; tampoco a través del uso de piscinas, baños públicos, o por piquetes de insectos. El VIH no puede transmitirse a través de la saliva, lágrimas o sudor. La orina y las heces no transmiten el VIH si no contienen sangre.

### ¿Cómo se puede prevenir el VIH?

Actualmente no hay una vacuna o cura para el VIH, por lo que la prevención es esencial.

La transmisión sexual puede prevenirse mediante la abstención de relaciones sexuales desprotegidas, o mediante el uso de condones masculinos o femeninos cada vez que se tiene una relación sexual. Otro enfoque para la prevención es limitarse a una sola pareja sexual; esto es, ser mutuamente “fieles” o monógamos. Sin embargo, este enfoque funciona solamente si ambas partes de la pareja son realmente monógamas y si realmente son VIH-negativas. Desafortunadamente, muchas personas no están conscientes de si ellas —o sus parejas— ya están infectadas con el VIH; la única forma de saber con seguridad es hacerse la prueba del VIH. Además, nadie puede garantizar que su pareja nunca tendrá otra pareja sexual. Por estas razones, el enfoque de “ser fiel” conlleva riesgos para algunas personas. Para los hombres, la circuncisión ofrece alguna protección contra el VIH, pero no elimina el riesgo de la infección. Para las mujeres, no hay beneficios directos conocidos de la circuncisión

masculina. Por lo tanto, aún los hombres circuncidados deben usar condones.

La transmisión por agujas por compartir una aguja infectada puede también evitarse usando solamente agujas nuevas o estériles para todas las inyecciones o perforaciones de la piel.

Transmisión madre a hijo. Las mujeres embarazadas deben siempre hacerse la prueba del VIH. Las embarazadas VIH-positivas pueden tomar medicamentos preventivos para reducir las probabilidades de que su bebé sea infectado por el VIH durante el embarazo y parto. La transmisión del virus de la madre al bebé puede también ocurrir después del parto a través del amamantamiento. Las madres VIH-positivas deben buscar el asesoramiento de algún prestador de servicios de salud para prevenir la transmisión del VIH durante el embarazo y parto, así como para aprender las opciones apropiadas de alimentación para sus hijos recién nacidos.

### ¿Puede ser curada o tratada la infección con VIH?

La infección con VIH no puede curarse, pero puede sujetarse a tratamiento. Actualmente, el tratamiento para el VIH se llama terapia antirretroviral (TAR). La TAR es una combinación de medicamentos que reduce el nivel del VIH en la sangre y hace más lenta la destrucción del sistema inmune. La TAR ha mejorado la calidad y duración de la vida de muchas personas con VIH. La TAR también reduce la enfermedad y muerte debida al SIDA, la etapa más avanzada de la infección con VIH. No todas las personas responden de igual manera a los medicamentos. Sin embargo, sin tratamiento, una persona infectada con VIH generalmente desarrolla el SIDA en algún momento dentro de uno a diez años después de ser infectada. Una persona con SIDA sin tratamiento puede vivir menos de un año.

### ¿Cómo puede una persona saber si él, ella o su pareja tiene VIH?

La única forma de saber si usted ha sido infectado con el VIH es hacerse una prueba del VIH. La única forma de saber si su pareja sexual es VIH-positiva, es que él o ella se haga una prueba de VIH y comparta el resultado con usted. Millones de personas que son VIH-positivas se sienten y parecen completamente sanas, no tienen síntomas y no tienen idea de que están transmitiendo el virus a otras personas.

La prueba del VIH detecta la presencia de células especiales (llamadas anticuerpos VIH) si la persona está infectada. Usualmente, las pruebas pueden detectar los anticuerpos contra el VIH dentro de seis a ocho semanas posteriores a la exposición. En raros casos puede tomar hasta seis meses para que el nivel de anticuerpos sea detectado por una prueba de laboratorio.

Un resultado positivo de la prueba del VIH significa que la persona tiene anticuerpos contra el VIH y que está infectada con el virus. Si la primera prueba es positiva, una segunda prueba diferente se realiza para confirmar los resultados. Una prueba del VIH negativa significa que la persona no está infectada con el VIH.

O puede significar que la persona está infectada pero todavía no ha producido suficientes anticuerpos contra el VIH para resultar positiva en la prueba. Alguien que resulte VIH-negativo pero que sospeche que ella o él estuvo expuesto recientemente al virus, debe hacerse de nuevo la prueba en unos cuantos meses.

### ¿Por qué las personas deben hacerse la prueba del VIH?

Hay muchas razones por las que es importante hacerse la prueba del VIH. El obtener un resultado negativo puede traer un enorme alivio a la persona. También puede alentarla a practicar un comportamiento sexual más seguro en el futuro. Para quienes resultan VIH-positivos, a partir del

resultado pueden empezar a buscar atención y tratamiento. El tratamiento puede mejorar la calidad y prolongar significativamente la vida de una persona que es VIH-positiva. Las personas que se hacen la prueba pueden también informar y proteger a sus parejas sexuales. Es muy importante para una mujer que esté -o que desee estar-embarazada, saber su condición de VIH, de tal forma que pueda tomar medidas para reducir el riesgo de transmisión a su bebé.

### ¿Qué tipo de apoyo necesitan las personas que viven con el VIH y SIDA?

Cuando las personas se enteran de que son VIH-positivas, pueden sentir temor, confusión y depresión. Estar infectadas con VIH es una condición que cambia sus vidas y se necesita tiempo para ajustarse al hecho de saberlo. Las personas que viven con el VIH necesitan un sólido sistema de soporte emocional, el cual puede incluir a los padres, cónyuges o parejas, otros miembros de la familia, amistades, personal de consejería, trabajadores sociales, otras personas que viven con el VIH y SIDA, o líderes religiosos o espirituales. Estas personas necesitan encontrar a una o un médico que sea comprensivo, respetuoso y que conozca sobre el VIH y el SIDA; y tener acceso a tratamiento médico cuando lo necesiten. También, necesitan aprender tanto como sea posible sobre el VIH y SIDA, y cómo proteger su propia salud y la de sus parejas sexuales. Para permanecer tan saludables como sea posible, necesitan comer bien; ejercitarse con regularidad; tener un descanso adecuado; y evitar fumar, tomar demasiado alcohol y el uso de drogas recreativas. Y, lo más importante, al practicar siempre el sexo seguro, ellas pueden protegerse a sí mismas de otras infecciones de transmisión sexual, así como evitar infectar a otras personas con el VIH.



## Hoja Informativa No. 3 para Docentes: Infecciones de Transmisión Sexual<sup>54</sup>

### ¿Qué son las infecciones de transmisión sexual?

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se transmiten principalmente por contacto sexual, e incluyen las relaciones sexuales vaginales, orales o anales. Una variedad de diferentes organismos puede causar una ITS (ver cuadro siguiente). Ciertos parásitos como los piojos púbicos o ladillas y los ácaros que producen la sarna pueden transmitirse por contacto sexual. Las ITS son parte de un grupo más amplio de infecciones conocidas como infecciones del tracto reproductivo o ITR.

### ¿Estas infecciones se transmiten solamente a través de la relación sexual?

Algunas ITS pueden transmitirse a través del contacto piel a piel. Algunas son transmitidas a través del intercambio de fluidos corporales. Algunas pueden transmitirse al bebé antes de nacer, durante el parto o a través del amamantamiento.

### ¿Cuáles son las consecuencias de las ITS?

Las ITS pueden tener graves consecuencias tanto para los hombres como para las mujeres (ver cuadro siguiente). Sin embargo, muchas ITS comunes son difíciles de detectar en las mujeres; y algunas tienen consecuencias más serias para ellas. Por ejemplo, la propagación de la clamidia o gonorrea a los órganos reproductivos superiores es una causa común de la infertilidad en las mujeres. La infección con algunas ITS aumentan la probabilidad de contagiarse con o transmitir el VIH. Algunas, pero no todas las ITS son curables. Otras, como el VIH, no lo son. El tratamiento temprano elimina o reduce las consecuencias de la mayoría de las ITS.

### ¿Cómo puede la gente prevenir las ITS?

- Determinar si se tiene una ITS mediante una prueba realizada por un prestador de servicios de salud.

- Si se tiene una ITS, obtener tratamiento y notificar a todas las parejas sexuales recientes para que también se examinen.
- Averiguar si su pareja tiene una ITS; en cuyo caso, debe asegurarse de que él o ella se someta a tratamiento.
- Conversar con su pareja acerca de la manera de tener intimidad sexual de tal forma que no implique riesgo de transmitir una infección.
- Usar condones masculinos o femeninos y evitar el contacto sexual que permitiría la transmisión de una infección. (Los condones protegen contra la mayoría de las ITS, incluido el VIH, pero no contra todas.)
- Vacunarse contra las ITS que pueden ser prevenidas. En la actualidad, hay vacunas contra la Hepatitis B y contra el Virus del Papiloma Humano (VPH).

### ¿Cuándo debe una persona hacerse una prueba de ITS?

Una persona está en riesgo de contraer una ITS y debe hacerse una prueba si tiene una o más de las siguientes condiciones:

síntomas de una ITS;

- una pareja sexual que tiene una ITS o que tiene signos de tener una ITS;
- más de una pareja sexual;
- una nueva pareja en los últimos 3 meses;
- una pareja que tiene o puede tener otras parejas sexuales;
- una pareja que vive en otra parte o que viaja con frecuencia.

Las pruebas tempranas son importantes. Una persona a la que se le diagnostica con una ITS puede obtener tratamiento y puede ayudar a que sus parejas recientes también se hagan la prueba. Una pareja no debe reanudar la actividad sexual hasta que ambos miembros de la pareja se hayan hecho la prueba y, en caso necesario, hayan completado el tratamiento. Debido a que algunas ITS no resultan positivas inmediatamente en las pruebas, algunas veces es necesario repetir la prueba.



## Hoja Informativa No. 4 para Docentes

### Tipos de Infecciones de Transmisión Sexual<sup>55</sup>

ITS	Síntomas para las mujeres	Síntomas para los hombres	
Chancroide	Irritación dolorosa en los genitales; nódulos linfáticos inflamados en la ingle. Condición con frecuencia asintomática en las mujeres.		
Clamidia	Asintomática en la mayoría de las mujeres. Las mujeres que sí tienen síntomas pueden presentar secreción vaginal anormal o una sensación de ardor al orinar.	Con frecuencia asintomática. Los hombres con síntomas pueden presentar secreción tipo pus del pene o una sensación de ardor al orinar.	
Gonorrrea	La mayoría de las mujeres son asintomáticas; secreción vaginal anormal o una sensación de ardor al orinar.	Los hombres con frecuencia experimentan secreciones o ardor al orinar. Algunos hombres no experimentan síntomas.	
Hepatitis B	Algunas personas experimentan síntomas parecidos a la influenza e ictericia y orina de color oscuro; otras no experimentan síntomas.		
Herpes (virus herpes simplex)	Episodios recurrentes de irritación dolorosa en los genitales o el ano.		
Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)	Por lo general, el VIH no presenta síntomas en sus etapas tempranas. El VIH conduce al SIDA. Las personas que viven con el SIDA pueden sufrir varias infecciones, cánceres y otras dolencias que representan un riesgo de vida.		
Virus del Papiloma Humano (VPH)	El VPH puede ser asintomática. Algunas cepas pueden causar verrugas genitales. Otros conducen al cáncer. Esto incluye cánceres de la cabeza, el cuello y el ano; cáncer de pene en los hombres; y — más comúnmente — cáncer de cuello del útero en las mujeres.		
Sífilis	Comienza con una irritación indolora de los genitales, del recto o boca. La segunda etapa puede presentar sarpullido, lesiones en las membranas mucosas, fiebre y malestar general. La etapa latente comienza cuando estos síntomas desaparecen.		
Tricomoniasis (tricomonas o tric)	Las mujeres pueden experimentar secreción vaginal amarillentaverosa y espumosa, con un fuerte olor. También, puede causar picazón o incomodidad durante la relación sexual y al orinar.	Usualmente los hombres son asintomáticos; algunas veces pueden tener secreción leve o ligera sensación de ardor al orinar o eyacular.	

¿Puede curarse?	¿Hay una vacuna?
si	no
Sí. Pero si no se sujeta a tratamiento en las mujeres, puede conducir a la enfermedad inflamatoria pélvica (EIP), la que a su vez puede producir infecundidad. Las complicaciones en los hombres son poco comunes.	no
Sí. Pero si no se sujeta a tratamiento puede conducir a la EIP en las mujeres; y puede conducir a la infecundidad tanto en mujeres como en hombres.	no
Aunque no se ha encontrado un medicamento que cure la hepatitis B, en muchos casos el cuerpo elimina la infección por sí solo. Ocasionalmente puede convertirse en una enfermedad hepática crónica. Los niños pequeños y los infantes están en mucho mayor riesgo de quedar infectados crónicamente.	si
No, pero los síntomas pueden controlarse a través del tratamiento.	no
No, el SIDA es una enfermedad crónica y ultimadamente fatal, pero el tratamiento (terapia antirretroviral) retrasa dramáticamente el avance de la enfermedad.	no
No, pero los síntomas pueden controlarse a través del tratamiento. Algunas cepas pueden desarrollar cáncer cervical en las mujeres.	Sí. Vacunas contra el VPH puede proteger ambos sexos contra muchas cepas del virus.
Sí. Si se trata en las etapas tempranas. Sin tratamiento, la infección permanece en el cuerpo. La etapa tardía de la sífilis incluye daño de órganos internos y puede causar la muerte.	no
si	no

## Hoja Informativa No. 5 para Docentes

### Convención sobre los Derechos del Niño (1989). Resumen oficioso<sup>56</sup>

Artículo 1. Definición de “niño”	Se considera niño (o menor) a toda persona de menos de 18 años de edad, a menos que según las leyes de su país haya alcanzado antes la mayoría de edad.
Artículo 2. No discriminación	Todos los derechos se aplican a todos los niños sin excepciones. Es obligación del Estado proteger a los niños de toda forma de discriminación y tomar medidas positivas para fomentar sus derechos.
Artículo 3. Interés superior del niño	En todas las medidas concernientes a los niños una consideración primordial a que se atenderá será el interés superior del niño. El Estado deberá brindar al niño la atención adecuada cuando no lo hagan sus padres u otras personas que tengan esa responsabilidad a su cargo.
Artículo 4. Efectividad de los derechos	El Estado tomará todas las medidas necesarias para aplicar los derechos reconocidos en la Convención.
Artículo 5. Orientación de los padres y evolución de las facultades de los niños	El Estado debe respetar los derechos y las responsabilidades de los padres y de los miembros de la familia ampliada de los niños a fin de proporcionar a los niños una orientación en consonancia con la evolución de sus facultades.
Artículo 6. Supervivencia y desarrollo	Todos los niños tienen el derecho intrínseco a la vida y el Estado tiene la obligación de garantizar la supervivencia y el desarrollo del niño.
Artículo 7. Nombre y nacionalidad	El niño tiene derecho a un nombre desde que nace. También tiene derecho a adquirir una nacionalidad y, en la medida de lo posible, a conocer a sus padres y ser cuidado por ellos.
Artículo 8. Preservación de la identidad	El Estado tiene la obligación de proteger y, de ser necesario, de restablecer los aspectos fundamentales de la identidad del niño, como su nombre y nacionalidad y sus relaciones familiares.
Artículo 9. Separación del niño de sus padres	El niño tiene derecho a vivir con sus padres excepto cuando se considere que ello es incompatible con el interés superior del niño. El niño que esté separado de uno o ambos padres también tiene derecho a mantener relaciones personales y contacto directo con ambos padres.
Artículo 10. Reunión de la familia	Los niños y sus padres tienen derecho a salir de cualquier país y de entrar al suyo a los efectos de la reunión de la familia y de mantener relaciones entre padres e hijos.
Artículo 11. Traslados y retenciones ilícitos	El Estado tiene la obligación de prevenir los traslados ilícitos de niños al extranjero y la retención ilícita de niños en el extranjero por parte de sus padres o terceros.
Artículo 12. La opinión del niño	El niño tiene derecho a expresar su opinión libremente y a que esa opinión sea debidamente tenida en cuenta en todos los asuntos que lo afecten.
Artículo 13. Libertad de expresión	El niño tiene derecho a expresar libremente sus opiniones, a recibir y difundir informaciones e ideas de todo tipo, sin consideración de fronteras.
Artículo 14. Libertad de pensamiento, conciencia y religión	El Estado debe respetar el derecho del niño a la libertad de pensamiento, conciencia y religión, de acuerdo con una orientación adecuada por parte de sus padres.
Artículo 15. Libertad de asociación	Los niños tienen derecho a formar asociaciones libremente y a celebrar reuniones con otros niños.

Artículo 16. Protección de la intimidad	Los niños tienen derecho a la protección contra las injerencias en su vida privada, su familia, su domicilio y su correspondencia, y contra los ataques a su honor y reputación.
Artículo 17. Acceso a la información adecuada	El Estado velará por que el niño tenga acceso a información y material procedentes de diversas fuentes, y alentará a los medios de comunicación a difundir información de interés social y cultural para el niño, y tomará medidas para proteger al niño contra todo material perjudicial para su bienestar.
Artículo 18. Responsabilidades de los padres	Los padres tienen obligaciones comunes en lo que respecta a la crianza y el desarrollo del niño y el Estado les prestará la asistencia apropiada para el desempeño de sus funciones en lo que respecta a la crianza del niño.
Artículo 19. Protección contra el abuso y el trato negligente	El Estado protegerá al niño contra toda forma de malos tratos o explotación por parte de sus padres o de cualquier persona que lo tenga a su cargo y creará programas sociales adecuados para la prevención del abuso y el tratamiento a las víctimas
Artículo 20. Protección de los niños privados de su medio familiar	El Estado está obligado a brindar protección especial a los niños privados de su medio familiar y garantizará que en esos casos se disponga de otros tipos de cuidado o colocación en hogares de guarda. Al considerar las soluciones se prestará particular atención al origen cultural de cada niño.
Artículo 21. Adopción	En los países en que se reconozca o se permita el sistema de adopciones, las mismas se realizarán teniendo como consideración primordial el interés superior del niño y aun en esos casos se velará por que las adopciones sean autorizadas por las autoridades competentes y por que los niños gocen de salvaguardias.
Artículo 22. Niños refugiados	Los niños refugiados o que traten de obtener el estatuto de refugiado serán objeto de protección especial. Es obligación del Estado cooperar con las organizaciones competentes que brinden tal protección y asistencia.
Artículo 23. Niños impedidos	El niño mental o físicamente impedido goza del derecho a cuidados especiales, educación y capacitación con el objeto de ayudarlo a que disfrute de una vida plena y decente en condiciones que aseguren su dignidad, le permitan llegar a bastarse a sí mismo e integrarse a la sociedad en la máxima medida posible.
Artículo 24. Salud y servicios sanitarios	El niño cuenta con el derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud y de atención médica. Los Estados harán especial hincapié en la prestación de atención primaria y preventiva de la salud, la educación sanitaria y la reducción de las tasas de mortalidad infantil. Al respecto, alentarán la cooperación internacional y se esforzarán porque ningún niño sea privado de acceso a esos servicios sanitarios.
Artículo 25. Examen periódico de las condiciones de internación	El niño que ha sido internado en un establecimiento por el Estado para los fines de atención, protección o tratamiento tiene derecho a un examen periódico de todas las circunstancias propias de su internación.
Artículo 26. Seguridad social	El niño disfruta del derecho a beneficiarse de la seguridad social, incluso del seguro social
Artículo 27. Nivel de vida	Todo niño tiene derecho a un nivel de vida adecuado para su desarrollo físico, espiritual, moral y social. Los padres tienen la responsabilidad primordial de proporcionar condiciones de vida adecuadas. El Estado es responsable de garantizar que los padres puedan dar efectividad a este derecho y de que así suceda. Entre las responsabilidades del Estado puede figurar la prestación de asistencia material a los padres y sus hijos.

Artículo 28. Educación	El niño tiene derecho a la educación y es deber del Estado asegurar que la enseñanza primaria sea obligatoria y gratuita; fomentar el desarrollo de distintas formas de enseñanza secundaria accesibles a todos, sobre la base de la capacidad. La disciplina escolar se debería administrar de modo compatible con la dignidad del niño y de conformidad con sus derechos. El Estado fomentará la cooperación internacional para dar vigencia a este derecho.
Artículo 29. Objetivos de la educación	La educación del niño deberá estar encaminada a desarrollar su personalidad, aptitudes y capacidad mental y física hasta el máximo de sus posibilidades. La educación deberá preparar al niño para asumir una vida responsable en una sociedad libre e inculcarle el respeto de sus padres, de su propia identidad cultural, de su idioma y sus valores, y de la identidad y valores culturales de los demás.
Artículo 30. Niños de las comunidades minoritarias e indígenas	Los niños de las comunidades minoritarias y poblaciones indígenas disfrutan del derecho a tener su propia vida cultural, a profesar y practicar su propia religión y a emplear su propio idioma.
Artículo 31. Esparcimiento, recreación y cultura	El niño tiene derecho al esparcimiento, al juego y a participar en actividades artísticas y culturales.
Artículo 32. Trabajo infantil	El niño tiene derecho a estar protegido contra el desempeño de cualquier trabajo que ponga en peligro su salud, educación o desarrollo. El Estado fijará una edad o edades mínimas para trabajar y dispondrá la reglamentación apropiada de las condiciones de trabajo.
Artículo 33. Uso ilícito de estupefacientes	Los niños tienen derecho a la protección contra el uso ilícito de los estupefacientes y sustancias sicotrópicas y contra su participación en la producción y el tráfico de esas sustancias.
Artículo 34. Explotación sexual	El Estado debe proteger a los niños contra la explotación sexual y los abusos sexuales, incluso su explotación en la prostitución o en espectáculos y materiales pornográficos. Es obligación del Estado tomar todas las medidas que sean necesarias para impedir la venta, trata y el secuestro de niños.
Artículo 35. Venta, trata y secuestro de niños	Es obligación del Estado tomar todas las medidas que sean necesarias para impedir la venta, la trata y el secuestro de niños.
Artículo 36. Otras formas de explotación	El niño tiene derecho a la protección contra todas las demás formas de explotación que sean perjudiciales para cualquier aspecto de su bienestar y que no estén contempladas en los artículos 32, 33, 34 y 35.
Artículo 37. Tortura y privación de libertad	Ningún niño será sometido a torturas o tratos o penas crueles, ni será detenido o privado de su libertad ilícitamente. No se impondrá la pena capital ni la de prisión perpetua sin posibilidad de excarcelación por delitos cometidos por menores de 18 años de edad. Todo niño privado de libertad estará separado de los adultos, a menos que ello se considere contrario al interés superior del niño. Todo niño privado de su libertad tendrá acceso a la asistencia jurídica y otros tipos de asistencia, así como a mantener contacto con su familia.
Artículo 38. Conflictos armados	Los Estados Partes adoptarán todas las medidas posibles para asegurar que las personas que aún no hayan cumplido los quince años de edad no participen en las hostilidades. Ningún niño menor de quince años será reclutado en las fuerzas armadas. Los Estados asegurarán la protección y el cuidado de los niños afectados por los conflictos armados de conformidad con las normas del derecho internacional.
Artículo 39. Atención con miras a la recuperación	El Estado tiene la obligación de garantizar que los niños que hayan sido víctimas de los conflictos armados, la tortura, el abandono, el maltrato y la explotación reciban tratamiento orientado a lograr su recuperación y reinserción social.

Artículo 40. Justicia de menores	Todo niño que haya transgredido las leyes, o se acuse o declare culpable de haber infringido esas leyes, cuenta con el derecho a ser tratado de una manera acorde con el fomento de su sentido de la dignidad y el valor, que tenga en cuenta la edad del niño y aliente su reintegración social. El niño tiene derecho a garantías básicas, así como recibir asistencia jurídica o de otra índole para su defensa. Siempre que sea apropiado y deseable, se evitarán los procedimientos judiciales y la internación en instituciones.
Artículo 41. Respeto por los principios	En todos los casos en que las normas jurídicas de un Estado o el derecho internacional vigente recojan disposiciones que sean más favorables a la realización de los derechos del niño que las disposiciones de la Convención, las primeras prevalecerán sobre lo que disponga al respecto la Convención.
Artículos 42-54	Ejecución y la entrada en vigor de la Convención, compromisos de los Estados, etc.

# Notas

1. Organización de las Naciones Unidas (2015). Plataforma de conocimiento para el desarrollo sostenible. En: <https://sustainabledevelopment.un.org>
2. ONU (1948). Declaración Universal de Derechos Humanos. Artículo 26.
3. República de Panamá. Constitución Política de 1972. Artículos 91 y 92.
4. República de Panamá. Ley 47 de 1946, Orgánica de Educación con las adiciones y modificaciones introducidas por la Ley 34 de 1995. Artículo 4-A.
5. ONU (2010). Informe del Relator Especial de las Naciones Unidas sobre el derecho a la educación.
6. Constitución Política, Código de la Familia, Ley Orgánica de Educación, Ley de VIH/sida, Ley que garantiza la Salud y Educación de la Adolescente Embarazada, Ley de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres, entre otras.
7. Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud (2011). Encuesta Nacional de Salud Sexual y Reproductiva (ENASSER) 2009. Informe Final.
8. Informe de Desarrollo Humano Panamá 2014, Pág. 63. Fuente: UNFPA. Estado de la población mundial 2013.
9. Objetivos de Desarrollo del Milenio. Cuarto Informe de Panamá 2014. Pág. 68.
10. Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud (2011). ENASSER, 2009.
11. Informe de Desarrollo Humano Panamá 2014. Pág. 63. Fuente: Contraloría General de la República, Instituto Nacional de Estadística y Censo (INEC), Sección de Estadísticas Vitales.
12. Ministerio Público. Fiscalías de Circuito Especializado en Delitos Sexuales. Informe 2015.
13. El IDG, desarrollado por PNUD, fluctúa entre 0 y 1. El cero indica que los hombres y mujeres están en igualdad de condiciones, y el uno sugiere que las mujeres tienen las peores condiciones posibles en todas las dimensiones ponderadas.
14. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2015). Atlas de Desarrollo Humano Local: Panamá 2015.
15. Meta del sector educación: Reducir en un 75% para el año 2015, la brecha en el número de escuelas que actualmente no han institucionalizado la EIS; Meta del sector salud: Reducir en un 50% para el año 2015, la brecha en adolescentes y jóvenes que actualmente carecen de cobertura de servicios de salud para atender apropiadamente sus necesidades de SSR.
16. IPPF/Demysex (2015). Evaluación de la Implementación de la Declaración Ministerial "Prevenir con Educación". Su cumplimiento en América Latina 2008-2015. En: [www.prevenirconeducacion.org](http://www.prevenirconeducacion.org)
17. En el Capítulo 4 (¿Cómo desarrollar los Talleres de Educación de la Sexualidad para cada grupo etario?) se orienta la metodología prevista para cada actividad.
18. En los capítulos posteriores se incorporan orientaciones específicas para el tratamiento de los Ejes Temáticos y su adecuación a los grupos etarios.
19. Aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 10 de diciembre de 1948
20. La DUDH ha sido la base para elaborar otros instrumentos, como el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1966) y el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966). Al mismo tiempo, los derechos enunciados en la DUDH y en ambos Pactos han sido desarrollado en diversos tratados, como la Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial (1965), la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (1979) y la Convención sobre los Derechos del Niño, entre otros.
21. Declaración Universal de Derechos Humanos, Artículo 3.
22. Aprobada mediante la Ley No. 15 de 1990.



23. En la sección de Anexos, puede consultarse la Hoja Informativa para Docentes que incluye un resumen oficioso de la Convención sobre los Derechos del Niño.
24. La Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad y su Protocolo facultativo fueron aprobados el 13 de diciembre de 2006 y entraron en vigor el 3 de mayo de 2008.
25. En el Capítulo 4 se presentan sugerencias de talleres para trabajar la construcción del proyecto de vida en la etapa infantil.
26. Adaptado de: Cruz Roja Juventud España (2007). El Cuaderno de tus Derechos. En: [www.cruzroja.es](http://www.cruzroja.es)
27. ACNUDH (2004). La enseñanza de los Derechos Humanos. Actividades prácticas para escuelas primarias y secundarias. Pág. 22.
28. Sección 2.1 ¿A qué llamamos sexualidad?
29. González, Alicia (2006). Género, diversidad y desarrollo humano en las sociedades patriarcales. Congreso Latinoamericano de Sociedades Sexológicas, Brasil.
30. ONUMUJERES (2013). Elementos esenciales de planificación para la eliminación de la violencia contra mujeres y niñas.
31. OPS (2011), Prevención de la violencia sexual y violencia infligida por la pareja contra las mujeres: qué hacer y cómo obtener evidencias.
32. República de Panamá. Ministerio de Educación (2013). Mediación escolar. Guía del Cuaderno de Trabajo. Página 143.
33. En el Capítulo 4 se incluyen actividades y ejercicios para trabajar la habilidad de negociación con niños y niñas de Primaria.
34. Masters, William; Johnson, Virginia y Kolodny, Robert (1988). Op. Cit. Pág. 363.
35. En el Capítulo 4 se presentan varias actividades adaptadas para el nivel primario.
36. Elaborado a partir de: Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2016). Mini Guía de Seguridad Informática.
37. República de Honduras. Secretaría de Educación (2012). Proyecto Abriendo Espacios Humanitarios. Guía Didáctica del Docente. Pág. 103.
38. Convención sobre los Derechos del Niño, Artículos 2, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 31, 34, 35 y 36.
39. Jiménez, Pilar (1999). Materiales Didácticos para la Prevención de la Violencia de Género. Unidad Didáctica para Educación Primaria. Pág. 9.
40. Programa de Educación Sexual de Uruguay. Es parte de la vida. Material de apoyo sobre educación sexual y discapacidad para compartir en familia. Págs. 27-28.
41. Adaptado de: Planned Parenthood of New York City (2009). ¿Y entonces, qué digo? Una guía escrita por padres y madres para ayudar a otros padres y madres a hablar con sus hijos(as) sobre la sexualidad. En: [www.ppnyc.org](http://www.ppnyc.org)
42. Ver al efecto los aspectos examinados en el Eje Temático de Sexualidad, Derechos y Ciudadanía, en particular la Convención sobre los Derechos del Niño.
43. Adaptado de: Ministerio de Educación de Argentina (2010). Educación sexual integral para la educación primaria: contenidos y propuestas para el aula.
44. Jiménez, Pilar (1999). Op. Cit. Pág. 20.
45. Adaptado de: Planned Parenthood of New York City (2009). ¿Y entonces, qué digo? Una guía escrita por padres y madres para ayudar a otros padres y madres a hablar con sus hijos(as) sobre la sexualidad. En: [www.ppnyc.org](http://www.ppnyc.org)
46. Ministerio de Educación. Programas de Preescolar (4 y 5 años), Área Cognoscitiva-lingüística, Sub área: La naturaleza.
47. Adaptado de: Romero, Leonardo. Planificación Familiar, Sexualidad y Educación Sexual. Centro de Asesoría y Consultoría (CAC), Colombia.
48. Proyecto del Milenio (2006). Opciones públicas, decisiones privadas. Los ODM y la SSR.
49. Las evidencias científicas pueden ser consultadas en: UNESCO (2010). Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad. Un enfoque basado en evidencia orientado a escuelas, docentes y educadores de la salud.
50. Consultar en los Anexos las Hojas Informativas para Docentes sobre las Infecciones de Transmisión Sexual y el VIH/sida, que le brindarán información complementaria para profundizar en estos contenidos.

51. ONUSIDA. 2004. Campaña Mundial contra el SIDA 2004: Mujeres, Muchachas, VIH y SIDA. Pág. 18.
52. Fuente: Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. Páginas 258-261.
53. Fuente: Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. Págs. 278-279.
54. Fuente: Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. Págs. 254.
55. Fuente: Population Council (2011). Un solo currículo. Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. Página 255.
56. ACNUDH (2004). La enseñanza de los Derechos Humanos. Actividades prácticas para escuelas primarias y secundarias.