

Manual del docente



“Hablemos de sexualidad con perspectiva de género” para educación secundaria

Este material se realizó con recursos del Programa de Fortalecimiento a la Transversalidad de la Perspectiva de Género, empero el Instituto Nacional de las Mujeres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las (los) autores del presente trabajo. El Programa de Fortalecimiento a la Transversalidad de la Perspectiva de Género es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa

ÍNDICE

Presentación	5
Módulo 1. Acerca del manual	7
¿Por qué se escribió este Manual?	
¿A quién va dirigido el Manual?	
Enfoques: género y derechos humanos	
Sugerencias para la utilización del Manual	
Módulo 2. La perspectiva de género	13
Sexo y Género	
Roles de género	
Estereotipos	
Igualdad	
Equidad	
Módulo 3. Salud sexual y reproductiva	28
Sexualidad integral	
Cuerpo y sexualidad	
Identidades sexuales	
Derechos sexuales y reproductivos	
Módulo 4. Prácticas sexuales de riesgo	43
Infecciones de transmisión sexual	
VIH y SIDA	
Embarazo adolescente no planificado	
Métodos anticonceptivos	
Módulo 5. Violencia de género	62
Violencia de género	
Construyendo relaciones libres de violencia	
Bibliografía	70

Como parte de las acciones para contribuir al acceso a la información en materia de salud sexual y reproductiva para las y los jóvenes, así como para disminuir el porcentaje de embarazos adolescentes en la entidad, se ha diseñado el “Manual del docente: Hablemos de sexualidad con perspectiva de género para educación secundaria”.

La juventud es una construcción social que ha definido edades específicas dependiendo de los contextos históricos, sociales, así como de las instituciones y objetivos que persiguen; la Organización de las Naciones Unidas (ONU), ha definido a las personas jóvenes como aquellas que se encuentran en el rango de edad de 15 a 24 años, en el contexto actual, éste es un parámetro que sirve como guía para que cada nación establezca una definición propia en relación a la población joven, para el caso de México es de 12 a 29 años de edad.

Actualmente en la población mundial hay alrededor de 1,500 millones de personas jóvenes entre 12 y 24 años de edad, de los cuales 1,300 millones de ellas viven en países en desarrollo. De acuerdo con datos del UNFPA, la población adolescente y joven de la generación actual, es la más grande que se haya registrado en la historia de la humanidad. En México, de acuerdo a datos del INEGI en 2010, habitaban 36.2 millones de jóvenes entre 12 y 29 años, de los cuales 17.8 millones (49.2%) son hombres y 18.4 millones (50.8%) mujeres.

Ante este panorama resulta de suma importancia el acceso a la información sobre salud sexual y reproductiva, así como las oportunidades de educación y desarrollo disponibles, pues de ello depende en gran medida la calidad de vida que puedan tener a largo plazo. Las y los jóvenes en México inician su vida sexual entre los 15 y los 19 años en promedio, y están expuestos/as principalmente a

embarazos no planeados o en condiciones de riesgo, así como a contraer alguna infección de transmisión sexual (ITS), cuya expresión más dramática es el VIH/Sida. Estos fenómenos persisten a pesar de que el 97% de ellas y ellos, conoce al menos un método anticonceptivo; pues más de la mitad no utilizan ninguno en su primera relación sexual (INEGI, 2010).

Es por ello que resulta importante continuar con el fortalecimiento de las capacidades de las instituciones nacionales y estatales y de la propia sociedad civil, para operar servicios de salud sexual y reproductiva (SSR) integrales, de alta calidad y amigables para las y los adolescentes y jóvenes. Con esa intención se desarrolla el diseño del presente Manual a fin de que sirva como apoyo teórico y metodológico, para favorecer la sensibilización y la apropiación de conceptos y brindar herramientas para su réplica tomando en cuenta los derechos humanos, de las y los jóvenes y en materia de salud sexual y reproductiva.

La estructura del Manual está conformada a través de los siguientes Módulos:

Módulo 1. En el primer módulo se realiza una descripción sobre la razón de ser del Manual, a quién está dirigido y se señalan sugerencias e indicaciones básicas para su mejor aprovechamiento. El Módulo 1 incluye una explicación sobre los enfoques teóricos y metodológicos que se manejan para ayudar a las y los docentes en su tarea educativa que les facilite la planeación y organización.

Módulo 2. En este módulo se trabaja la información y explicación sobre lo que constituye la perspectiva de género, con la intención de aportar elementos que permitan a las y los jóvenes construir un análisis más amplio sobre el conjunto de posibilidades para los seres humanos de mirar más allá de una cuestión del sexo natural y las simbologías de papeles sociales que han sido determinados.

En el módulo se busca un proceso de sensibilización y la generación de procesos de pensamiento que impliquen la construcción de habilidades y talentos desde un panorama vital, afectivo y educativo, así como fortalecer la mirada como personas, sujetos de derecho y con un sentido de participación activa, con independencia de su sexo y de su deseo sexual.

Se desarrollan también la explicación y contextualización de los espacios de socialización como reproductores de estereotipos, con la intención de reflexionar sobre el ámbito público y privado y las repercusiones en la vida sexual de las y los jóvenes de secundaria.

Módulo 3. Este módulo está enfocado a la promoción de la salud sexual y reproductiva bajo un enfoque de derechos humanos y como una obligación y responsabilidad del Estado y sus instituciones. También se propone el fomento de un enfoque integral de la salud sexual y reproductiva, que incluye aspectos biológicos, psicológicos, sociales y de valores culturales que fortalezcan las relaciones afectivas y saludables. Se busca fomentar el auto cuidado de la salud como una actitud central para el desarrollo de una vida plena y sana, promoviendo estilos de vida saludables desde la autonomía y la responsabilidad.

Módulo 4. En este módulo interesa conocer las principales prácticas sexuales de riesgo con la intención de prevenir las infecciones de transmisión sexual, el VIH/SIDA y reflexionar acerca de las relaciones que hay entre ellos. Asimismo para identificar los mitos, tabúes y las presiones de la pareja como obstáculo para prevenirlas, junto con los embarazos no planificados.

Módulo 5. El módulo sobre la violencia de género, es de suma importancia para

lograr un enfoque más integral sobre salud sexual y reproductiva, así como para que las mujeres y los hombres establezcan relaciones libres de violencia. La violencia de género se refiere específicamente a la violencia por razones de (o basadas en el) sexo y que afecta fundamentalmente a las mujeres.

Como parte del proceso de socialización, desde la niñez, hombres y mujeres aprenden cotidianamente a aceptar la violencia de género como “normal”, por lo general los hombres aprenden a ser agresivos y violentos y las mujeres aprenden a recibirla y tolerarla. La violencia de género, además de ser un grave problema que afecta el ejercicio y goce de los Derechos Humanos, ha sido también ampliamente reconocida como un grave problema de salud pública.

La violencia de género en general, y la violencia sexual en particular, tienen una fuerte incidencia sobre la salud sexual y reproductiva de mujeres y de hombres, e impacta en los Derechos Sexuales y Reproductivos, principalmente de las mujeres y personas homosexuales (hombres y mujeres), y bisexuales, entre otros grupos. En este módulo reflexionaremos sobre el aprendizaje de la violencia en el proceso de socialización de los hombres, o lo que se espera y considera “masculino” y su relación con la violencia de género, especialmente la violencia sexual, y su relación e impacto en la salud sexual y reproducti

Acerca del manual

¿Por qué se escribió este manual?

El diseño del presente Manual está pensado como una herramienta de apoyo para contribuir al proceso de sensibilización, formación y capacitación de las y los docentes con la intención de que se incorporen estrategias lúdicas y participativas para la difusión de información entre la población escolar desde la perspectiva de género sobre sexualidad, prevención del embarazo adolescente e ITS, toma de decisiones sexuales y reproductivas, entre otros temas.

Se espera que con el Manual como herramienta metodológica y con la Guía "Hablemos de sexualidad con perspectiva de género" (2009) como herramienta conceptual, el personal docente capacitado pueda incluir acciones formativas y preventivas como parte de sus programas de trabajo frente a grupo sobre temas de suma importancia para las y los jóvenes.

Las actividades descritas en el manual buscan contribuir a la educación integral de la sexualidad, donde se toquen aspectos como la promoción de los derechos sexuales, la equidad entre hombres y mujeres, el fomento a la salud sexual, así como habilidades sociales, la responsabilidad ante la reproducción, el respeto a la diversidad y que al mismo tiempo, se atiendan cuestiones relacionadas con la eliminación de toda forma de violencia, en especial la violencia de género, que contribuyan a una vida más plena y digna para las y los jóvenes.

El Manual está dividido en:

- Actividades de distensión, las cuales contribuyen en la creación de ambientes cordiales, de participación e integración entre las y los asistentes.
- Actividades de reflexión individual y grupal relacionadas con el tema central, con la intención de que los conceptos se reflexionen no sólo de manera teórica, sino en el plano de sensibilización vivencial. Cada actividad tiene un objetivo, que permite identificar qué aspectos se buscan reflexionar.
- Explicación teórica, para clarificar las dudas e inquietudes en relación a los conceptos.

¿A quién va dirigido el Manual?

Este manual está dirigido principalmente al personal docente de educación secundaria de Nayarit. Ha sido diseñado con la intención de que pueda ser replicado por quienes estén interesados en llevar a cabo actividades de reflexión, sensibilización y concientización en materia de salud sexual y reproductiva, ya que incluye orientaciones teóricas y metodológicas para conducir cursos y pláticas con jóvenes, que también pueden ser adaptadas a otros grupos.

Lo que busca el manual es que las y los docentes acompañen a las y los jóvenes en un intercambio de ideas y favorezcan el diálogo sobre la sexualidad juvenil a partir del diálogo donde sus dudas, sentimientos, valores, conocimientos y saberes tengan cabida, así como que en cada uno de los temas exista participación que genere reflexión y propuestas afirmativas. Se espera que con estas técnicas participativas las y los

jóvenes desarrollen habilidades para la toma de decisiones de manera informada con respeto a sí mismos (as) y a los demás y con responsabilidad.

Del mismo modo, el Manual busca fomentar el intercambio y aprendizaje para reafirmar actitudes positivas hacia la salud sexual y el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos desde la perspectiva de género y los derechos humanos.

Enfoques: género, derechos humanos y diversidad

Perspectiva de género

Este Manual incorpora dentro de su análisis y práctica la importancia de la perspectiva de género en la medida en que hoy en día se hace casi indispensable hablar de sexo y género para hablar de cómo la sociedad influye en distintos niveles de la vida de todas y todos.

La categoría de género ha venido estudiándose y problematizándose con más interés desde las últimas décadas y ha contribuido en el análisis sobre las relaciones de poder, subordinación y dominación que se construyen social e históricamente entre hombres y mujeres. La desigual distribución de poder entre los sexos influye en la manera en que mujeres y hombres pueden desarrollar sus capacidades personales, profesionales y sociales.

El carácter multidimensional de la perspectiva de género, permite analizar aspectos socio-culturales, psico-sociales o interpersonales, así como otros del nivel individual, incluyendo la identidad de género y su relación con otras variables psíquicas y de comportamiento. Esto quiere decir que se

retoman tanto las actuaciones individuales como las colectivas, con el objetivo de plantear intervenciones para modificar la realidad. La perspectiva de género supone una nueva forma de mirar la realidad, permitiendo que se visualicen y valoren elementos y circunstancias antes no reconocidos, del mismo modo permite contemplar la diversidad de circunstancias que condicionan el desarrollo de las personas: clase, edad, cultura, color de la piel, etc. Los condicionantes de género son tan diferentes para unas mujeres y otras que difícilmente el término engloba a todas.

Derechos humanos

El enfoque de derechos humanos es fundamental y se tomó en cuenta para la elaboración del Manual en la medida en que implica el reconocimiento de que todas las personas -independientemente de su sexo, origen nacional o étnico y condiciones económicas, sociales o culturales- deben tener acceso a una vida digna. La responsabilidad inmediata de promover, proteger, garantizar y defender los derechos humanos la tiene el Estado a través de sus instituciones y las y los funcionarios públicos. La educación es un medio para lograr estos propósitos pues contribuye a conocer y comprender los derechos humanos y sus respectivas responsabilidades.

La educación a través la promoción de los derechos, acompañada de la interacción diaria entre las personas bajo un enfoque que fomente valores, actitudes y conductas consecuentes con los derechos humanos y los vincule con los derechos sexuales y reproductivos, contribuye de manera significativa a las y los jóvenes tengan elementos que les permitan ejercer ambos tipos de derechos. A su vez, la educación es una herramienta fundamental para el acceso a la información, la justicia y el ejercicio de

derechos, pero es también importante para desarrollar habilidades sociales, por lo que este Manual busca contribuir a estos dos elementos.

Sugerencias para la utilización del Manual

Las actividades propuestas requieren de un diálogo entre la teoría y la práctica, pero también de que quienes participan en el proceso formativo partan de sus realidades, características, necesidades, intereses y problemáticas dado que la experiencia de vida, limitaciones, contexto socio-económico y cultural en el que se desenvuelven los grupos, son factores a considerar cuando se abordan temas que tienen que ver con salud sexual y reproductiva que contribuyen a guiar las reflexiones y actividades de manera más cercana.

Como sugerencias para la utilización del Manual se incluyen:

- Tomar en cuenta que para la enseñanza de valores y actitudes, es importante guiar y evaluar todas las estrategias educativas que se empleen en el aula o fuera de ella a la luz de los principios y valores que sustentan los derechos humanos, la perspectiva de género y el acceso a una vida libre de violencia.
- Reconocer que la educación no es un proceso unilateral, sino que quienes participan de ella son actores complementarios, son personas integrales, es decir, que tienen percepciones, ideas, juicios y prejuicios, emociones, afectos, espíritu lúdico, capacidad de acción, y que tanto forman parte de la sociedad y comunidad, como también poseen su valía individual.
- Cuando aparezcan conflictos de valores, actitudes, ideas e

intereses no hay que eludirlos ni ignorarlos, sino tomar en consideración que éstos están presentes en la vida cotidiana y que lo que se requiere es promover su resolución a través del diálogo y la negociación, sin acudir al recurso fácil de la imposición o la fuerza.

- Cada técnica participativa requiere de la atención y comunicación entre el grupo, lo cual contribuye al desenvolvimiento de cada participante, de ahí la importancia de fortalecer el autoestima de cada una/o de ellas/os y al mismo tiempo potenciar al grupo como un espacio de aprendizaje y cooperación.
- Se recomienda proponer ejercitaciones y prácticas frecuentes y variadas de las destrezas que se quiere enseñar. El aprendizaje es actividad y, sobre todo, actividad de quien aprende más que de quien enseña: se aprende a pensar, pensando; a comunicar, comunicando y a participar, participando.

La perspectiva de género

En este módulo se trabaja la información y explicación sobre lo que constituye la perspectiva de género, con la intención de aportar elementos que permitan a las y los jóvenes construir un análisis más amplio sobre el conjunto de posibilidades para los seres humanos de mirar más allá de una cuestión del sexo natural y las simbologías de papeles sociales que han sido determinados.

Sexo

El concepto de Sexo se refiere a lo que está determinado genética y biológicamente. Se asigna de acuerdo a la forma y funciones de sus órganos sexuales, por lo que el sexo distingue a hombres y mujeres en función de sus características biológicas, hormonales, fisiológicas y funcionales.

Éstas características son las siguientes:

- El tipo de órganos genitales: pene y testículos en los hombres y vulva, vagina, útero y senos en las mujeres.
- El tipo de hormonas predominantes que circulan en el cuerpo: testosterona en los hombres y estrógenos y progesterona en las mujeres.
- La capacidad de producir espermatozoides u óvulos, siendo éstas las células sexuales responsables de la fecundación
- La capacidad de dar a luz y de producir leche posterior al parto, siendo éstas características exclusivas de la mujer.

Género

Por su parte el género, es construido social, cultural e históricamente, por lo que puede ser reinventado, modificado y redefinido de la misma manera. El género se refiere a las relaciones sociales entre lo considerado femenino y/o masculino.

A partir de la diferencia sexual se determinan todos los papeles que unas y otros deberán desempeñar o se espera que desempeñen y esto, son los roles de género y expectativas de género que marcan los deberes, los comportamientos, espacios y las actividades considerados socialmente apropiados para las personas que pertenecen al género masculino o al género femenino.

En suma, el género es el conjunto de características, roles, actitudes, valores y símbolos que conforman el “deber ser” de cada hombre y de cada mujer, impuestos mediante el proceso de socialización¹.

La distinción entre sexo y género permite demostrar que las características, atributos o valores considerados femeninos o masculinos, son adquiridas por las personas a través de un proceso de aprendizaje, en lugar de derivarse naturalmente de su sexo biológico, por lo que también indican que pueden ser transformados.

¹ La socialización se refiere al proceso por el cual las personas acogen los elementos socioculturales de su ambiente y los integra a su personalidad para adaptarse en la sociedad. En este proceso interviene la familia, la escuela, los iguales y los medios de comunicación.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Trabajo en grupo

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Guía Hablemos de sexualidad con perspectiva de género, Papelógrafos, marcadores, y cinta adhesiva.

Objetivo

Que las/los participantes reconozcan las diferencias entre género y sexo, para comprender que el género es una realidad construida socialmente y que puede ser modificada.

Indicaciones

- ✓ Nombrar una persona para que modere el grupo; ésta se encargará de controlar el tiempo y de dar la palabra si fuera necesario.
- ✓ Se forman equipos, cada uno nombra una relatora o relator.
- ✓ Cada equipo lee con atención cada una de las frases (ver tabla de ejemplo) y discuten si estas diferencias entre mujeres y hombres son de sexo o son de género.
- ✓ Cada equipo marca con una X la columna seleccionada. Sí no se ponen de acuerdo, que marquen en ambas casillas, y a la hora de exponer que argumenten las razones del desacuerdo.
- ✓ En plenaria el/la docente apoyará la discusión de las respuestas de los equipos.

Tabla

Característica	Sexo	Género
<p>Las mujeres se embarazan, los hombres no. Las niñas son dedicadas, los niños rudos.</p> <p>Las mujeres ganan menos sueldo que los hombres. Las mujeres amantan a los bebes, con la leche que produce su cuerpo, los hombres no pueden hacerlo.</p> <p>La voz de los hombres cambia significativamente en la adolescencia, la de las mujeres no. Las mujeres son más sentimentales que los hombres.</p> <p>Los hombres tienen mayor capacidad para los negocios que las mujeres. El color de los niños es el azul, el de las niñas el rosa.</p> <p>Las mujeres son más intuitivas que los hombres. Las mujeres cuidan el hogar, los hombres no lo hacen.</p> <p>Los niños son más inquietos que las niñas. Los hombres saben de política, las mujeres no.</p> <p>Para la mujer es fácil llorar, a los hombres les cuesta trabajo hacerlo. Las mujeres son más pacientes que los hombres en la crianza de las niñas y los niños.</p> <p>Los hombres son más sanos que las mujeres. Los hombres son más violentos que las mujeres.</p> <p>Las mujeres son de menos estatura que los hombres. Las mujeres necesitan comer menos que los hombres.</p> <p>Los hombres tienen más capacidad para dirigir a las mujeres. Las mujeres realizan casi el 100% de las labores del hogar.</p>		

Roles de género

Los roles de género son el conjunto de tareas, actividades y funciones que se asignan a mujeres y hombres en una sociedad dada y en un momento histórico concreto en función del sexo.

Cada sociedad tiene unas ideas de lo que mujeres y hombres deben hacer, cómo deben vestir, la forma en que deben organizar su vida y desarrollar sus capacidades, el comportamiento sexual y afectivo; pero no todas las sociedades asignan las mismas funciones a uno u otro sexo. Lo que sí sucede es que en todas las sociedades las tareas que realizan los hombres gozan de mayor prestigio social que las realizadas por las mujeres.

Los roles de género se enseñan desde pequeñas/os, esto es lo que llamamos el procesos de socialización, que incluye aspectos como los colores identificados con su género, juguetes, juegos, espacios, lenguaje, etc.

Con base en ellos, tradicionalmente, las tareas que se espera que desempeñen las mujeres están relacionadas con el espacio privado, es decir, con el trabajo doméstico que además, no es remunerado.

Cuando a las mujeres se les asignan este conjunto de tareas decimos que desempeñan un rol reproductivo. Los hombres, por el contrario, ocupan el espacio público, donde se toman las decisiones políticas y económicas, es decir, tradicionalmente tienen asignado el rol productivo, el trabajo remunerado que da poder y prestigio.

Lo anterior se explica mejor de la siguiente manera:

Rol Reproductivo. Relacionados con la reproducción biológica (embarazo) y todas las actividades necesarias para garantizar el bienestar y la supervivencia de las familias, como son:

- Administración y distribución del presupuesto familiar
- Compra y elaboración de bienes y servicios para su elaboración y consumo
- Transformación para el consumo de los bienes adquiridos
- Crianza y socialización de los hijos/as

Este tipo de trabajo no está considerado como “trabajo real”, sino que se aprecia como algo natural a la condición de ser mujer, por lo tanto, no se valora en términos económicos y sociales. Además, aunque la mujer tenga un empleo fuera de la casa, la percepción es que su principal ocupación es la de ser “esposa y madre”.

Rol Productivo. Se incluyen las actividades que generan ingresos económicos, en dinero o en especie, es decir, las que producen bienes o servicios para la venta o el auto-consumo, como son: las actividades industriales, comerciales, de la construcción, agrícolas y otras. Son asignados a los hombres, tienen prestigio social y se recibe retribución. Este es el tipo de rol que aparece en las estadísticas como “trabajo”. No obstante al ser una actividad asignada a los hombres, participan cada vez más y en forma mayoritaria las mujeres.

Rol Comunitario. Son las actividades que se realizan para el desarrollo o la organización de la comunidad o colectividad a la que se pertenece. Por lo general son las mujeres quienes se responsabilizan de las acciones de voluntariado, de los asuntos sanitarios, educativos, culturales y espirituales. Suelen ser realizadas como un trabajo voluntario no remunerado durante el tiempo libre. Los hombres también desempeñan tareas en la comunidad, pero suelen ser de carácter político, ocupando puestos de autoridad directa.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Reflexión individual y en grupo

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Guía Hablemos de sexualidad con perspectiva de género, Papelógrafos, marcadores, y cinta adhesiva.

Objetivo

Identificar cómo ha sido el proceso de socialización del género en cada persona

Indicaciones

- ✓ Entregar dos tarjetas a cada participante, de un color a las mujeres y de otro color a los hombres.
- ✓ Que en una tarjeta escriban o dibujen las actividades y juegos que les fueron permitidas cuando eran niñas o niños y en la otra las que les fueron prohibidas o criticadas.
- ✓ Se solicita que compartan su representación.
- ✓ El/ la docente recoge las tarjetas y las coloca en el pizarrón con los siguientes títulos: lo permitido para hombres, lo permitido para

mujeres, lo no permitido para hombres, lo no permitido para mujeres.

- ✓ Se promueve la reflexión y discusión colectiva sobre las aportaciones individuales en relación con el tema de sexo, género y roles previamente explicado.
- ✓ Se puede orientar con alguna de las siguientes preguntas: ¿Qué diferencias hay en la socialización de las mujeres y de los hombres? ¿Qué características femeninas y masculinas se construyen en este proceso? ¿Cómo fueron las relaciones que establecieron hacia otras niñas y hacia otros niños? ¿Qué habilidades sociales se adquieren con ciertas actividades?

Estereotipos

Al igual que los roles de género, los estereotipos de género son ideas preconcebidas socialmente, los cuales influyen en las conductas, comportamientos y actitudes que deben tener las personas en función de lo que se espera de ellas de acuerdo a su sexo.

Los estereotipos de género se aprenden en diversos escenarios donde ocurren los procesos de socialización como son: la familia, la escuela, los amigos, amigas, vecinos, vecinas y medios de comunicación, entre otros, que marcan actitudes, creencias, comportamientos y expectativas tanto para hombres como para mujeres.

Los estereotipos de género son en cierta medida negativos para mujeres y hombres ya que impiden que ambos desarrollen determinadas capacidades. Entre las características más comunes que se asocian a los estereotipos están:

Estereotipo de género femenino: Se asocia a lo emocional y a los afectos, articulándose con los roles de esposa-madre-ama de casa.

Las características, rasgos o atributos que lo definen son, entre otros: tiernas, sensibles, dulces, honestas, inseguras, dependientes, pasivas, sumisas, abnegadas, generosas, tolerantes, cariñosas, emotivas, afectivas, estéticas, coquetas, seductoras, intuitivas, débiles, miedosas e indecisas, receptoras de violencia.

Estereotipo de género masculino: Se asocia a lo racional, articulándose con los roles de proveedor económico y ejercicio de poder.

Las características, rasgos o atributos que lo definen son, entre otros: individualistas, agresivos, violentos, dominantes, fuertes, firmes, valientes, controladores, poderosos, egoístas, ambiciosos, impetuosos, creativos, inteligentes, decididos, asertivos, activos, intransigentes, autónomos e independientes, generadores de violencia.

Los medios de comunicación

Cumplen un papel importante en la transmisión de valores de género, a través de los programas de dibujos animados, las telenovelas, los comerciales; se envían mensajes que refuerzan las identidades de género dominantes en nuestra sociedad o pudieran ser herramientas bien importantes para presentar otras relaciones de género donde ser femenino o masculino no implique ningún tipo de subordinación.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Reflexión individual y en grupo

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Revistas, periódicos, pegamento, tijeras, papelógrafos, cinta adhesiva, marcadores.

Objetivo

Identificar cómo los medios de comunicación fomentan estereotipos de género que se arraigan en la vida cotidiana

Indicaciones

- ✓ Formar equipos para que realicen un collage sobre estereotipos de género que identifiquen en periódicos y revistas
- ✓ Pedir que cada equipo exponga sus reflexiones sobre las imágenes que seleccionaron
- ✓ Preguntas: ¿cómo influyen estas expectativas y estereotipos en la vida cotidiana? ¿Están de acuerdo con ellos? ¿Cómo las/los hacen sentir? ¿Qué cambiarían?

Igualdad

La igualdad se refiere a la posibilidad de que hombres y mujeres accedan a las oportunidades, los recursos, al bienestar social y que posean los mismos derechos humanos, políticos y civiles. La Igualdad se debe promover en todos los ámbitos, privado y público, siguiendo el principio de representación equilibrada, es decir, que exista equilibrio de presencia y consideración por sexos.

Así, la igualdad de género significa alcanzar la igualdad entre mujeres y hombres manteniendo el reconocimiento de la diferencia: personas diferentes disfrutando de unas situaciones y posiciones equiparadas y no discriminatorias.

Discriminación

Como oposición al término igualdad tendríamos el término discriminación, que significa separar, distinguir, diferenciar, con la intención de que una de las partes se beneficie más que la otra.

La discriminación es el acto de hacer una distinción; es un acto de abuso e injusticia que viola el derecho de la igualdad de oportunidades. La discriminación como tal, no es tolerada en ninguna sociedad democrática y no debería existir. Normalmente, se refiere a la violación de la igualdad de derechos para los individuos y la vida social.

La discriminación por razón de sexo implica la anulación, invisibilización, rechazo, impedimento de acceso injustificado de una persona por pertenecer a un sexo biológico.

Ejemplos:

- La cancelación de un contrato a una mujer embarazada alegando falta de profesionalidad.
- Cuando existen diferencias salariales entre hombres y mujeres para un mismo puesto de trabajo.
- El desigual reparto de las responsabilidades familiares.
- Las escasas referencias a figuras femeninas en los libros de texto de Historia.

- La consideración de que existen profesiones masculinas y femeninas.

La igualdad tiene que ver con las libertades individuales, la protección, la garantía y promoción de los derechos de las mujeres en igualdad con los hombres en todos los ámbitos (público y privado), a fin de promover una vida digna sin ningún tipo ni manifestación de violencia de género. El Principio de Igualdad se constituye como uno de los pilares básicos y un valor más.

La igualdad de oportunidades, es mucho más que ofrecer las mismas posibilidades a mujeres y a hombres, ya que ambos parten de situaciones bien distintas. Requiere analizar las pautas de comportamiento y remover los obstáculos sobre los que se asienta la discriminación sexual, también requiere reconocer la discriminación hacia las mujeres y sus manifestaciones, profundizando en las propuestas para combatirla, para esto nos sirve la perspectiva de género.

La igualdad significa garantizar que mujeres y hombres puedan participar en diferentes esferas (económicas, políticas, participación social, de toma de decisiones) y actividades, (educación, formación, empleo) sobre la base de igualdad de oportunidades con la puesta en práctica de acciones positivas y la prohibición de la discriminación.

Garantizar la aplicación efectiva del Principio de Igualdad de oportunidades no beneficia solamente a las mujeres, sino a la sociedad en su conjunto, contribuyendo a eliminar los desequilibrios estructurales existentes donde el objetivo será beneficioso para todas las personas y reflejo de la evolución de las sociedades.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Reflexión en grupo

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Papelógrafos, marcadores, lápices de colores, gises de colores, crayones, acuarelas, recortes de papeles de colores, pegamento, cualquier material que sirva para la construcción de un mural, cinta adhesiva.

Objetivo

Imaginar formas nuevas de relaciones equitativas entre mujeres y hombres.

Indicaciones

- ✓ El/la docente previamente cubre con papelógrafo una parte de la pared del lugar donde se trabajará.
- ✓ Se explica a las y los participantes que harán un mural colectivo que exprese el tema "Nuevas relaciones entre mujeres y hombres".
- ✓ Pida que voluntariamente una persona inicie el trabajo de elaboración del mural mediante un dibujo que el tema le sugiera.
- ✓ Otra persona trata de completar la idea con otro dibujo, sin haber hablado con la o el participante anterior.
- ✓ Se motiva a todas y todos para que aporten al dibujo de la manera más ágil posible, pero sin intercambiar ideas entre ellas y ellos.

Cuando el mural se haya terminado, se promueve la reflexión del contenido con preguntas como las siguientes: ¿Qué sentimientos genera realizar colectivamente el mural?

- ✓ ¿Qué ideas, sueños, visión de futuro vemos reflejada en el mural?
¿Cómo participamos mujeres y hombres y cuáles diferencias vemos?
¿Qué cambios se destacan en las relaciones de género?

Equidad de género

La equidad de género es una búsqueda por la justicia entre hombres y mujeres.

Significa avanzar hacia las condiciones en las que todos los seres humanos puedan ser libres de desarrollar sus capacidades personales y tomar decisiones sin las limitaciones impuestas por los roles tradicionales y en la que se tienen en cuenta, valoran y potencian por igual las distintas conductas, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres.

En cuestiones prácticas implica contar con un conjunto de reglas y mecanismos para su aplicación, que permitan la igualdad de participación de hombres y mujeres en su medio organizacional y social con un valor superior a las establecidas tradicionalmente evitando con ello el establecimiento de estereotipos o discriminación.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Reflexión individual y en grupo

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Papelógrafos, marcadores, hojas, plumas

Objetivo

Que las y los jóvenes identifiquen los espacios, actividades y tiempos en

los que se desenvuelven hombres y mujeres y reflexionen sobre las acciones que se deben hacer para lograr equidad.

Indicaciones

- ✓ Las y los participantes anotan en una hoja la jornada diaria de cada uno, desde que se levantan, hasta que se duermen
- ✓ En plenaria comparten sus horarios
- ✓ El/la docente fomenta la reflexión con las siguientes preguntas:
¿Tienen hombres y mujeres la misma carga de trabajo? ¿Afectan estas actividades el tiempo libre y social? ¿Tienen el mismo tiempo libre hombres y mujeres para ellos mismos? ¿Qué pasaría si se intercambiaran actividades? ¿Tienen el mismo valor y reconocimiento las actividades de cada uno? ¿Cómo es la carga de trabajo para su papá y mamá? ¿Cómo se refleja esto en la sociedad?
- ✓ ¿Qué acciones podrían hacerse para lograr una mayor equidad en casa? ¿Qué acciones en la escuela? ¿Qué acciones de manera social?

Salud sexual y reproductiva

Sexualidad integral

La sexualidad es inherente a la vida humana, es un proceso que se inicia desde el nacimiento y se desarrolla durante toda la vida, en el cual intervienen factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales. La interacción social con las personas y las estructuras sociales tienen una influencia en la sexualidad, pues en ella se atraviesan otros aspectos como el género, la edad y la cultura. Resulta importante reconocer tres aspectos fundamentales respecto al tema de sexualidad:

- La sexualidad humana responde a construcciones culturales y sociales;
- Estas construcciones varían de comunidad en comunidad y se modifican a lo largo del tiempo;
- Y no existe una moral sexual natural y universal.

Vivir una sexualidad plena es fundamental para mantener un equilibrio entre el bienestar individual, interpersonal y social. De ahí la importancia de promover una sexualidad responsable, respetuosa con la persona misma y con las/los demás, en donde se lleven a cabo relaciones de equidad y mutuo respeto entre los sexos.

En un enfoque integral de la sexualidad se identifican los siguientes componentes básicos:

- ✓ Reproductividad, es el potencial que tienen los seres humanos de reproducirse
- ✓ Género, a partir de diferencias biológicas se construye condicionamientos sociales y culturales que se expresan en formas

M

Ó

D

U

L

O

3

de ser mujer o de ser hombre. En este proceso de adjudicación de roles de género influyen las vivencias personales y la interacción con otros y las formas de actuar en el campo de la sexualidad.

- ✓ Erotismo, es la potencialidad de experimentar placer sexual. “Capacidad humana de experimentar respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo sexual, excitación sexual y orgasmo que por lo general se identifican como placer sexual” (OPS, 2000)
- ✓ Vínculo físico y afectivo, los vínculos se construyen, inclusive antes de que las personas nazcan, por ejemplo la relación entre una madre y el feto a través del cordón umbilical. Los vínculos afectivos y físicos tienen diferentes expresiones.
- ✓ La orientación sexual tiene que ver con la respuesta erótica y/o el vínculo emocional de una persona en relación con el género de la pareja involucrada en la actividad sexual. La orientación sexual puede manifestarse en forma de comportamientos, pensamientos, fantasías o deseos sexuales, o en una combinación de estos elementos. La orientación sexual puede ser definida como la sensación de ser capaces de relacionarnos amorosa o sexualmente con alguien. En el mundo, el término orientación sexual es usado para indicar si esa relación será con alguien del sexo opuesto (heterosexual) con alguien del mismo sexo (homosexual) o con personas de ambos sexos (bisexual).
- ✓ La identidad sexual, la persona forma un concepto de si mismo sobre la base de su sexo, género y orientación sexual. La identidad sexual resulta de la integración de todos los componentes de la sexualidad y lleva a la definición de ¿Quién soy?, ¿Cómo me identifico?

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Participación grupal

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Papelógrafos, plumones, cinta adhesiva, colores, hojas de colores, pegamento.

Objetivo

Identificar, analizar y deconstruir modelos hegemónicos de sexualidad femenina y masculina desde un enfoque de derechos, diversidad y género. Reflexionar en torno al impacto de los modelos hegemónicos, su impacto en la vivencia y el ejercicio de la sexualidad promoviéndola y/o restringiéndola.

Indicaciones

- ✓ Se divide al grupo en cuatro subgrupos según sexo. Si hay el mismo número de varones y mujeres, se dividen dos subgrupos de mujeres y dos subgrupos de varones. Si no, también se puede trabajar en subgrupos mixtos.
- ✓ Se solicita a cada subgrupo construir dos siluetas de personas de su edad, una mujer y un hombre (otra posibilidad es proporcionarles el papelógrafo con las siluetas ya dibujadas). La consigna es: "Escribir, i) en la zona de la cabeza: qué piensan y qué ideas tienen sobre la sexualidad mujeres y varones adolescentes; ii) en la boca: qué dicen varones y mujeres sobre la sexualidad; iii) en la parte del corazón: qué sienten sobre esa vivencia de la sexualidad en cada caso; iv) en las manos: qué actividades hacen vinculadas con la sexualidad; v) en los pies: qué errores o `metidas de pata` cometen en el ejercicio de la sexualidad ese varón y esa mujer adolescente o joven.

Distinguir aquellos pensamientos, discursos, sentimientos, prácticas y 'metidas de pata' comunes a ambos sexos, de los que son específicos de los hombres o de las mujeres".

- ✓ Para especificar la consigna se puede plantear que lo que piensan puede referir a qué es lo que más le importa de la sexualidad, qué fantasías tienen, con qué sueñan, qué ideas se le vienen a la mente cuando piensan en sexualidad, etc. La boca refiere a lo que dicen, hablan, comentan. El corazón refiere a las distintas emociones, miedos, dudas, afectos y deseos que sienten sobre su sexualidad. Las manos refieren a qué prácticas sexuales o acciones concretas realizan, con quién tienen esas prácticas. También se vincula a conductas, comportamientos, actos vinculados con su sexualidad. Los pies se refieren a qué errores y "metidas de pata" han cometido en el ejercicio de la sexualidad como, por ejemplo, descuidos, prejuicios, arrepentimientos, acciones riesgosas.
- ✓ En plenaria cada grupo presenta el resultado de lo trabajado. Deben contar al resto de los/as participantes cómo fue el proceso de trabajo conjunto y narrar lo que surgió a partir de las partes de las siluetas del papelógrafo.
- ✓ Para la presentación es recomendable que primero presenten un sexo y luego el otro. Quienes coordinan la actividad moderan el espacio del plenario y anotan lo sustantivo de las presentaciones. En un papelógrafo se realiza una síntesis con las palabras que frecuentemente se asocian a la sexualidad femenina y masculina en tres columnas: sexualidad femenina, sexualidad masculina y aspectos en común. El objetivo de este esquema es visualizar los lugares construidos socialmente sobre la sexualidad para los varones y las mujeres adolescentes y jóvenes.

- ✓ Se organiza una plenaria que promueva el debate, la problematización y el ejercicio de pensar la sexualidad para mujeres y varones de formas más libres, plenas e igualitarias.
- ✓ Preguntas para el diálogo ¿Qué diferencias encuentran en la vivencia de la sexualidad masculina y femenina en los/as adolescentes o jóvenes?, ¿estas diferencias son positivas o negativas para la vivencia de nuestra sexualidad?, ¿lo que sienten coincide con lo que piensan, lo que hacen, etc.? ¿Existen diferencias en los mensajes sobre la sexualidad emitidos para hombres y mujeres? ¿qué promueven y qué restringen los modelos hegemónicos de ser hombre joven y ser mujer joven para la vivencia de nuestra sexualidad?, ¿qué permisos y qué sanciones observamos desde la perspectiva de género para el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en hombres y mujeres?, ¿por qué existen estas diferencias entre las mujeres y hombres jóvenes? ¿Qué otras formas de vivir la sexualidad más plena y sin discriminación se imaginan para mujeres y varones jóvenes? ¿Lo que surge de lo trabajado en los grupos refleja la vida cotidiana?, ¿cuáles son los lugares que emiten los mensajes más positivos para la vivencia de sus sexualidades? ¿Qué derechos sexuales y reproductivos están siendo vulnerados en el ejercicio de la sexualidad masculina y femenina en los/as adolescentes o jóvenes?

Cuerpo y sexualidad

Es fundamental trabajar el cuerpo como una construcción cultural en la que se cruzan los aspectos biológicos y sociales, y se atraviesan valoraciones éticas y estéticas definidas por cada sociedad. El cuerpo es

parte integral en nuestra vivencia de la sexualidad, y todas sus partes pueden ser fuente de placer sexual.

El cuerpo es el primer territorio que poseemos, el conocimiento sobre nuestro cuerpo permite que nos apropiemos de éste para el placer. Incluir la perspectiva de género al trabajar el tema de sexualidad es importante ya que hombres y mujeres recibimos diferentes mensajes sobre el cuerpo, el erotismo y el placer, que pueden llegar a limitar e incluso negar nuestro derecho a vivir una sexualidad recreacional e independiente de la reproducción.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Reflexión en grupo

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Ninguno

Objetivo

Abrir el diálogo sobre el concepto de sexualidad y reflexionar acerca de los mitos y tabúes dentro de la sociedad.

Indicaciones

- ✓ El/la docente forma un equipo de seis personas quienes serán los extraterrestres.
- ✓ El equipo de los extraterrestres pregunta al grupo aspectos de la vida humana: quiénes son, qué comen, cómo se llaman, por qué son tantos, cómo se reproducen, qué es el amor, qué es un pene, una vagina, qué forma tiene, para qué sirve, etc.
- ✓ El/ la docente guía la reflexión sobre mitos, tabúes de acuerdo a las

respuestas que dieron

- ✓ El/ la docente pregunta cómo, quién, dónde les enseñaron sobre sexualidad y explica que es así como podemos analizar los procesos de socialización, valores, permisiones y la forma en que viven la sexualidad hombres y mujeres, pero al mismo tiempo se crean mitos, estereotipos, tabúes que influyen en las relaciones y la forma de llevar a cabo la sexualidad.

Identidades sexuales

En primer lugar vale la pena reconocer que la identidad se construye socialmente mediante un proceso histórico en el cuál se adquiere la identidad personal y la identidad social. Para conformar las identidades influye la relación con el entorno personal y social, por lo que se afirma en la singularidad y la diferencia. La identidad de un individuo incluye género, raza, grupo étnico, clase, cultura, lengua, edad, sexo, entre otras referencias. Todas se combinan para definir a un ser único. Pero también compartimos algunas de ellas como miembros de una comunidad.

La identidad de género es distinta de la identidad sexual. La identidad género se refiere al modo en el que ser mujer o ser hombre está prescrito socialmente y condiciona la vida de las personas desde su nacimiento. La identidad de género se manifiesta en las situaciones cotidianas, las tareas asignadas y asumidas por las mujeres y los hombres implican cómo van a desarrollar sus capacidades y el proceso de socialización hace que niñas y niños regularmente dirijan sus miradas hacia profesiones consideradas masculinas o femeninas.

Por otro lado la identidad sexual está en función de la forma en que cada persona se asume como hombre y como mujer de acuerdo a su propia

valoración. La identidad sexual es la conciencia propia e inmutable de pertenecer a un sexo u otro, es decir, ser hombre o ser mujer, donde están implicados multitud de factores entre los que podemos destacar el psicológico, social y biológico y -dentro de este último- el gonadal, cromosómico, genital y hormonal.

También se encuentra la orientación sexual, que tiene que ver con quien nos sentimos atraídos física, erótica y sexualmente. En forma general, existen tres orientaciones sexuales básicas: heterosexualidad, homosexualidad o bisexualidad.

Heterosexualidad: Significa que una persona siente atracción por otra persona del sexo opuesto. Un heterosexual, fundamentalmente, es alguien que piensa que su sexualidad se corresponde con la sexualidad normativa de una sociedad determinada o bien alguien que considera que su sexualidad debe corresponderse con la sexualidad normativa.

Homosexualidad: Es cuando una persona siente atracción por otra del mismo sexo. Entre los hombres se ha impuesto el término "ser gay" y entre las mujeres "ser lesbiana".

Bisexualidad: Significa que una persona siente igual atracción por ambos sexos.

No debe olvidarse que todas las personas tienen derecho a ser respetadas y a no ser discriminadas por la orientación sexual.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Participación grupal

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Gises o marcadores para pizarrón, papelógrafos.

Objetivo

Generar el clima para continuar abordando temas vinculados con la sexualidad, el género, los derechos y la diversidad. Conocer creencias, ideas y opiniones de los/as participantes con respecto al tema. Identificar mitos y prejuicios en el grupo.

Indicaciones

- ✓ Se propone al grupo formar una fila en el centro del salón. La consigna es: "Iremos leyendo frases afirmativas sobre las que Uds. tendrán que expresar si están de acuerdo o no, es decir, si es verdadera o falsa. Luego de cada frase, quienes piensen que es verdadera deberán ubicarse a la izquierda de la columna, quienes piensen que es una afirmación falsa a la derecha, y quienes tengan duda se mantendrán en la columna".
- ✓ Posteriormente, quienes tomaron posición y se ubicaron en uno de los lados de la columna deben argumentar su postura, tratando de hacer que quienes quedaron en el medio tomen una posición y se coloquen en alguno de los grupos.
- ✓ Cuando no queden más personas en la columna, vuelven todos a ella para leer otra frase y posicionarse de nuevo.
- ✓ Se podrán leer cinco o seis consignas, todas pueden referir al mismo tema o a diferentes aspectos de la sexualidad y/o género, que serán

- abordados a lo largo de la actividad o las actividades con el grupo.
- ✓ Posteriormente, se hablara de la importancia de tener información clara para poder saber más acerca de la sexualidad, así como para conocer y ejercer los derechos sexuales y reproductivos. La existencia de mitos y tabúes, así como de actitudes hostiles hacia aspectos específicos de la sexualidad tiene que ver con lo que se aprende en la escuela, la familia, los medios de comunicación, reforzarlos y no cuestionarlos de manera profunda, puede generar confusiones y violación a derechos.
 - ✓ Retomar los conceptos y aprendizajes de las sesiones anteriores.

Ejemplos de frases:

- Los hombres homosexuales quieren ser mujeres.
- El tamaño del pene es muy importante para las relaciones sexuales.
- La mejor pareja sexual es la que puede hacer el amor varias veces seguidas.
- No se puede tener relaciones cuando la mujer está menstruando.
- Los bebés también tienen sexualidad.
- Si alguien se niega varias veces a hacer una práctica sexual que su pareja le reclama, seguramente acabe por cansarse y la/o deje.
- Las personas se masturban cuando no tienen con quien mantener relaciones sexuales.
- Cuando te conectas por chat con alguien que no conoces, es mejor no darle tus datos personales como el teléfono y la dirección.
- Con una pareja estable no es necesario usar preservativos porque no hay riesgos.
- Cuando una adolescente es maltratada continuamente por su novio, la responsabilidad es suya por seguir ennoviada con él.

- Los hombres son violentos por naturaleza.
- El abuso sexual siempre se produce en lugares peligrosos y oscuros, y el atacante es un desconocido.
- Las personas tienen derecho a elegir si quieren o no quieren tener hijos/as, cuánto, cuándo y con quién.

Derechos sexuales y reproductivos

Los derechos sexuales y reproductivos están vinculados con los derechos humanos. Estos se basan en el reconocimiento de la autonomía y libertad de todas las personas respecto a la sexualidad y la reproducción, sin discriminaciones ni distinciones de sexo, edad, etnia, religión, condición cultural o socioeconómica. El reconocimiento de estos derechos, es el resultado de una larga lucha de movimientos sociales, incluidos los movimientos feministas a nivel mundial para ampliar los alcances del concepto de derechos humanos.

Estos derechos implican responsabilidades en el campo de la salud sexual y reproductiva: significa asumir y vivir la sexualidad, y como parte de ella la reproducción como una responsabilidad individual, de pareja, familiar y social. Las decisiones que cada individuo tome sobre su sexualidad y capacidad reproductiva implican asumir la responsabilidad de respetar los derechos del otro/a y compartir la responsabilidad que implican esas decisiones. Se basan además en considerar a las personas como capaces de decidir en forma libre sobre su sexualidad y reproducción, sin sufrir de presiones, coerción, discriminación o violencia de ningún tipo. Ejemplo; el respeto y aceptación de los tiempos del otro/a, la co-responsabilidad en la maternidad y paternidad, el cuidado y la prevención en la transmisión de

infecciones sexuales y VIH, etc.

Es importante considerar que los derechos sexuales y los derechos reproductivos son conceptual y realmente diferentes y no deberían verse como cosas naturalmente vinculadas. El vínculo entre la sexualidad y la reproducción diluye la importancia de cada una de ellas, como campos separados para la realización humana. La conexión entre el acto sexual y al procreación desvirtúa la potencialidad que el placer tiene en nuestras vidas.

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Papelógrafos. Marcadores. Cinta adhesiva. Telas para confeccionar disfraces, ropas, pinturas de cara, accesorios, etc. Materiales para construir carteles y pancartas

Objetivos

Promover la comprensión de los derechos sexuales y reproductivos en tanto conquistas sociales y derechos humanos inalienables. Identificar situaciones de vulneración de derechos sexuales y reproductivos en distintos tipos de poblaciones y generar estrategias de promoción para ellos. Discutir y problematizar las creencias en torno a los derechos de las personas en el terreno de sus vidas sexuales y reproductivas. Desarrollar conocimiento sobre la sexualidad como un campo de ejercicio de ciudadanía.

Indicaciones

- ✓ Se comienza la actividad educativa preguntándole al grupo si en su

sociedad conocen personas que luchan por sus derechos. Se escuchan los ejemplos y se amplía información acerca de los movimientos sociales que históricamente han luchado por los derechos humanos como, por ejemplo, los/as trabajadores/as, las mujeres, los pueblos indígenas, la comunidad LGBTTI, etc.. Luego de reflexionar acerca de estas luchas, sus formas de organizarse, cómo plantean sus demandas y necesidades a la sociedad en general. Invitaremos al grupo a recrear un movimiento social.

- ✓ Se divide al grupo en subgrupos de al menos seis integrantes. Luego de que los subgrupos están distribuidos y con distancia suficiente entre cada uno, se les explica la consigna, sin que los otros escuchen.
- ✓ A cada subgrupo se le asigna una población específica en la que deben convertirse. Por ejemplo, un colectivo de adolescentes, un movimiento de adultos mayores, un grupo de mujeres, un colectivo LGBTTI
- ✓ Una vez que cada subgrupo tiene asignada la población a recrear (el resto de los subgrupos no pueden saberlo hasta que lo adivinen en el momento de la plenaria y presentación) se les propone la siguiente consigna: “Deberán pensar qué demandas y necesidades en torno a la sexualidad tienen en función de la población que les tocó. Como grupo deben ponerse en lugar de otro grupo social y pensar qué injusticias viven y cómo los derechos sexuales y reproductivos se les vulnera como grupo”.
- ✓ Posteriormente deben producir: Una proclama con sus demandas. Un lema de su lucha. Un cántico de marcha
- ✓ En plenaria los grupos deben hacer su presentación como si realmente estuviesen en plena lucha y reclamo, con el énfasis de los/as luchadores/as sociales. Durante la presentación de cada

subgrupo, los demás deben adivinar a qué grupo social pertenecen en función del contenido de sus reclamos. La coordinación debe de destacar las proclamas y expresiones recreadas por los grupos y abordar los contenidos en función de lo planificado y lo que surja en el grupo. ¿Por qué piensan que cada frase formulada se trata de un derecho?, ¿qué lugar ocupan los derechos vinculados a la vida sexual?, ¿y a la reproducción?, ¿consideran que estos derechos son respetados?, ¿se cumplen y ejercen de igual forma en adolescentes y en adultos?, ¿en mujeres que en hombres?, ¿en personas de diferentes etnias- razas?, ¿en personas heterosexuales, homosexuales y bisexuales.

Derechos Sexuales	Derechos reproductivos
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Derecho a decidir libre y responsablemente sobre la sexualidad y teniendo control sobre el propio cuerpo. ➤ Derecho a vivir libremente la orientación sexual deseada, sin temor a ser discriminado/a, coartado/a, o violentado/a ➤ Derecho a recibir educación sexual y el acceso a la información ➤ Derecho a disfrutar de un adecuado nivel de salud sexual ➤ Derecho a gozar del progreso científico, ser informado/a y consultado/a frente a procedimientos y experimentación médica ➤ Derecho a vivir una sexualidad libre, segura y satisfactoria e independiente de la reproducción ➤ Derecho a gozar de la igualdad, respeto mutuo y responsabilidades compartidas en las relaciones sexuales ➤ Derecho al placer sexual, incluido el autoerotismo. ➤ Derecho a la libertad sexual, excluyendo toda forma de coerción, explotación y abuso sexual en todas las etapas de la vida y en toda circunstancia. ➤ Derecho a tener sexo seguro para prevenir la adquisición de infecciones de transmisión sexual . 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Derecho a tener información y medios adecuados para poder ejercer la toma de decisiones ➤ Derecho a la maternidad y paternidad. ➤ Derecho a adoptar decisiones libres y responsablemente sobre tener o no tener hijo/as, el número y el espaciamiento entre los nacimientos ➤ Derecho a la información clara, comprensible y completa sobre métodos anticonceptivos y el acceso a ellos. ➤ Derecho a la esterilización voluntaria, previo consentimiento informado ➤ Derecho a la confidencialidad de la información en la atención en salud sexual y reproductiva ➤ Derecho a acceder al más alto nivel de salud reproductiva en los servicios de salud.

Prácticas sexuales de riesgo

En este módulo interesa conocer las principales prácticas sexuales de riesgo con la intención de prevenir las infecciones de transmisión sexual, el VIH/SIDA y reflexionar acerca de las relaciones que hay entre ellos. Asimismo para identificar los mitos, tabúes y las presiones de la pareja como obstáculo para prevenirlas, junto con los embarazos no planificados.

Infecciones de transmisión sexual

Las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) se transmiten a través de relaciones sexuales sin protección, con personas ya infectadas, ya sea por contacto vaginal, oral o anal. Otras se pueden transmitir a través de sangre contaminada, por compartir jeringas o agujas contaminadas o de una mujer embarazada al feto durante el embarazo, o al bebé en el parto y la lactancia. Las ITS No son específicas de un grupo de personas ni distingue raza, posición económica, social, sexo, credo, ni edad. Las ITS afectan principalmente los órganos sexuales y reproductivos pero también pueden afectar a todo nuestro cuerpo con enfermedades.

Los síntomas de las ITS pueden ser:

- Flujo vaginal
- Secreciones por el pene
- Ardor o dolor al orinar
- Dolor durante el coito
- Dolor en la parte inferior del abdomen
- Picazón en el área genital
- Llagas o úlceras en los genitales
- Verrugas en los genitales

- Sangrado vaginal anormal o más abundante
- Sangrado vaginal después del coito
- Testículos hinchados o con dolor
- Inflamación de ganglios en la ingle

Principales Infecciones de Transmisión sexual: Las más conocidas y las que con más frecuencia se presentan son de acuerdo a su clasificación: las que producen flujo ó secreción (gonorrea, tricomoniasis, clamidia), las que producen llagas ó úlceras (herpes genital, sífilis), las que producen verrugas (condiloma acuminado, infección por el virus del papiloma humano) y las que afectan el sistema de defensa del individuo (infección por el VIH).

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Lluvia de ideas, desarrollo de carteles de información

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Guía hablemos de sexualidad, Papelógrafos, papel, marcadores

Objetivos

Reconocer las ITS, la importancia de su detección y prevención en el contexto de la sexualidad y la salud reproductiva. Eliminar los mitos y la desinformación sobre el tema.

Indicaciones

- ✓ El/ la docente pregunte al grupo qué cosas conocen sobre las ITS y las va anotando en el pizarrón o en papelógrafos
- ✓ Posteriormente forma equipos para que trabajen en la elaboración de un folleto o cartel que contenga información sobre cómo se cuidan de las ITS, se pueden apoyar con la Guía Hablemos de sexualidad con perspectiva de género.

- ✓ Cuando todos los grupos terminen, pide que presenten sus trabajos a los y las demás.
- ✓ El/la docente deberá explorar los mitos que aún existen con relación a las ITS, como por ejemplo que sólo las personas “promiscuas” pueden tener una ITS o que es cosa de “homosexuales”
- ✓ Explicar que el cuidado de la salud también está relacionado con el género, por lo que muchos hombres como manifestación de su “virilidad y masculinidad”, tienden a no preocuparse demasiado de la salud incluyendo la salud sexual y reproductiva.
- ✓ Recordar que el mito también está relacionado a la idea de que sólo tiene una ITS, en especial el VIH-SIDA quien es promiscuo, homosexual o drogadicto.
- ✓ Preguntas: ¿cómo cuidan de su salud sexual mujeres y hombres? ¿De quién es la responsabilidad?? ¿Cómo influye en las ITS?

VIH y SIDA

El SIDA es la etapa final de la infección por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) que produce la incapacidad del organismo para defenderse. El SIDA merece atención pues una de las vías de transmisión es a través de las relaciones sexuales sin protección.

La palabra SIDA significa:

Síndrome: conjunto de signos y síntomas que revelan la existencia de una enfermedad.

Inmuno: Se refiere al sistema inmunológico, que es la capacidad natural del organismo para defenderse de la enfermedad.

Deficiencia: Significa insuficiencia o incapacidad.

Adquirida: Significa que no es congénita, no se nace con la enfermedad.

Por su parte, el VIH ataca el sistema inmunológico quien se encarga de la defensa del cuerpo de las agresiones de los virus, bacterias, hongos y parásitos altamente capaces de atacar nuestro organismo. El virus no sobrevive fuera del organismo, y no resiste cambios de temperatura. La persona infectada por el VIH es la portadora del virus o sero positiva, no quiere decir que esta persona tenga el SIDA, pero si puede transmitir la infección a otra persona, además puede ser la portadora y verse sana. Este período puede durar de 5 a 10 años. El SIDA corresponde a la etapa en la cual se desarrollan síntomas y signos de enfermedades características en personas infectadas con el VIH.

Detección: El VIH se detecta por medio de varios tipos de análisis de sangre, los más conocidos son las pruebas rápidas y la prueba –o test de Elisa los cuales se realizan previa consejería o asesoría sobre el tema.

Transmisión del VIH

Transmisión Sexual: Puede ser por relaciones sexuales vaginales, anales u orales sin protección con una persona infectada. Ocurre por medio de lesiones, laceraciones o heridas a veces microscópicas, que se producen durante la penetración, sea está vaginal o anal.

También cuando se practica sexo oral, cuando el virus presente en el semen o secreciones vaginales penetran por lesiones microscópicas que encontramos en la boca (lesiones producidas con el cepillo de dientes, encías inflamadas, llagas en la boca).

Niveles de riesgo

Sin riesgo: caricias, besos, masturbación, masajes, abrazos.

Poco riesgo: besos húmedos o linguales, relaciones sexuales con condón.

Riesgosas: sexo oral sin protección, masturbación en pareja cuando la piel está lesionada.

Peligrosas: coito vaginal y anal sin protección.

Transmisión por vía sanguínea: Esta se da cuando se administra una transfusión de sangre contaminada. Cuando se intercambian jeringas y/o agujas contaminadas. Cuando se comparten navajas de afeitar, cepillos de dientes u otros objetos punzo cortantes. Al realizar acupuntura, perforación de la oreja o cualquier otra parte del cuerpo, tatuajes con equipo o material no esterilizado o que se usan varias veces y que han estado en contacto con secreciones de personas infectadas.

Transmisión por vía perinatal: Ocurre durante el embarazo y el parto, por intercambio de sangre que tiene lugar a través de la placenta entre la mujer embarazada y el feto. También ocurre durante el parto y la lactancia. El mayor riesgo de transmisión es durante la labor de parto y el parto.

Cómo No se transmite el VIH

Dar la mano

Dar beso en la mejilla o en la boca

Abrazar

Conversar muy de cerca

Acariciar

Llorar

Sudar

Toser o estornudar

Cuidar y/ o visitar a personas afectadas por el VIH/SIDA

Usar las mismas máquinas o herramientas de trabajo

Sentarse en el mismo asiento o silla

Compartir vasos o tazas

Compartir vajillas o cubiertos de mesa

Usar los mismos inodoros o letrinas

Compartir ropa o zapatos

Utilizar el mismo teléfono

Tocar las perillas de las puertas

Picaduras de insectos

Ir al médico/a

Cambiar la ropa de personas enfermas

Jugar con niños y niñas viviendo con VIH

Compartir toallas

Usar la misma ducha

Agarrarse de los tubos de los autobuses

Dormir en la misma cama (sin mantener relaciones sexuales)

Lavar la ropa de personas enfermas

Ir a la piscina

Bañar a personas enfermas

Usar el mismo jabón

Alimentar a otra persona

TÉCNICA PARTICIPATIVA

Técnica: Reforzamiento de información de manera grupal

Tiempo: 90 minutos

Materiales: Guía Hablemos de sexualidad con perspectiva de género. Tarjetas con frases. Cinta adhesiva. Cartulina o papelógrafo

Objetivo

Identificar vías de transmisión y prevención del VIH. Promover la salud sexual

Indicaciones

- ✓ Se divide al grupo en subgrupos de cuatro o cinco participantes. Se les entrega un papelógrafo o cartulina dividida en cuatro columnas con los siguientes encabezados: se previene – se transmite - no se previene - no se transmite, y un mazo de tarjetas con frases.
- ✓ Cada grupo deberá pegar cada tarjeta en la columna según crea que