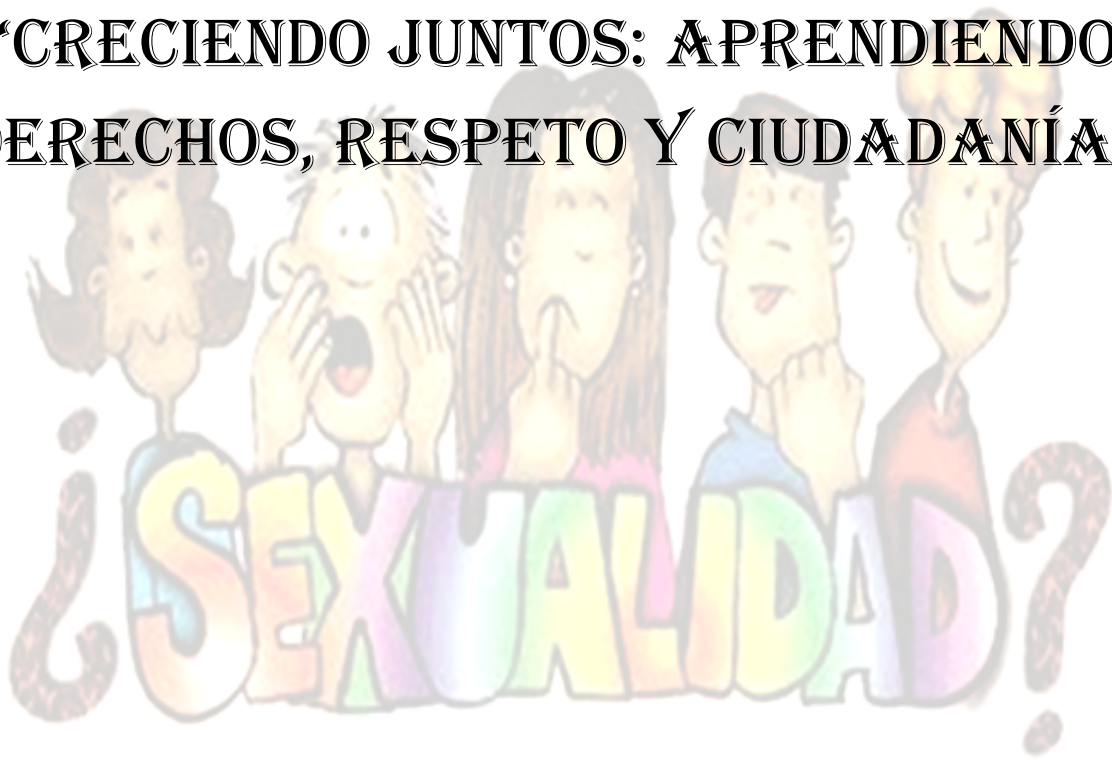


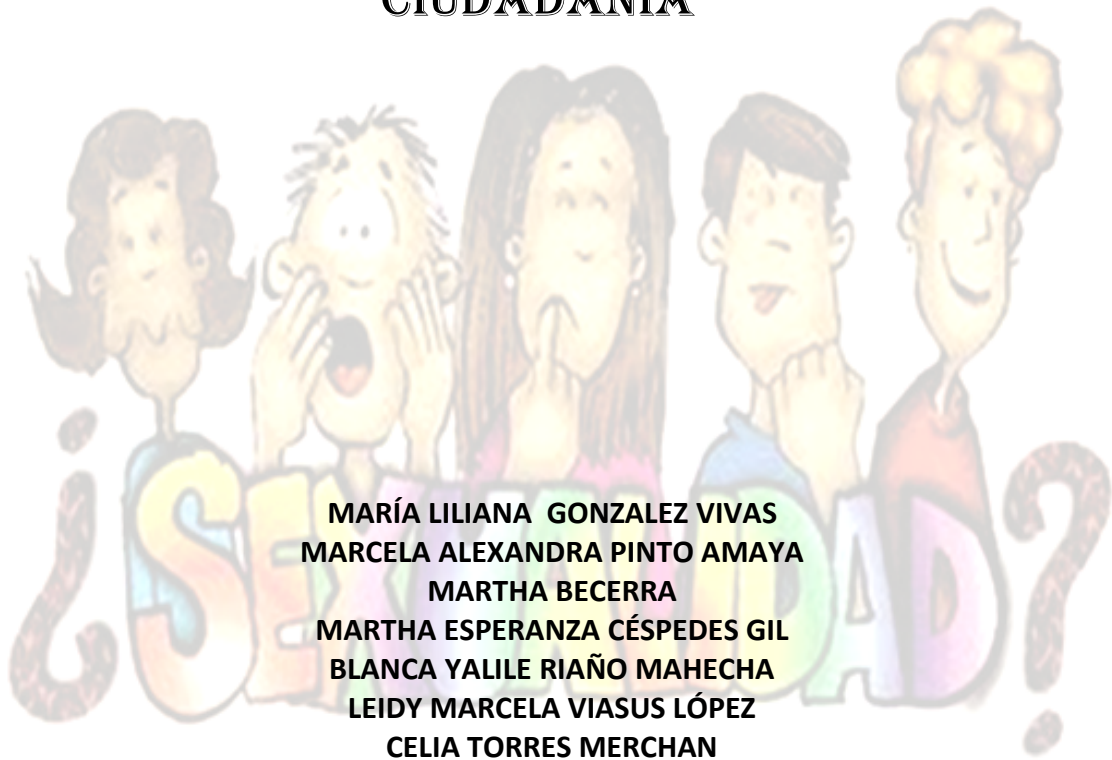
PROYECTO DE EDUCACIÓN SEXUAL Y CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA

“CRECIENDO JUNTOS: APRENDIENDO
DERECHOS, RESPETO Y CIUDADANÍA”



PROYECTO TRANSVERSAL DE EDUCACIÓN SEXUAL

“CRECIENDO JUNTOS: APRENDO DERECHOS, RESPETO Y CIUDADANÍA”



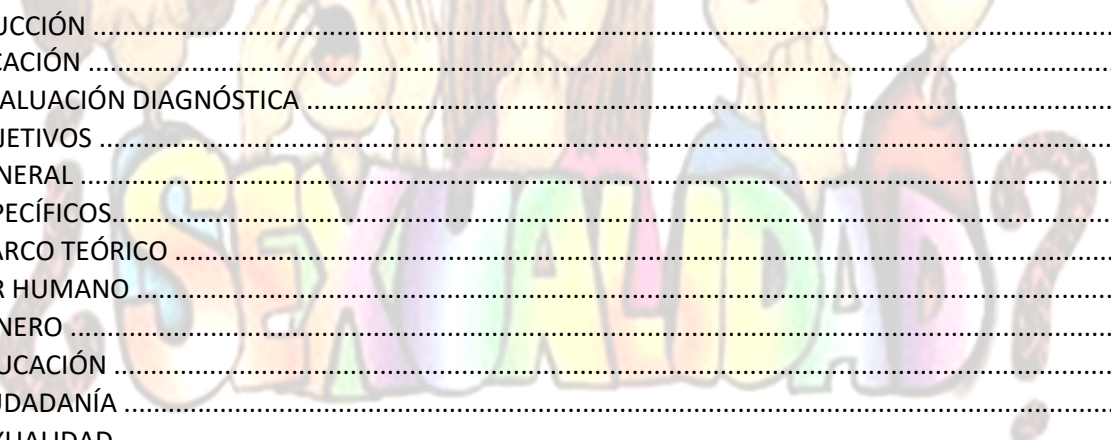
MARÍA LILIANA GONZALEZ VIVAS
MARCELA ALEXANDRA PINTO AMAYA
MARTHA BECERRA
MARTHA ESPERANZA CÉSPEDES GIL
BLANCA YALILE RIAÑO MAHECHA
LEIDY MARCELA VIASUS LÓPEZ
CELIA TORRES MERCHAN

**COLEGIO TÉCNICO MUNICIPAL FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
DUITAMA
2025**

**PROYECTO DE EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y EDUCACIÓN PARA LA
CIUDADANÍA**

“CRECIENDO JUNTOS: APRENDO DERECHOS, RESPETO Y CIUDADANÍA”

CONTENIDO



1. INTRODUCCIÓN	7
2. JUSTIFICACIÓN	8
3. EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA	9
4. OBJETIVOS	10
4.1 GENERAL	10
4.2 ESPECÍFICOS.....	10
5. MARCO TEÓRICO	11
5.1 SER HUMANO	11
5.2 GÉNERO	12
5.3 EDUCACIÓN	12
5.4 CIUDADANÍA	13
5.5 SEXUALIDAD	13
5.6 IDENTIDAD DE GÉNERO	14
5.7 LA IDENTIDAD SEXUAL	14
5.8 COMPORTAMIENTOS CULTURALES DE GÉNERO:	15
5.9 ORIENTACIÓN SEXUAL:	15
• COMUNICATIVA RELACIONAL	15
• FUNCIÓN REPRODUCTIVA	16
• FUNCIÓN ERÓTICA.....	16
• FUNCIÓN AFECTIVA	17
5.10 EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y LA CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA	17
5.11 DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	18
6. TEMÁTICA EDUCACION SEXUAL	21
7. METODOLOGÍA DE TRABAJO.....	22

8.	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	23
9.	EVALUACIÓN POR CADA ACTIVIDAD	25
10.	BIBLIOGRAFIA	26
11.	GUIAS DE TRABAJO	30
11.1	“SOMOS IMAGEN Y SEMEJANZA DE DIOS CREADOS POR AMOR Y PARA AMAR Y ASI VIVIR FELICES” BÀSICA PRIMARIA	
11.2	IMPORTANCIA DEL CUERPO” GRADO SEXTO.....	34
11.3	“ESTOY CRECIENDO, ESTOY CAMBIANDO” GRADO SÉPTIMO	38
11.4	“NUESTROS DERECHOS” GRADO OCTAVO	39
11.5	¿DÓNDE HABITA MI SEXUALIDAD? GRADO DECIMO.....	43
11.6	ME RESPETO, TE RESPETO GRADO UNDECIMO.....	45



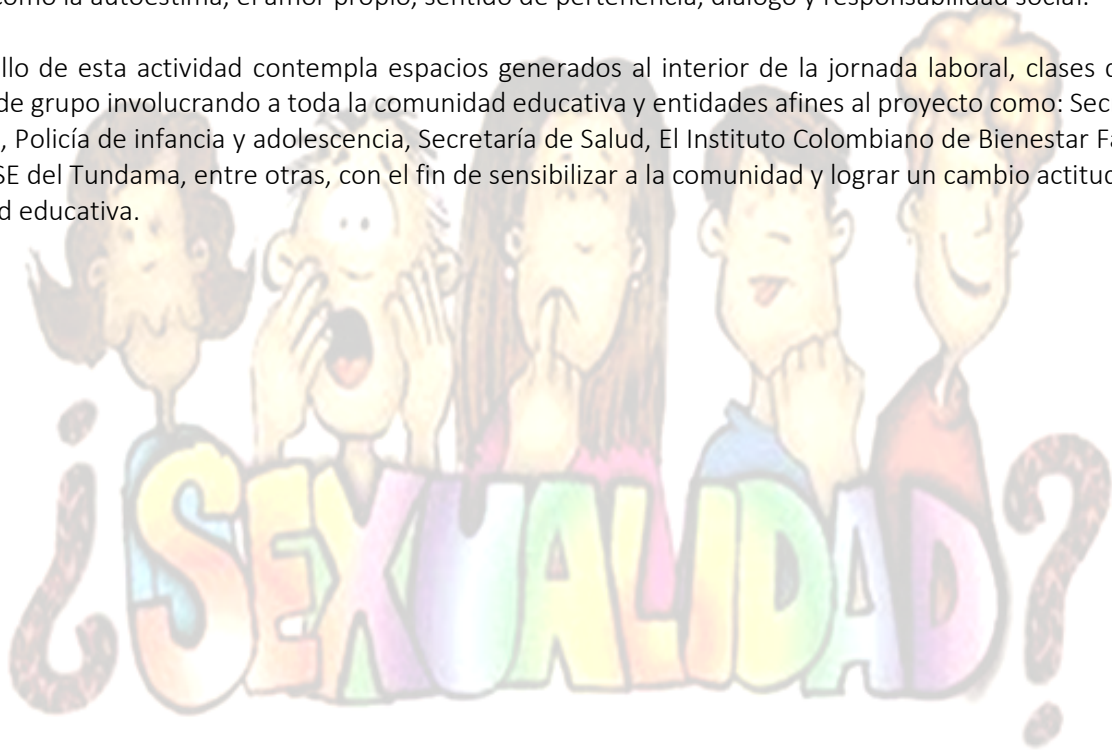
INTRODUCCIÓN

La sexualidad es una de las características del ser humano a la que se le debe dar gran importancia porque está presente a lo largo de la vida, su desarrollo armónico es fundamental para la formación integral de la persona. Su finalidad es la relación humana en tanto que contempla las dimensiones comunicativas, afectivas, comportamentales, y reproductivas.

Su desarrollo comprende aspectos biológicos, psicológicos, sociales y emotivos resaltando dentro de estos últimos la dimensión ética y moral.

El colegio Técnico Municipal Francisco de Paula Santander de Duitama plantea este proyecto para el año 2023 teniendo en cuenta la estructura curricular y sus ejes (la persona, la pareja, la familia y la sociedad) enfatizando aspectos como la autoestima, el amor propio, sentido de pertenencia, dialogo y responsabilidad social.

El desarrollo de esta actividad contempla espacios generados al interior de la jornada laboral, clases de ética y dirección de grupo involucrando a toda la comunidad educativa y entidades afines al proyecto como: Secretaría de Educación, Policía de infancia y adolescencia, Secretaría de Salud, El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, la Fiscalía, ESE del Tundama, entre otras, con el fin de sensibilizar a la comunidad y lograr un cambio actitudinal en la comunidad educativa.



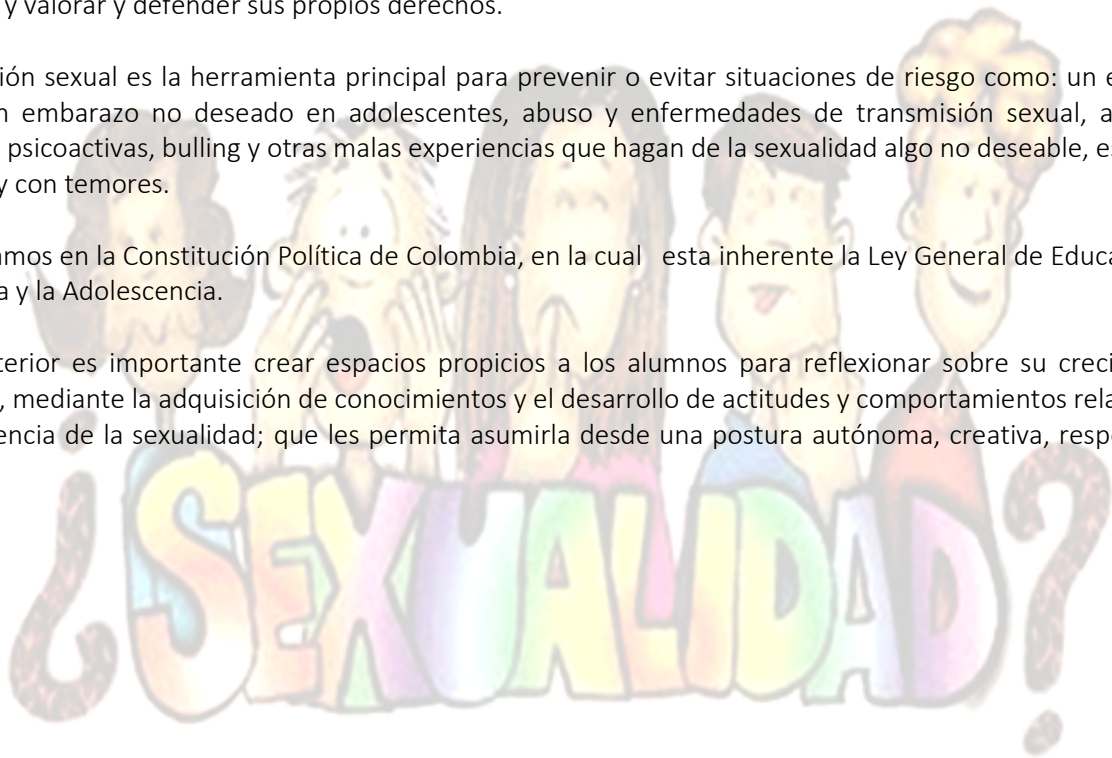
JUSTIFICACIÓN

La educación sexual es un derecho de niños y adolescentes; el derecho a recibir una educación que promueva su desarrollo integral. Se considera entonces al sistema educativo como una institución, que lejos de remplazar a otras permite igualar el acceso a recursos relacionados con la información y la formación para que todos los niños y adolescentes fortalezcan su autoestima y construyan su autonomía en las diferentes etapas del desarrollo que atraviesa; mejorando así las relaciones interpersonales, de esta manera serán capaces de respetar las opiniones de los demás y valorar y defender sus propios derechos.

La educación sexual es la herramienta principal para prevenir o evitar situaciones de riesgo como: un embarazo precoz, un embarazo no deseado en adolescentes, abuso y enfermedades de transmisión sexual, adicción a sustancias psicoactivas, bulling y otras malas experiencias que hagan de la sexualidad algo no deseable, escondido, peligroso y con temores.

Nos apoyamos en la Constitución Política de Colombia, en la cual esta inherente la Ley General de Educación, Ley de Infancia y la Adolescencia.

Por lo anterior es importante crear espacios propicios a los alumnos para reflexionar sobre su crecimiento y desarrollo, mediante la adquisición de conocimientos y el desarrollo de actitudes y comportamientos relacionados con la vivencia de la sexualidad; que les permita asumirla desde una postura autónoma, creativa, responsable y ética.



3. EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA

El Proyecto de educación sexual se ha venido ejecutando según las necesidades de la comunidad educativa, tomando como parámetros, los lineamientos sugeridos por el Ministerio de Educación Nacional. Debido al nivel socioeconómico y cultural de la comunidad educativa, se observó algunas carencias como:

- Ausencia de alguno de los padres o de ambos en la formación.
- Baja autoestima, con la respectiva afectación por el ciberbullyn y otros
- Carencia de recursos económicos
- Desintegración familiar
- Embarazos a temprana edad
- Falta de afecto
- Falta de comunicación asertiva
- Maltrato físico y verbal
- Tiempo libre no controlado con el uso de instrumentos tecnológicos.
- Difícil manejo de las emociones.

4. OBJETIVOS

4.1 GENERAL

- Educar y formar al adolescente para SER una persona dueña de una generación feliz, prevenir embarazos y evitar problemas psicosociales que producen malestar en niños niñas y adolescentes; para que tomen decisiones informadas, autónomas, responsables, placenteras y saludables que enriquezcan su proyecto de vida; aumentando su autoestima y mejorando la actitud frente a comportamientos relacionados con su sexualidad y la de los demás.

4.2 ESPECÍFICOS

- Identificar los factores de riesgo para desarrollar acciones de prevención y promoción.
- Orientar sobre la ruta que los niños, niñas y jóvenes deben seguir frente a un determinado riesgo.
- Sensibilizar a la comunidad educativa en una educación sexual que enfatice la formación de valores como: la autoestima, la responsabilidad, el respeto, el autocuidado, la autonomía, la tolerancia y la equidad.

5. MARCO TEÓRICO

El Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía es una iniciativa del Ministerio de Educación Nacional y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), cuyo propósito es contribuir al fortalecimiento del sector educativo en la implementación y la sostenibilidad de una política de educación para la sexualidad, con un enfoque de ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos.

5.1 SER HUMANO

Las palabras humanidad, ser humano y persona hacen referencia al carácter igualitario de todos los sujetos del género humano, independientemente de la época y el lugar. Esta igualdad se basa en la dignidad propia de todos y cada uno de los integrantes del género. La dignidad es el fundamento para una concepción universal de los derechos humanos y puede ser comprendida en tres aspectos globales interrelacionados. Primero, vivir como uno quiera, es decir la dignidad entendida como la autonomía o la posibilidad de diseñar un plan de vida propio. Segundo, vivir bien, tener unas ciertas condiciones materiales y sociales de existencia; y tercero, vivir sin humillaciones, poder tener integridad física y moral.

Al hablar de ser humano necesariamente debemos referirnos a sus derechos: los derechos humanos, que resumimos así:

Son los derechos que poseen todas las personas en virtud de su común humanidad; son derechos relativos a vivir con libertad y con dignidad. Estos derechos otorgan a todos exigencias morales frente a la conducta de individuos y frente al diseño de las prácticas sociales vigentes. Los derechos humanos son universales, inalienables e indivisibles. Expresan nuestros más profundos compromisos por garantizar a todas las personas la seguridad en el disfrute de los bienes y libertades necesarias para vivir dignamente.

Esta comprensión del ser humano proclama derechos iguales para todas las personas, considerando sus identidades y diferencias. El derecho a la diferencia es esencial para que la identidad de todos sea una realidad verdadera y cierta. Esta noción de ser humano se basa en la satisfacción prioritaria de todos los derechos de la persona, incluyendo los sexuales y reproductivos, indispensables para el goce de una vida digna y el libre desarrollo de la personalidad.

5.2 GÉNERO

La categoría analítica género permite entender que los patrones de organización basados en las diferencias sexuales (biológicas) son construcciones sociales y culturales, establecidas sobre esas diferencias, que han llevado a valoraciones desiguales de mujeres y hombres, fuente de discriminación para ellas.

Partimos de concebir a las mujeres y los hombres como libres e iguales en dignidad y, por consiguiente, sujetos activos sociales de derecho. Esta concepción propende a la equidad entre unos y otras, seres libres e iguales en dignidad y sujetos activos sociales de derecho, mediante el desarrollo de competencias ciudadanas. A ambos les reconoce las circunstancias y el potencial para alcanzar una convivencia pacífica, la integración en la diferencia, la participación en la sociedad y la promoción de comportamientos culturales de géneros nuevos y diferentes, equitativos para hombres y mujeres.

Desde esta perspectiva de género, el desarrollo de competencias ciudadanas en el plano de la educación para la sexualidad asume a las mujeres, las niñas y las jóvenes en su calidad de ciudadanas plenas: las reconoce como actoras válidas para identificar sus necesidades e intereses y busca crear canales de comunicación auténtica con ellas y promover condiciones que les posibiliten el ejercicio de sus derechos, principalmente los sexuales y reproductivos. De la misma manera, reconoce la capacidad de los hombres para reflexionar críticamente sobre

comportamientos culturales heredados y plantear relaciones alternativas y actitudes incluyentes y respetuosas de la diferencia. Promueve, así, la posibilidad de desarrollar la masculinidad desde valores y principios democráticos.

5.3 EDUCACIÓN

Concebimos la educación como una aproximación pedagógica que promueve la construcción de conocimiento con sentido. Es decir, de un conocimiento que adquiere significación a partir de una razón de ser, una utilidad en la vida práctica y una finalidad evidente para el educando. Además de no olvidar la necesidad de disponer de una serie de conocimientos básicos en la memoria, esta aproximación da prioridad a la utilización de los mismos en las múltiples oportunidades que brinda la vida cotidiana, así como su relación con problemáticas más cercanas al estudiante y de mayor actualidad.

5.4 CIUDADANÍA

En la actualidad, el concepto de ciudadanía se propone como una condición desde la cual las personas participan en la definición de su destino como individuos y como sociedad. Así, la ciudadanía se asume y se ejerce. Se asume cuando la persona se reconoce como integrante de un ordenamiento social y parte de las instituciones propias de ese ordenamiento, mediante la comprensión de los valores, las costumbres, las tradiciones, las normas, las formas de interacción y comunicación del contexto (familia, localidad, sociedad) en que habita. Se ejerce al participar en la construcción, la transformación y el mejoramiento de tales contextos.

Es decir, los ciudadanos, y en especial los niños, niñas, jóvenes y adolescentes, son sujetos sociales activos de derechos, personas en proceso de desarrollo, con capacidades evolutivas que deben ser respetadas, protegidas y potencializadas para su desempeño como miembros actuantes de una sociedad incluyente, cuyo quehacer debe estar orientado a garantizar a todas y cada una de ellas las condiciones para el disfrute y el ejercicio legítimo y pleno de sus derechos fundamentales.

5.5 SEXUALIDAD

José Antonio Marina llama "sexualidad al universo simbólico construido sobre una realidad biológica: el sexo". Existen entonces diversos conceptos de sexualidad, derivados de diferentes modelos de pensamiento y construcciones teóricas. En general, todos parten de la característica biológica, pero se manifiestan en un abanico en el que algunos:

Atribuyen a la sexualidad un carácter de imperativo biológico que, ante la estructura social y educativa, lucha por expresarse, la sexualidad es vista básicamente como la resultante de la interacción grupal que, a partir de una base biológica relativamente invariante, origina la diversidad característica de ideas, sentimientos, actitudes, regulación social e institucional de lo que el grupo entiende por sexualidad.

Se puede afirmar por tanto que la sexualidad es una construcción social simbólica, hecha a partir de la realidad de las personas: seres sexuados en una sociedad determinada. Como tal es una dimensión constitutiva del ser humano: biológica, psicológica, cultural, histórica y ética, que compromete sus aspectos emocionales, comportamentales, cognitivos y comunicativos tanto para su desarrollo en el plano individual como en el social. Este último aspecto subraya, también, el carácter relacional de la sexualidad como algo que es, a la vez, personalizado y humanizante, pues reconoce la importancia que tiene para el ser humano establecer relaciones con otros, en diferentes grados de intimidad psicológica y física.

Para facilitar la comprensión y el estudio de esta construcción simbólica, es posible identificar sus elementos estructurales, como son los componentes y las funciones sexuales primordiales.

5.6 IDENTIDAD DE GÉNERO

En la década de 1950, Money traslada el término género de la lingüística a la sexología, por considerar que el término sexo estaba cargado de nociones biológicas rígidas, y lo adopta para acentuar la acción de variables psicológicas y sociales en la determinación sexual del individuo. Desde entonces se incorporan nuevos términos al lenguaje científico, tales como identidad de género y papel o comportamientos culturales de género, para aludir a los rasgos psicológicos y conductuales de una persona referidos a la construcción cultural de las masculinidades y las feminidades.

La identidad de género se puede definir, entonces, como la igualdad a sí mismo, la unidad y la persistencia de la propia individualidad como hombre, mujer o ambivalente, en mayor o menor grado²⁵. Según esto, la identidad de género hace referencia al sentimiento profundo de una persona de igualdad, unidad y persistencia como hombre, mujer o ambivalente, a través del tiempo y a pesar de los cambios físicos o psíquicos. Hoy, el asunto de identidad invita a hablar de subjetividad, dando a entender con ello las posibilidades de variación y dinamismo que se presentan en las personas en su auto concepto como hombres y mujeres.

En este contexto, es importante distinguir entre identidad de género e identidad sexual; esta última se refiere a la conciencia de la identidad asociada al conjunto de características biológicas, morfológicas, genéticas y fisiológicas que caracterizan a una persona como hombre o como mujer.

5.7 LA IDENTIDAD SEXUAL:

Está determinada por el sexo biológico: cromosómico: XX, XY, o las diversas variaciones posibles; genético: presencia o ausencia de la secuencia genética necesaria para la diferenciación sexual; hormonal: por ejemplo, la producción de la hormona inhibidora del sistema de Müller, andrógenos o estrógenos; morfológico o fenotípico: desarrollo de características sexuales primarias (gónadas, órganos sexuales internos y externos- y secundarias - cambios físicos asociados a la pubertad).

Desde esta perspectiva, la identidad sexual correspondería a la identidad psicobiológica del propio sexo y de la diferencia respecto al otro sexo, y la de género a la conciencia de la identidad psicosocial y cultural del papel desempeñado por hombres y mujeres en la sociedad.

5.8 COMPORTAMIENTOS CULTURALES DE GÉNERO:

Por otra parte, las personas construyen socialmente y se apropian culturalmente de los papeles de hombre y mujer, y, por extensión, de los rasgos de la masculinidad y la feminidad, por lo que para enfatizar su carácter cambiante se puede hablar de comportamientos culturales de género. Este término está relacionado con el de roles de género, que se refiere a los gestos y las conductas asociados a cada uno, que aun cuando atribuidos más a uno que al otro, "son no obstante intercambiables y flexibles en función de factores de adaptación y acomodo". Así, los roles de género están muy determinados por patrones culturales, que se transmiten y modifican de una generación a otra. Los comportamientos culturales de género incluyen una variedad de características, relacionadas con estereotipos y prejuicios sobre el valor dado por la cultura a los hombres y las mujeres.

5.9 ORIENTACIÓN SEXUAL:

Como complemento a los componentes mencionados, la orientación sexual habla de la gran variedad de manifestaciones de la atracción sexo-erótica y sexo-afectiva. Abarca todas las posibles variaciones entre la orientación hacia personas del sexo opuesto (heterosexual), del mismo (homosexual) o de ambos sexos (bisexual). Además de los componentes, la sexualidad tiene cuatro funciones fundamentales:

- **COMUNICATIVA RELACIONAL**

Tiene que ver con las múltiples formas de expresar las maneras de sentir, pensar y hacer en relación con la sexualidad, que facilitan el desarrollo de procesos cognitivos, emocionales y comunicativos en las relaciones humanas. En este sentido, está íntimamente relacionada con las demás funciones.

Según Eusebio Rubio, sus características son:

- Imaginarios y representaciones sociales frente a los procesos de comunicación y vinculación relacionados con la estructuración, deconstrucción y resignificación de los códigos lingüísticos con los cuales las personas se comunican y construyen relaciones significativas en sus vidas.
- Constitución de un sistema de valores, creencias, sociales y sexuales que afectan la toma de decisiones acerca de la sexualidad.

- **FUNCIÓN REPRODUCTIVA**

Por reproductividad se entienden la posibilidad humana de producir individuos, que en gran medida sean similares (no idénticos) a los que los produjeron, y las construcciones mentales acerca de esta posibilidad.

Algunas características de esta función son:

- Tener manifestaciones psicológicas y sociales que trascienden el evento biológico de la concepción, el embarazo y el parto.
- En el plano biológico, los avances en torno a la procreación.
- En lo psicológico, todas las construcciones sobre la maternidad y la paternidad.
- En lo social, significaciones del hecho reproductivo y de la concepción, por ejemplo, de acuerdo con el ciclo vital; la institucionalización de las políticas reproductivas y los fenómenos demográficos.

- **FUNCIÓN ERÓTICA**

Se relaciona con el componente placentero de las experiencias corporales (individualmente vividas o, más frecuentemente, en interacción con otros), en las que ocurren los procesos de activación de respuesta genital y corporal. Muchos de estos se dan, de hecho, lejanos a los genitales, en el sistema nervioso central. Rubio (1994) define la función erótica como: los "procesos humanos en torno al apetito por la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, sus resultantes en la calidad placentera de esas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias".

Sus características incluyen:

- Desde lo biológico, la anatomía y la fisiología del erotismo, cruzada por el sexo y el género. Contiene el deseo, la excitación y el orgasmo como respuestas sexuales humanas.
- Sus componentes mentales, representaciones y simbolizaciones, la significación social y su regulación, hacen del erotismo una característica específicamente humana.
- Todos desarrollamos una identidad erótica, con simbolizaciones particulares que se integran al resto de nuestra sexualidad y de nuestra vida en general.

En síntesis, la función erótica resalta la sexualidad como una fuente primordial de placer y goce, en la que intervienen factores biológicos, psicológicos y sociales; y cada ser humano tiene el derecho de vivir una sexualidad plena.

- **FUNCIÓN AFECTIVA**

Se entiende como la capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos se derivan (Rubio, 1994), relacionadas con la sexualidad.

Sus características comprenden:

El amor como la forma de vida afectiva ideal.

"El amor tiene un carácter activo, el amor da y además tiene cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento por la otra persona con la que experimentamos afectos intensos" (Erich Fromm (1991).

Los patrones de apego y el establecimiento de la pareja (formación, ciclo y disolución), aspectos importantes en el estudio psicológico de la función afectiva de la sexualidad.

La regulación institucional y legal de estos procesos constituye verdaderos enclaves culturales que permiten el examen de las condiciones de género entre hombres y mujeres a través de su ciclo vital.

Los fenómenos demográficos (migraciones y patrones de formación de uniones), relacionados, en alguna medida, con los fenómenos de la vida afectiva.

La interrelación de estos aspectos es obligatoria, de ahí que la sexualidad sea un universo simbólico frente a la realidad biológica del sexo, con repercusiones políticas, sociales y económicas; que como universo es un sistema de conocimientos y creencias, interpretaciones, imaginarios, preconceptos, principios, normas, patrones de comportamiento, aspectos para los cuales es necesario ofrecer un proceso formativo que permita a las personas discernir, valorar y establecer juicios críticos para ser sujetos activos de derechos humanos, sexuales y reproductivos.

5.10 EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA

La Educación para la Sexualidad es la formación del ciudadano y la ciudadana para la democracia sexual y como tal debe estar enmarcada en un contexto de profundo conocimiento de los derechos humanos y de máxima valoración del respeto a los derechos de los demás, como regla máxima de convivencia humana. Esto implica profundo respeto por los estilos de vida sexual, de pareja y del género.

Al ser la sexualidad una dimensión que se manifiesta en lo público y en lo privado, la escuela puede y debe desempeñar un papel primordial en el desarrollo de competencias para su ejercicio libre, saludable, autónomo y placentero, que permita a los sujetos reconocerse y relacionarse consigo mismos y con los demás desde diferentes culturas. Esto supone un esfuerzo del sector educativo en pro de:

- El fortalecimiento de la identidad de cada uno de los miembros, lo que incluye hacer más fuerte la autoestima, y la creación de un proyecto de vida propio.
- El análisis crítico de los roles y la construcción de comportamientos culturales de género flexibles e igualitarios que permitan a hombres y mujeres tener condiciones materiales y sociales dignas.
- La construcción de ambientes pluralistas, donde todos los integrantes de la comunidad puedan elegir y vivir una orientación sexo-erótica y sexo-afectiva determinada, de forma autónoma y libre de discriminación, riesgos, amenazas, coerciones o violencia para vivir sin humillaciones y tener integridad física y moral.

Con respecto a las funciones propias de la sexualidad (afectiva, comunicativa, erótica y reproductiva), la escuela es ámbito privilegiado para el desarrollo de habilidades, actitudes y conocimientos que permitan a los sujetos el ejercicio de las mismas, con calidad, libertad y autonomía, con base en la convivencia pacífica, el establecimiento de acuerdos consensuados y la inclusión a partir de la pluralidad.

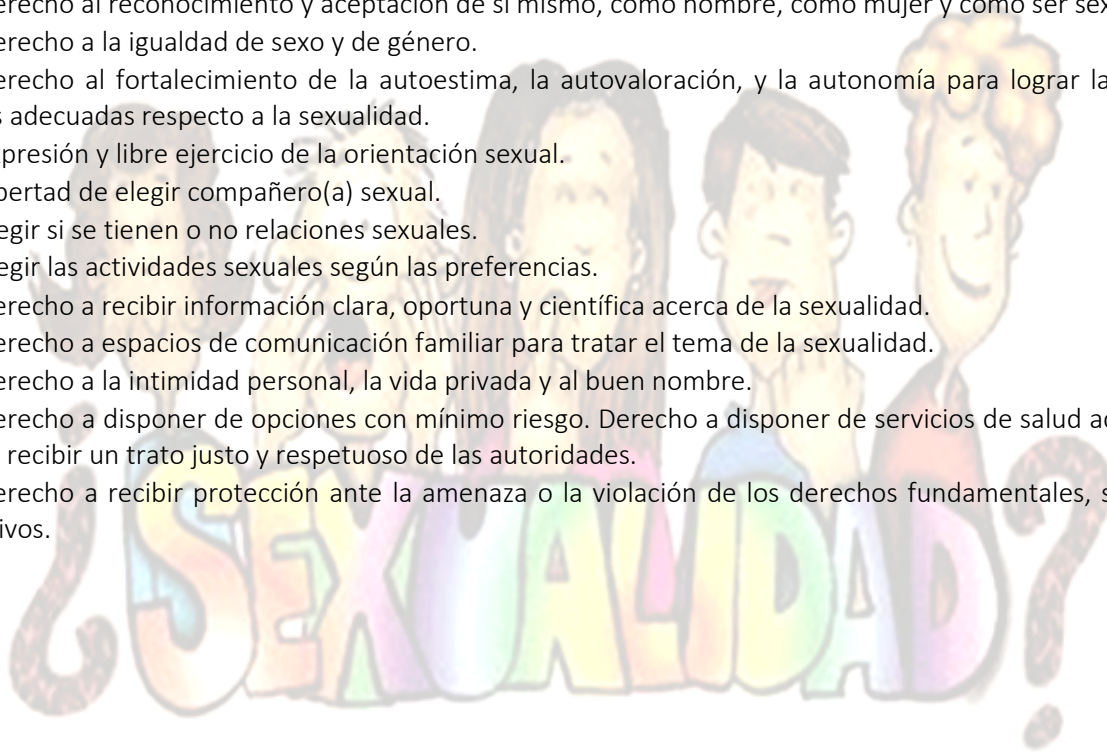
Con respecto a las funciones propias de la sexualidad (afectiva, comunicativa, erótica y reproductiva), la escuela es ámbito privilegiado para el desarrollo de habilidades, actitudes y conocimientos que permitan a los sujetos el ejercicio de las mismas, con calidad, libertad y autonomía, con base en la convivencia pacífica, el establecimiento de acuerdos consensuados y la inclusión a partir de la pluralidad.

5.11 DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

Los derechos sexuales y reproductivos se encuentran protegidos por la legislación internacional referente a derechos humanos y por otros documentos de las Naciones Unidas; entre los principales instrumentos legales internacionales que los apoyan están: Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948); Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1976); Pacto de Derechos Económicos y Sociales (1976); Convención Internacional para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (1981); Convención sobre los Derechos del Niño (1990), Declaración y Programa de Acción de la Conferencia Internacional de Derechos Humanos, Viena (1993), Programa de Acción de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, El Cairo (1994), Programa de Acción de la Conferencia Mundial de la Mujer, Beijing (1995).

La aparición de la infección por VIH y el SIDA condujo a modificaciones importantes en todos los campos humanos. Uno de los cuestionamientos que la infección trajo consigo, hace referencia a los derechos sexuales de las personas. Estos surgen, en parte, a raíz de la intolerancia de los equipos de salud y de la sociedad como un todo frente a las minorías sexuales. Se ha planteado que tales derechos son:

- Derecho a la vida, derecho fundamental que permite el disfrute de los demás derechos.
- Derecho a la integridad física, psíquica y social.
- Libertad a la finalidad del ejercicio de la sexualidad: recreativa, comunicativa, reproductiva.
- Respeto a las decisiones personales en torno a la preferencia sexual.
- Respeto a la opción de la reproducción.
- Elección del estado civil.
- Libertad de fundar una familia.
- Libertad de decidir sobre el número de hijos, el espaciamiento entre ellos y la elección de los métodos anticonceptivos o pre conceptivos.
- Derecho al reconocimiento y aceptación de sí mismo, como hombre, como mujer y como ser sexuado.
- Derecho a la igualdad de sexo y de género.
- Derecho al fortalecimiento de la autoestima, la autovaloración, y la autonomía para lograr la toma de decisiones adecuadas respecto a la sexualidad.
- Expresión y libre ejercicio de la orientación sexual.
- Libertad de elegir compañero(a) sexual.
- Elegir si se tienen o no relaciones sexuales.
- Elegir las actividades sexuales según las preferencias.
- Derecho a recibir información clara, oportuna y científica acerca de la sexualidad.
- Derecho a espacios de comunicación familiar para tratar el tema de la sexualidad.
- Derecho a la intimidad personal, la vida privada y al buen nombre.
- Derecho a disponer de opciones con mínimo riesgo. Derecho a disponer de servicios de salud adecuados.
- Derecho a recibir un trato justo y respetuoso de las autoridades.
- Derecho a recibir protección ante la amenaza o la violación de los derechos fundamentales, sexuales y reproductivos.



6. TEMÁTICA EDUCACION SEXUAL

GRADOS TEMAS	
PREESCOLAR Y PRIMERO:	¿Quién soy yo?
Emociones y sentimientos	
Mi cuerpo	
Anatomía sexual	
Somos similares, aunque diferentes	
¿Quién eres?	
SEGUNDO Y TERCERO:	Hablemos con el cuerpo
¿Qué siento, que expreso?	
Mi dibujo y yo	
¿Quién soy yo?	
¿Cómo era, soy y seré?	
CUARTO Y QUINTO	Anatomía sexual: mis inquietudes
Expreso mis emociones y sentimientos	
Estoy creciendo, estoy cambiando	
SEXTO Y SEPTIMO	Cuidados del cuerpo humano
Mitos respecto a la menstruación	
Hábitos de higiene	
Derechos sexuales y reproductivos	
OCTAVO Y NOVENO	Sexualidad como parte de vida de los estudiantes
Diferencias entre sexualidad, sexo y género	
Jóvenes en contexto de vulnerabilidad	
Masturbación	
DECIMO Y UNDECIMO	Prevención VIH / Métodos de planificación
Qué es estigma y discriminación	
Jóvenes en contexto de vulnerabilidad	

7. METODOLOGÍA DE TRABAJO

1. El proyecto se realizará con la integración de las diferentes áreas y en algunas direcciones de curso; desarrollando talleres, lecturas de reflexión, consultas, análisis de videos, etc.
2. Se realizarán charlas y talleres con diferentes entidades dirigidas a estudiantes desde el grado preescolar a undécimo con las temáticas pertinentes. Actualmente se adelanta la estrategia educarte en el que se trabajan temas enfocados en embarazos no deseados, prevención de sustancias psicoactivas, prevención de suicidios y prevención de abuso sexual.
3. Se elaborará material visual, audiovisual, didáctico y de interés para los estudiantes.
4. Se desarrollarán algunos talleres con los diferentes grados, según programación.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2025

FECHA	ACCIÓN	OBJETIVO	GRUPO DE APOYO	RECURSOS	RESPONSABLES
FEBRERO	1. PLANEACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL PROYECTO. 2. LANZAMIENTO DEL PROYECTO	-Entregar el proyecto a coordinación académica. - Dara a conocer las actividades para el año lectivo. -Aplicación de encuesta familiar para identificar al estudiante y a su entorno familiar.	-Docentes integrantes del proyecto - Docente de apoyo - Psicoorientadora	Internet Computador	Integrantes del proyecto Equipo de docentes
MARZO	3.DESARROLLO DE TALLERES PLANTEADOS POR CADA NIVEL.	Sensibilizar sobre la importancia del diálogo a cerca: -El cuidado del agua. -Identificar los posibles riesgos a los que se ven expuestos los estudiantes, de acuerdo a la edad y el entorno.	-Orientadora escolar. -Docente de apoyo. -Integrantes del proyecto. -Docentes de la institución.	Video Material dirigido a los grupos en dirección de grado y/o según programación.	Integrantes del proyecto Equipo de docentes y directivos.
ABRIL	4.CAMPAÑA DE NOSOTRAS	Sensibilizar sobre el cuidado del cuerpo.	- Integrantes del proyecto. -Psicorientadora		Integrantes del proyecto. Orientadora escolar.
MAYO A SEPTIEMBRE	5.TALLERES OFRECIDOS POR : EL SEM, LA ESE DEL TUNDAMA Y OTROS. -Riesgos Psicosociales. -Prevención al consumo de sustancias psicoactivas. -Prevención a los embarazos precoces. -Responsabilidad penal.	-Reconocer los posibles riesgos a los que se ven expuestos, prevenirlos y conocer la ruta para el manejo adecuado. -Identificar con claridad las consecuencias de tomar decisiones en la vida.	Integrantes del proyecto. Entidades de salud. Secretaría de educación.	Biblioteca. Salones de clase	Integrantes del proyecto. Docentes de la institución. Personera estudiantil
MAYO Y JUNIO	6. TALLERES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN PARA LA VIOLENCIA SEXUAL (UNA HORA POR EL AUTOCUIDADO)	-Brindar herramientas para prevenir la violencia sexual en NNA.	Docentes de la institución.	Guías de trabajo y material dirigido a los grupos según programación	Integrantes del proyecto.

COLEGIO TÉCNICO MUNICIPAL FRANCISCO DE AULA SANTANDER
TALLERES DE SEXUALIDAD SUGERIDOS

GRADOS	TEMA	OBJETIVOS	HORARIO SUGERIDO
SEXTO (601, 602, 603)	Autoestima y relaciones de familia, amistad y pareja.	Promover medidas de autocuidado al interior de nuestra familia, con amigos y/o pareja.	
SEPTIMO (701, 702, 703)	Cambios físicos y emocionales de la adolescencia.	Reconocer los cambios físicos y emocionales que se experimentan en la adolescencia. Orientar a los estudiantes sobre el manejo adecuado de dichos cambios.	
OCTAVO (801, 802, 803)	Autocuidado e implicaciones de adoptar estereotipos sociales.	Promover medidas de autocuidado al interior de nuestra familia, con amigos y/o pareja, que permitan abordar los estereotipos de género.	
NOVENO (901, 902, 903)	Derechos sexuales y reproductivos. Prevención del embarazo a temprana edad.	Reconocer los derechos sexuales y reproductivos, así como la forma de velar por su cumplimiento; promoviendo una salud sexual responsable y segura, que prevenga los embarazos a temprana edad.	
DECIMO (1001, 1002, 1003)	Mitos en la sexualidad, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual.	Resolver dudas acerca de las creencias y prácticas culturales sobre la sexualidad, que pueden llevar a embarazos no deseados. Reconocer los métodos de anticoncepción y las enfermedades de transmisión sexual, así como los efectos a la salud.	
UNDECIMO (1101, 1102, 1103)	Mitos en la sexualidad, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual.	Resolver dudas acerca de las creencias y prácticas culturales sobre la sexualidad, que pueden llevar a embarazos no deseados. Reconocer los métodos de anticoncepción y las enfermedades de transmisión sexual, así como los efectos a la salud.	

9. EVALUACIÓN POR CADA ACTIVIDAD

Se propone que sea permanente y de carácter cualitativo teniendo en cuenta los criterios de participación, continuidad, integración y logro de objetivos. Los aspectos que contempla son los conocimientos que deben adquirir los estudiantes, las actitudes, las vivencias y las actividades planeadas en las guías para las clases de Ética y Valores y en las direcciones de curso.

Seguimiento a los talleres, capacitaciones y jornadas programadas por las entidades con las que se consiga colaboración.



10. BIBLIOGRAFIA

- CARRILLO, A., ALVAREZ, P. Los Valores: El reto de Hoy. Editorial Asesores Abeja, Duitama. 1997
- MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL. Lineamientos Curriculares.
- MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL Maleta Pedagógica Programa DE Educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía
<http://www.colombiaprende.edu.co/html/productos/1685/w3-propertyvalue48963.html>
- MINISTERIO DE PROTECCION SOCIAL Ley Infancia y adolescencia. LEY 1098 DE 2006
http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/2006/ley_1098_-_2006_.HTML
- REAL, A. y Otros. Autoestima: Del Centro a la Periferia. Colombia. 1999
- VALOIS R. Su Sexualidad. Editorial McGraw- Hill. Colombia. 1996.
- VILLEGAS VICTOR, Muchachos y muchachas frente a frente. Ediciones Paulinas. 1998.
- PLEGABLES PALABRITAS.
- PUGEBET. S.M. JUAN. Jesús, quien soy yo? Centro Carismático Minuto de Dios. Bogotá. 1995.
- MALETA PEDAGÓGICA. MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL.



“SOMOS IMAGEN Y SEMEJANZA DE DIOS CREADOS POR AMOR Y PARA AMAR Y ASI VIVIR FELICES”

BÁSICA PRIMARIA YO SOY DON

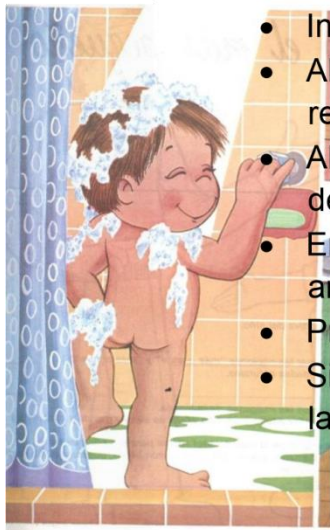
Yo soy don, don precioso
Don de Dios y su posesión
Yo soy don de amor a todos
Y su amor a la humanidad
Dios danzó el día en que yo nací

Tú eres don.... Somos don.....



SOY UN TESORO TENGO UN CUERPO MARAVILLOSO

- Inicio el día con un delicioso baño
- Alisto mi ropa limpia y me visto con esmero, mi presentación personal refleja el amor que me tengo.
- Alimento mi cuerpo con comidas saludables y lo ejercito con la práctica del deporte.
- Enriquezco mi vida con la oración, la palabra de Dios y los sacramentos, si amo a Dios, me amo y amo a quienes me rodean.
- Practico normas de cortesía: Buenos días, Gracias, Por favor.
- Si me amo me valoro y esto se refleja en mi comportamiento, saludo, doy las gracias, cumplo mis deberes.



Con abrazos y besitos

El amor crece más y más

Cuando regalas amor que alegría encontraras

El amor no crece si te quedas con el

Repártelo todito y te vas a enriquecer,

La mejor manera de llenarse de alegría es dando amor a otros día tras día.



SEAMOS ATENTOS

Seamos atentos tengamos más amor

Los niños cariñosos son lo más encantador

No nos olvidemos que es nuestro deber

Ser bien educados nuestro amor hay que ofrecer.



Si a alguien me presentan, se que debo hacer
Las miro y les sonrío y les digo como está
usted

Siempre digo gracias y pido por favor

Me pongo muy bonita antes de ir al
comedor **COLEGIO TECNICO
MUNICIPAL FRANCISCO DE PAULA
SANTANDER**



Buenos días digo a todos con cariño al despertar

Y exclamo uy perdón si me llego a equivocar

Digo con permiso si me toca interrumpir

Buenas noches me despido antes de irme a dormir

Taller No. 1

Nombre: _____ Grado: _____

ANOTO MIS CUALIDADES:



QUE NECESITO PARA SER FELIZ:

**SOY UNA
PERSONA
VALIOSA,
CAPAZ DE DAR
Y RECIBIR**

“IMPORTANCIA DEL CUERPO”

GRADO SEXTO

“Un joven sin alegría y sin esperanza no es un joven auténtico, sino un hombre envejecido antes de tiempo”. Juan Pablo II

Organicen grupos de cuatro o cinco estudiantes. Trate que en los grupos se conformen con niños y niñas. Nombren un monitor y un secretario.

Realicen la siguiente lectura y completa la información que te solicitan en el transcurso de la misma.

IMPORTANCIA DEL CUERPO

Nuestro cuerpo es sumamente importante, no solo porque nos permite caminar, comer, ver, tocar, sino también porque es nuestra principal herramienta de comunicación. A través del cuerpo nos relacionamos, conocemos el mundo y a nosotros mismos. No se debe pensar que el cuerpo es solo una estructura biológica, porque este se encuentra cargado de sentimientos, significados y experiencias.

Por eso, cuando te miras en el espejo, ves más que una masa de carne y hueso, para mirar quién eres, cómo eres y qué eres capaz de hacer. Durante la adolescencia, los cambios que experimentas en el cuerpo, así como la forma en que enfrentas y vives dichas transformaciones, afectan la percepción que tienes de tu cuerpo, o sea la imagen corporal. Esta imagen se compone de dos aspectos:

El cognitivo y el subjetivo. El primero tiene que ver con la información que manejas, tanto de la anatomía como de los cambios físicos vividos. Lo subjetivo se relaciona con las valoraciones, juicios y sentimientos que tienes sobre tu cuerpo. De esta forma, la imagen corporal se relaciona directamente con la autoestima (el aprecio que se siente por uno mismo).

Discute con tus compañeros, cuáles han sido los cambios físicos y emocionales que han experimentado en estos últimos meses o años: Relaciónalos en el siguiente espacio:

NIÑOS	NIÑAS

También la imagen corporal se ve afectada por las demandas y exigencias sociales que se construyen sobre el cuerpo. Los ideales de belleza y delgadez pueden generar sentimientos de insatisfacción, incomodidad y rechazo del propio cuerpo por no poder cumplir con estos prototipos. Otro elemento que afecta la percepción que tenemos de nuestro cuerpo, es que, a lo largo del tiempo, se nos han enseñado diferentes formas de entender y de relacionarnos con el cuerpo. La familia, la escuela, la religión, la ciencia y los medios de comunicación social nos ofrecen distintas maneras de ver el cuerpo, de vivirlo y disfrutarlo.

Responde: Cuál es el prototipo de belleza que te exige la sociedad para que seas socialmente aceptado.

NIÑOS	NIÑAS

La publicidad y el cuerpo

Algunos de los discursos o mensajes que le llegan a los jóvenes se centran en el funcionamiento biológico del cuerpo, otros brindan mayor importancia a unas partes que a otras, y hasta lo han considerado como un objeto para vender. También existen mensajes que fomentan la creencia de que hay partes del cuerpo “buenas” y otras partes “malas”, generalmente los genitales. Estas ideas no se transmiten tan directamente, sino que se valen de otros mecanismos más sutiles, como ponerle apodos al pene o a la vagina, o prohibir que los niños o las niñas se toquen “ahí” porque “está muy feo”.

Estas formas determinan el significado y valor que tiene el cuerpo para cada persona. Si recordamos que para vivir la sexualidad plenamente se debe conocer, aceptar y valorar el propio cuerpo, así como el de las demás personas, es muy importante que tengas claras cuáles han sido los mensajes, exigencias y prohibiciones que sobre éste has recibido a lo largo de tu vida. La posibilidad de hablar con naturalidad sobre el cuerpo y los cambios que se experimentan, así como sobre todo aquello que sentimos, nos abre el camino para aprender a querer más nuestro cuerpo y por supuesto cuidarlo. Esto es indispensable para vivir la sexualidad de una forma sana, placentera y responsable.

Haz en grupo una pequeña reflexión de este aspecto

El cuidado del cuerpo y de la mente son cada vez más imprescindibles si realmente queremos disfrutar plenamente de buena salud a todos los niveles, por eso es necesario el cuidado del cuerpo, porque en este mundo de prisas en el que estamos inmersos hemos de parar y "tomar consciencia de nuestro cuerpo y de

NIÑOS	NIÑAS

nuestra mente", si queremos estar lo más sanos posible. Cuidar nuestro cuerpo es aportar equilibrio a todos los aspectos que afectan a nuestro equilibrio físico y emocional.

Menciona cinco formas como los niños y las niñas deben cuidar sus cuerpos

Algunos aspectos básicos para su cuidado son:

Cuidar nuestra dieta o nutrición: es sin duda alguna una de las prioridades para nuestro organismo. Escoger una dieta equilibrada, lo más variada posible y que se amolde a nuestro clima, a nuestra constitución física y a nuestras necesidades nutricionales según nuestra actividad o requerimientos concretos.

El Cuidado del cuerpo relacionado con la actividad física: el hecho de que nuestro trabajo sea cada vez más sedentario y que nos desplazemos a todas parte en automóvil u otro medio de transporte hace que la mayoría de las personas necesiten practicar una actividad física extra como el deporte. La necesidad de descargar el estrés y estirar nuestros músculos hace, por suerte, que la gente vuelva a interesarse por el ejercicio físico.

Descansar lo necesario: parar de vez en cuando y simplemente no hacer nada es muy importante. La típica siesta es un claro ejemplo de remedio natural gratuito y de grandísima eficacia para nuestro cuerpo y mente. Dormir las horas adecuadas es básico si queremos sentirnos recargados de energía al despertar por la mañana.

Aprender a escuchar a nuestro cuerpo: cuando tenemos algún dolor, alguna enfermedad o nos sentimos mal debemos pararnos e intentar escuchar que es lo que nuestro cuerpo trata de decirnos. A menudo quiere decirnos que no estamos descansando lo suficiente, que estamos tomando demasiados excitantes (café, alcohol, etc.) o que estamos comiendo de un modo desordenado o desequilibrado. Una vez interpretado el mensaje deberíamos decirle que no hace falta que se enferme que ya vamos a corregir ese "desajuste". Un masaje, una siesta o una cena muy ligera pueden ser un buen regalo para este cuerpo tan sufrido.

Necesidad de relajarnos: el deporte es sin duda una buena fuente de descarga del estrés, pero aquella persona que siente que necesita aún más cuidado del cuerpo (especialmente de su sistema nervioso) puede encontrar ayuda en alguna de las muchas técnicas de relajación que hay hoy en día (Yoga, taichi, Sofrología, Método Silva, visualizaciones, etc.)

Sanar las emociones: la gente interesada en el cuidado del cuerpo ya sabe que sanar las emociones es quizá lo más importante ya que es uno de los "alimentos" que más nos nutren... o nos envenenan. Es muy importante, de vez en cuando, hacer balance de nuestras emociones e intentar resolver esos temas que tenemos pendientes con familiares, amigos, compañeros de trabajo o vecinos. La culpabilidad, la ira o el rencor son casi siempre un peso que nos impide caminar o avanzar en la vida.

Compartir más tiempo con amigos y familia nos hace sentirnos queridos y disfrutar también de la posibilidad de poder expresarles a ellos lo que sentimos por ellos. No es suficiente en sentirlo. Al igual que a nosotros a los demás también les gusta oír que ellos también son especiales para nosotros.

Alimentar nuestro espíritu: levantarnos y respirar profundamente dando gracias por el nuevo día puede ser un modo bien simple de empezar la jornada con una mejor motivación. Es muy importante cultivar

nuestro crecimiento interior tratando de ser un poco mejores cada día. Sentir que somos parte del planeta y del mismo equipo que el resto de la humanidad. Tener una visión más amplia del concepto de familia y tratar a los demás como nos gusta ser tratados.

Haz un resumen de los cuidados que deben tener los niños y las niñas que leídos anteriormente y que no mencionaste en el cuadro anterior:

NIÑOS	NIÑAS

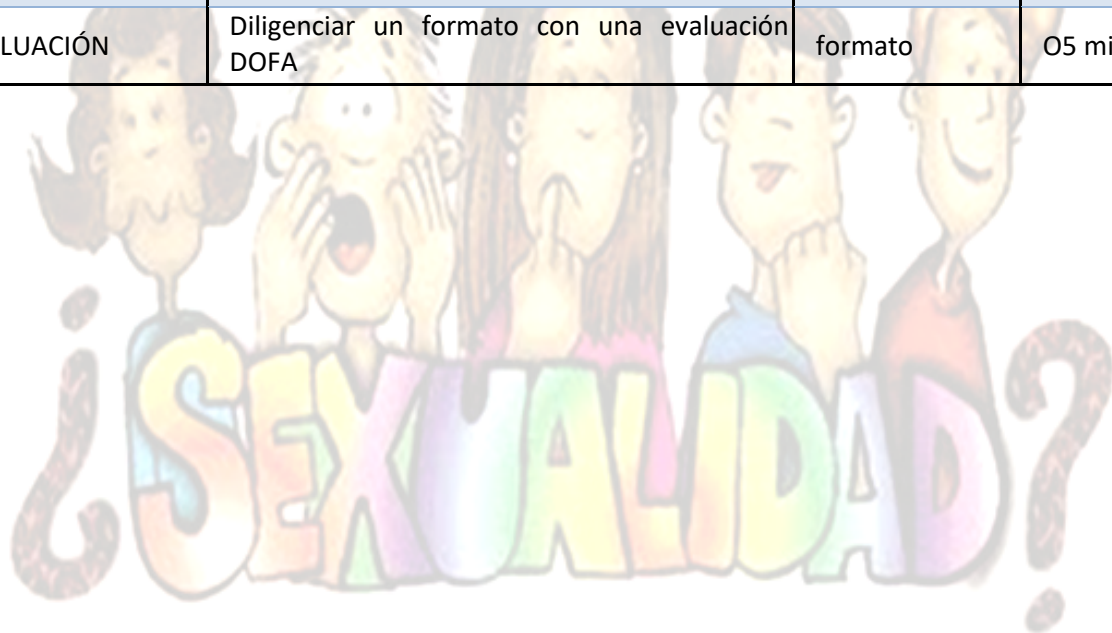


OBJETIVOS:

- Crear un ambiente de confianza para expresar los pensamientos y sentimientos.
- Identificar las expectativas de los participantes.
- Establecer las normas de participación de los diferentes equipos en el taller.
- Introducir conceptos básicos de la sexualidad

CONTENIDO	TÉCNICA Y PROCEDIMIENTO	MATERIALES REQUERIDOS	DURACIÓN
ORGANIZACIÓN Y NORMAS DE LOS EQUIPOS	Pedir a los estudiantes que conformen equipos de a 5 estudiantes y entre todos se concretan las normas de funcionamiento de los mismos.	Papel bond, ½ pliego. Marcadores Cinta pegante	5 MIN

DISCOFORO	Escuchar dos canciones	Computador	10 MIN
CAMBIOS DE NIÑA A MUJER Y DE NIÑO A HOMBRE	DISCOFORO	USB	
DENOMINACIÓN POPULAR DE LOS ÓRGANOS GENITALES	TRABAJO EN EQUIPO. Se les da a los equipos el nombre de una de las partes de los órganos genitales. Pedirles que escriban sinónimos de las palabras: pene, testículos, vulva, senos, ano... Preguntar ¿por qué nos produce risa? ¿Por qué nos cuesta trabajo decirlos? ¿Cuáles son las expresiones sexuales no verbales?	Carteles	15 MINUTOS
TERMINOS RELACIONADOS CON LA SEXUALIDAD Y CONCEPTOS BASICOS	ACRÓSTICO: Colocar un pliego de papel en el tablero con la palabra sexualidad y pedir a los estudiantes que lo completen con palabras que se refieren a ese tema. Sacar una conclusión para aclarar que sexo es solo una parte de la sexualidad.	1 pliego de Papel bond.	10 MINUTOS
EVALUACIÓN	Diligenciar un formato con una evaluación DOFA	formato	05 minutos



“NUESTROS DERECHOS”

GRADO OCTAVO

Actividad: A cada estudiante se le entrega un derecho, el cual el lee y luego socializa con el grupo. En un día normal para la familia de Pedro y Lucía, Pedro participa en las labores domésticas: cocina, limpia la casa, está al tanto de las actividades de sus hijas e hijo. Lucía se encarga de administrar el dinero. Juan, Camila y Natalia enfrentan dilemas relacionados con su sexualidad que serán discutidos en familia. ¿Qué piensas de la manera como se distribuyen las tareas en el hogar de Pedro y Yadira? ¿Qué semejanzas y diferencias encuentras entre esta familia y la tuya?

Independientemente de la edad que tengas, tu cuerpo es tu territorio. Tienes todo el derecho a establecer límites para evitar que otros lo toquen, lo miren o lo acaricien sin que tú lo desees y sin tu consentimiento; así sean miembros de tu misma familia o personas muy cercanas?

Los Derechos Humanos son un conjunto de garantías legales de carácter universal que protegen a las personas y a las colectividades de acciones y omisiones que afectan su libertad y dignidad humana. Los Derechos Sexuales y reproductivos son parte integrante de los Derechos Humanos y, en ese sentido, se refieren a los estándares mínimos necesarios para que las personas puedan disfrutar del más alto nivel posible de salud que les permita vivir dignamente.

Los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, son universales (todas las personas nacen con los mismos derechos), indivisibles (todos los derechos son igualmente necesarios para la vida y dignidad de una persona) e interdependientes (todos los derechos están relacionados entre sí).

Tenemos derecho a:

- La libertad y autonomía sexual. Las personas somos libres para decidir sobre la manera de expresarnos corporalmente, sobre cómo nos gustaría vernos o sobre cómo queremos que nos vean los demás.

Mujeres y hombres tenemos derecho a decidir cómo, cuándo y con quién tener relaciones afectivas y sexuales, en el marco del mutuo respeto y del pleno consentimiento. Nadie, ni siquiera la pareja, puede obligar, chantajear, manipular, amenazar o forzar a una persona para tener actividad sexual cuando no lo desea.

Tenemos derecho a disfrutar de una vida afectiva y sexual placentera, sin vergüenza, miedos, temores, prejuicios, inhibiciones, culpas, creencias infundadas y otros factores que restrinjan nuestra capacidad para tomar decisiones con base en nuestros propios criterios.

- La expresión emocional y sexual. Todas las personas tenemos derecho a la comunicación con otros, a dar y recibir manifestaciones de afecto, cariño y amor. También tenemos derecho a disfrutar de espacios seguros para compartir con amistades y familiares. Esto incluye que tanto mujeres como hombres tenemos derecho a expresar las emociones (por ejemplo reír o llorar cuando nos sentimos alegres o tristes), así como también tenemos derecho a manifestar abiertamente nuestra sexualidad, incluyendo la orientación sexual.

- La integridad y seguridad sexuales. Tenemos derecho al disfrute de nuestro cuerpo y a no ser sometidos a ningún tipo de violencia física, psicológica o sexual.

- La privacidad sexual. Todas las personas tenemos derecho a decidir lo que queremos hacer con nuestro cuerpo y a tomar decisiones sobre cómo queremos satisfacer el deseo sexual, siempre cuidando de no hacernos daño y sin vulnerar los Derechos Sexuales de otros.

- La igualdad y equidad. Tenemos derecho a no ser discriminados por nuestro sexo, género, orientación sexual, edad, raza, clase social, religión o situación de discapacidad física, cognitiva o emocional. Mujeres y hombres somos diferentes pero tenemos los mismos derechos. En lo concerniente a nuestra vida sexual requerimos condiciones de igualdad y equidad que nos posibiliten tomar decisiones autónomas, con conocimiento de causa, sin imposiciones de carácter estatal, legal o religioso.

Los contratos de trabajo no pueden imponer condiciones referentes a la vida sexual, la orientación sexual ni al estado civil.

Derechos sin cuentos: Las mujeres son inferiores a los hombres y deben dedicarse a „hacer oficio“, a cuidar a otros y a actividades que no requieran habilidades para tomar decisiones, pensar críticamente o liderar procesos grupales.

Los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos reconocen la igualdad entre mujeres y hombres. La realización de estos derechos implica el reto de transformar las normas sociales que definen formas de ser y de actuar distintas para las mujeres y para los hombres, que limitan el desarrollo de sus potencialidades y restringen su participación en la sociedad. Estas normas establecen desigualdades y desventajas en el tipo de actividades que pueden realizar las personas según el sexo, en la remuneración que obtienen, en el acceso a oportunidades, en el control de los recursos y en las decisiones que toman.

• La libre asociación sexual. Tenemos derecho a decidir si nos unimos en pareja, si contraemos o no matrimonio, si nos divorciamos o si nos involucramos en otras formas de asociación sexual.

• A la información y a la educación. Desde el nacimiento y hasta la muerte, tenemos derecho a recibir información y educación basadas en el conocimiento científico sobre la sexualidad, la actividad sexual y la reproducción, sin prejuicios creencias infundadas que nos lleven a interpretaciones erróneas.

• La atención integral de la salud sexual. Todas las personas tenemos derecho a disfrutar de oportunidades de acceso a servicios de salud de calidad, en los que se nos proporcione un trato amable y se nos garantice la privacidad y la confidencialidad.

Estos servicios deben tener en cuenta en el proceso de asesoramiento los aspectos psicológicos y sociales de la sexualidad, sin limitarse a los asuntos biológicos, a lo concerniente a los riesgos de la actividad sexual, a la prevención del embarazo o a la detección y al tratamiento de las infecciones de transmisión sexual.

Tenemos derecho a:

• Decidir si queremos o no ser padres o madres, el número de hijos que deseamos y el intervalo entre ellos. Para lograr lo que nos proponemos tenemos derecho a disponer de información veraz y libre de sesgos para tomar esas decisiones y de los medios requeridos.

• Acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables y eficaces.

• El mismo trato en todos los ámbitos en los que nos encontremos (en el estudio, el trabajo y dentro de la familia) y a estar libres de discriminaciones o tratos desiguales por razón del embarazo o la maternidad.

Las jóvenes adolescentes embarazadas tienen derecho a seguir asistiendo al plantel educativo en el que se encuentran estudiando, sin sufrir ningún tipo de discriminación, ni siquiera aquella que se ejerce con la disculpa de que es para protegerlas durante la gestación.

• Tener acceso a servicios de salud y atención médica que garanticen una maternidad segura, libre de riesgos en los períodos de gestación, parto y lactancia y que se nos brinden las máximas posibilidades de tener hijos sanos.

• Recibir atención oportuna y de calidad cuando la vida de la mujer está en peligro debido al embarazo. Ninguna vida debe ponerse en riesgo o peligro por causas evitables relacionadas con el embarazo y el parto.

• Contar con servicios de información y educación para garantizar la autonomía reproductiva y la planificación familiar.

• Disfrutar del nivel más elevado posible de salud reproductiva, libre de enfermedades y discapacidades por causas como: atención deficiente, desnutrición, exposición a elementos químicos o formas de violencia.

• Tener acceso a servicios de atención y orientación para preservar la salud reproductiva, garantizando la confidencialidad y la privacidad, especialmente a las y los adolescentes.

• Acceder a métodos o procedimientos de fertilización asistida en caso de requerir ayuda para lograr el embarazo deseado.

• Estar protegidos de embarazos forzados, esterilización o aborto por imposición, obligación, presión o coacción.

• Estar protegidos contra cualquier tratamiento degradante y violencia en relación con la reproducción.

Para que los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos no se queden en el papel y en meras declaraciones podemos usar nuestra creatividad. En nuestro municipio podemos aplicarlos a nuestra realidad, aportando en aquellos procesos que los promueven. Nuestras relaciones cotidianas son también una oportunidad permanente para poner en ejercicio nuestros derechos.

SEXUAPEDIA Salud sexual y reproductiva: es "un estado general de bienestar físico mental y social y no una mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. En consecuencia, la salud sexual y reproductiva entraña la capacidad de disfrutar una vida sexual satisfactoria y sin riesgos..." Tomado de: 3ª Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo, Cairo 1994).

Orientación sexual: es el término que se utiliza para describir el sexo de las personas que despiertan nuestro deseo sexual, es decir, por quienes preferentemente experimentamos interés o atracción física, afectiva, erótica o sexual. (9) Si nos atraen personas del mismo sexo decimos que nuestra orientación sexual es homosexual; si nos atraen personas del otro sexo, nuestra orientación sexual es heterosexual y si nos atraen tanto hombres como mujeres, nuestra orientación sexual es bisexual. (10)

Pensando hacia adentro ¿En qué situaciones has sentido que se respetan tus Derechos Sexuales y Reproductivos y en cuáles consideras que han sido vulnerados?

¿En qué situaciones consideras que respetas los Derechos Sexuales y Reproductivos de otras personas y en cuáles crees que los vulneras?

Al fin... ¿Quién decide sobre tu vida sexual y reproductiva? ¿Qué necesitas para ejercer tus derechos? Independientemente de la edad que tengas, tu cuerpo es tu territorio. Tienes todo el derecho a establecer límites para evitar que otros lo toquen, lo miren o lo acaricien sin que tú lo desees y sin tu consentimiento; así sean miembros de tu misma familia o personas muy cercanas.

Las mujeres son inferiores a los hombres y deben dedicarse a „hacer oficio“, a cuidar a otros y a actividades que no requieran habilidades para tomar decisiones, pensar críticamente o liderar procesos grupales. Los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos reconocen la igualdad entre mujeres y hombres. La realización de estos derechos implica el reto de transformar las normas sociales que definen formas de ser y de actuar distintas para las mujeres y para los hombres, que limitan el desarrollo de sus potencialidades y restringen su participación en la sociedad. Estas normas establecen desigualdades y desventajas en el tipo de actividades que pueden realizar las personas según el sexo, en la remuneración que obtienen, en el acceso a oportunidades, en el control de los recursos y en las decisiones que toman.

Pensando hacia adentro

¿En qué situaciones has sentido que se respetan tus Derechos Sexuales y Reproductivos y en cuáles consideras que han sido vulnerados?

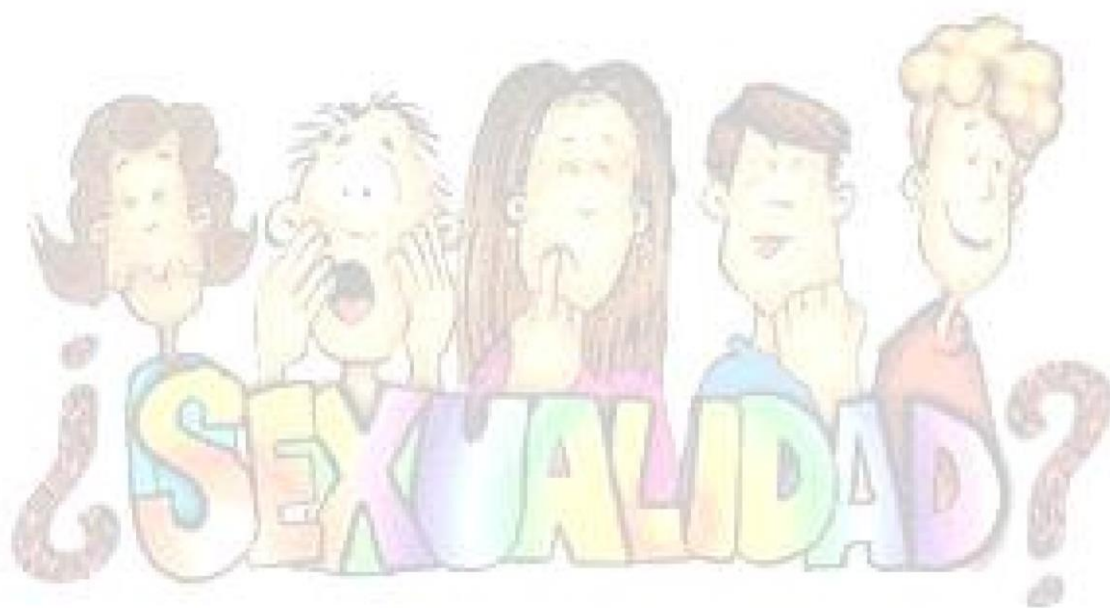
En que situaciones consideras que respetas los derechos sexuales y reproductivos de otras personas y en cuales crees que los vulneras?

Al fin quien decide sobre tu vida sexual y reproductiva? Que necesitas para ejercer tus derechos?



¿DÓNDE HABITA MI SEXUALIDAD?

GRADO DECIMO



Algunos de los factores que hacen a los y las adolescentes vulnerables y los llevan a vivir experiencias consideradas de alto riesgo son:

El contexto cultural; las características propias de la adolescencia, como el impulso de experimentar y descubrir qué es y qué se siente; el conflicto entre la razón, los sentimientos y las sensaciones; la fuerza que tiene la presión de grupo en el comportamiento; la necesidad de explorar lo nuevo, lo desconocido; la influencia que ejercen en todos y todas la moda y los medios de comunicación.

A partir de tu experiencia, marca cuáles de las siguientes situaciones o sensaciones has vivido; puedes agregar otras que no estén. Reflexiona sobre ellas y comparte con tus amigos y amigas.

1. Pienso que nada va a sucederme; el embarazo, el VIH-SIDA y las ITS les ocurren a otros y otras, menos a mí.
2. Hago cualquier cosa para gustarle a él o ella.
3. Para tener sexo, hago cualquier cosa.
4. Tengo miedo de mostrar lo que siento.
5. No consigo pensar por mí mismo, por mí misma.
6. No sé cómo cuidar de mi salud sexual.
7. Uso una droga que me hace perder la cabeza.
8. No me responsabilizo por mi vida sexual.
9. Es muy importante para mí lo que piensen los demás.
10. Tengo baja mi autoestima.
11. _____
12. _____

MUY IMPORTANTE

- La discriminación, estigmatización y victimización contribuyen a la expansión del VIH, pues incitan a culpar a los demás y, por tanto, a no protegerse.
- El temor a la discriminación de la que son víctimas los portadores de VIH-SIDA, termina haciendo invisible el problema
- La discriminación, estigmatización y victimización contribuyen a la expansión del VIH, pues incitan a culpar a los demás y, por tanto, a no protegerse.
- El temor a la discriminación de la que son víctimas los portadores de VIH- SIDA, termina haciendo invisible el problema.

Estas son algunas de las formas de discriminación:

- Algunos establecimientos educativos exigen una prueba de VIH como requisito para el ingreso.
- A muchas personas seropositivas no les dan el empleo.
- La mayoría de personas que viven con VIH-SIDA no tienen acceso a tratamiento ni medicamentos.
- Algunos profesionales e instituciones de la salud se niegan a atenderlos.
- Los estudiantes con VIH o cuyos padres-madres viven con el virus son discriminados en los establecimientos educativos.
- Violar la confidencialidad y privacidad (al revelar a sus familias su condición sin su consentimiento).
- Tener información no es suficiente, lo importante es ser consciente de la necesidad de vivir una sexualidad segura, placentera y responsable.
- Decir NO, no significa inmadurez ni ser anticuado o anticuada, por el contrario, puede ser una decisión inteligente que responde a criterios y convicciones, a hacer uso de la libertad de elegir cuándo, para qué y por qué.
- Recuerda que siempre que se tenga una relación sexual sin protección, la posibilidad de quedar embarazada o de adquirir una ITS, es muy alta.
- Contrario a lo que piensan muchos adolescentes, la mayoría de los embarazos en ese grupo de edad ocurren en su primera relación sexual.
- La primera y todas las eyaculaciones son fértiles; algunos adolescentes creen que la primera eyaculación no tiene poder para embarazar.

SE PUEDE APRENDER SIN DOLOR

La historia de David puede ser una buena lección para entender que no es necesario arriesgar la vida y la salud, si somos conscientes de la necesidad real de vivir la sexualidad de manera responsable.

David es un muchacho de 18 años que estudia y trabaja. Un compañero de trabajo sufrió un accidente y necesitaba una transfusión de sangre; David se dirigió al servicio de salud e hizo la donación. Días después un profesional del servicio de salud lo contactó.

Profesional de salud (P.S.): David, ¿ha notado algo extraño en su estado de salud?

David: No, pienso que estoy bien.

P.S.: Al examinar la sangre que donó para su amigo dio seropositivo.

David: ¿Qué?

P.S.: Usted puede tener SIDA.

David: ¿Qué es eso? No entiendo.

P.S.: En su examen de sangre se encontró el virus del SIDA, pero vamos a verificar la información. En todo caso, voy a remitirlo a la psicóloga para que converse con ella. Después de oír al profesional, David no escuchó nada más y salió corriendo del servicio de salud. Caminó por la calle, sin rumbo fijo.

Lloraba, cuando se encontró con su mejor amigo, Adrián. **Adrián:** David, ¿qué te pasa? **David:** Pasó una cosa horrible, estoy muy mal, no sé que hacer.

Adrián: ¿Qué pasó? Vamos a tomar algo para que te desahogues, los amigos son para eso.

David: No sé cómo decirte... Doné sangre el otro día y hoy me llamaron del servicio de salud y me dijeron que puedo tener SIDA. **Adrián:** Pero... ¿tú estás seguro de eso?

David: El "man" me dijo que me hiciera otro examen para estar seguro, pero tuve miedo y salí corriendo.

Adrián: Pero, pero... ¿cómo es que sucedió eso? ¿Qué estuviste haciendo?

David: No sé, cuando nos encontramos estaba pensando en dónde pude haber adquirido esa maldita enfermedad. Yo no soy homosexual, no uso drogas, ¿por qué me tenía que pasar eso a mí?

Los dos conversaron un poco más, se despidieron. Adrián se encontró con un grupo de amigos y amigas. **Todos:** Hola, Adrián ¿todo bien? ¿Cómo estás?

Adrián: ¿Si saben? Tengo una mala noticia.

Todos: ¿Cuál?

Adrián: Acabo de encontrarme con David y me contó que lo llamaron del servicio de salud para informarle que tenía SIDA.

Todos: ¿¡Cómo!?

Karen: ¿Qué? Hasta donde yo sé no es marica.

Daniel: Vaya uno a saber dónde estuvo, dando el c..., o sería que estuvo con una puta.

Vanessa. ¡No! ¡No puede ser! (llorando) Yo estuve con él en la fiesta de José.

Adrián: ¿Ustedes se besaron?

Vanessa: ¡Claro! Dios mío, ¿estaré infectada?

Daniel: Creo que es importante ir al centro de salud. Pero, ¿cómo es que alguien puede estar con un tipo como este? Yo siempre lo vi medio raro, ¿será que es homosexual?

Adrián: (Fastidiado con la idea, pues era su mejor amigo) Disimulen, ahí viene él.

David saludó al grupo y cada uno sacó una disculpa para irse.

Vanessa fue la única que se quedó.

Vanessa: ¿Cómo puedes hacerme esto?

Apuesto a que lo sabías y no me lo dijiste.

David: No, ¿cómo se te ocurre?

David iba a explicarle a Vanessa lo que sucedió, pero ella salió corriendo, dejándolo solo con su dolor y preocupación.

PARA PREGUNTARTE:

1. ¿Tienes claro que es el VIH-SIDA y cómo se trasmite?
2. ¿Por qué David tiene VIH?
3. ¿Cuál fue el problema de Vanessa?
4. ¿Qué piensas de la actitud de David?
5. ¿Qué piensas de la actitud del grupo?
6. Por las reacciones y comentarios de los amigos de David, ¿crees que el grupo sabe qué es VIH-SIDA y sus formas de transmisión?
7. ¿Qué actitud asumirías si David fuera tu amigo?
8. ¿Qué le sugerirías a Vanessa?
9. ¿Qué le sugerirías a este grupo de personas?



ME RESPETO, TE RESPETO

GRADO UNDECIMO

1. METAS DE COMPRENSIÓN

- Distinguir las relaciones interpersonales que se establecen en la juventud que promueven la realización de los Derechos Humanos.
- Identificar las prácticas de vulneración de derechos que se constituyen en manifestaciones de la violencia basada en el género en las relaciones interpersonales.
- Determinar las normas sociales acerca de cómo deben ser y comportarse las personas en función de la categoría sexual que se les ha asignado al nacer (normas sociales de género) que fundamentan esas prácticas de vulneración de derechos.
- Reconocer algunas de las ideas erróneas o creencias infundadas que sustentan las prácticas de violencia basadas en el género.
- Plantear alternativas para establecer relaciones interpersonales solidarias, recíprocas, equitativas y no-violentas.

2. ACTIVIDADES DE COMPRENSIÓN

2.1. EXPLICACIÓN

Las relaciones interpersonales nos permiten sentir que hacemos parte de una familia, una pareja, un grupo, una organización, una comunidad. Las relaciones interpersonales son tan diversas como las personas que las constituyen. Las relaciones interpersonales que favorecen el ejercicio de los derechos humanos se reconocen porque son:

Solidarias:

Las personas involucradas en la relación se sienten y se reconocen unidas entre sí porque comparten intereses, conocimientos, habilidades, obligaciones, tareas y recursos con el fin de contribuir, de la misma forma, a la satisfacción de las expectativas y metas tanto individuales como colectivas.

Recíprocas:

Las personas implicadas intercambian apoyo, afecto, compañía, aceptación, atención, confianza, seguridad, es decir, dan y obtienen los mismos beneficios.

Equitativas:

Las personas que las constituyen tienen acceso a las mismas opciones y oportunidades y cuentan con los mismos recursos y capacidades para decidir lo que quieren hacer y la manera como se va a lograr lo que se proponen. En las relaciones equitativas las personas reconocen y aceptan que son diferentes y hacen todo lo que está en sus manos para que esas diferencias no representen desventajas para unas personas frente a otras.

Igualitarias:

Las personas que las integran tienen el mismo poder de opinión y decisión en la relación y participan de la misma manera en todos los asuntos que les interesan y afectan.

RELACIONES QUE HIEREN

Los estudios sobre este tema señalan que algunas personas entablan relaciones interpersonales en las que se vulneran los Derechos Humanos. En ese tipo de relaciones las personas enfrentan restricciones para ejercer sus derechos a la igualdad y equidad, a la libertad y autonomía, a la expresión emocional, a la integridad y seguridad, a la información y a la educación. En síntesis, en esas relaciones a las personas se les vulnera el derecho a un trato digno, el que merece toda persona humana.

Esas relaciones se caracterizan porque son poco solidarias, recíprocas, equitativas e igualitarias.

2.2. APLICACIÓN

¿CÓMO PROMUEVO EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS HUMANOS EN MIS RELACIONES INTERPERSONALES?

2.2.1. A continuación se presentan algunos ejemplos de prácticas de vulneración de los derechos humanos en las relaciones interpersonales:

- Imponer el punto de vista en las decisiones que afectan a los integrantes de la relación, desconociendo la opinión de la otra persona, ignorando sus intereses o limitando su participación.
- Criticar permanentemente la apariencia física, el vestuario, la forma de ser y de comportarse, las actividades que realiza, las amistades.
- Hacer acusaciones falsas (injurias o calumnias) o difundir rumores con el fin de dañar la reputación de la persona y ocasionar la ruptura de las relaciones interpersonales.

2.2.2. Por parejas, agregue 5 ejemplos más de situaciones concretas donde vulneramos los derechos humanos con mis compañeros:

2.3. GENERALIZACIÓN

A muchas personas que crecen en ambientes en los que la violencia constituye una alternativa para lograr lo que se proponen en el ámbito personal, familiar, institucional y político, les cuesta reconocer que algunas formas de interacción en las relaciones interpersonales son, en sí mismas, expresiones de violencia.

Habitualmente, cuando pensamos en la violencia la limitamos a actos que implican lesiones físicas graves (palizas, golpes con objetos, heridas con armas, homicidios). Sin embargo, la violencia comprende cualquier acción que restrinja u obstaculice a las personas el ejercicio de sus derechos. Muchas acciones de vulneración de derechos suelen pasar desapercibidas: desvalorizar a la persona, denigrarla, humillarla, acusarla falsamente o culparla por circunstancias negativas; obligarla a ir en contra de la ley o de sus creencias morales o religiosas; aislarla socialmente, controlarla, vigilarla y restringir sus movimientos. Aunque no siempre esos comportamientos ocasionan lesiones físicas, no dejan marcas, heridas o huellas visibles o detectables a simple vista, las lesiones psicológicas y sociales que se derivan de ellas son muy nocivas.

Si revisas nuevamente la lista de ejemplos que te ofrecemos sobre prácticas que, en las relaciones interpersonales, vulneran el derecho de las personas a ser tratadas dignamente, notarás que muchas de esas situaciones no involucran actos de agresión física. Sin embargo, todas esas acciones son manifestaciones de violencia en tanto que restringen la libertad de la persona para tomar decisiones y definir el curso de su propia vida. También son prácticas de vulneración de derechos todas aquellas acciones u omisiones que atentan contra la integridad de la persona en la expresión de su sexualidad.

2.3.1. Completa las siguientes definiciones

Violencia física:

La que ocasiona riesgo o disminución de la integridad corporal. Incluye comportamientos tales como

Violencia psicológica:

Cualquier acción u omisión destinada a
