

UNIDAD XOCHIMILCO

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

“¿CÓMO CUIDAR MI SEXUALIDAD?

**UN PROGRAMA DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL PARA NIÑAS
Y NIÑOS DE 10 A 12 AÑOS”**

**TRABAJO TERMINAL PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA**

PRESENTAN:

CARRICART EZETA SOFIA

GONZÁLEZ GONZÁLEZ GABRIEL FERNANDO

JIMÉNEZ SUÁREZ AKETZALLI

MELCHOR BENÍTEZ KARLA REBECA

ASESORES:

DRA. CORONA CARAVEO YOLANDA ALICIA

MTRO. CORTES SOLÍS TOMAS

AGRADECIMIENTOS

Sofía Carricart:

Me gustaría agradecer a mi mamá Susana Ezeta por enseñarme el valor del conocimiento y la persistencia y por el apoyo incondicional que me brindó durante este proceso de licenciatura, por estar conmigo siempre y creer en mí cuando nadie lo hacía, por esas noches de desvelo, porque aún después de una larga y pesada jornada laboral llegaba a casa a preguntarnos sobre nuestro día, a resolver dudas o a ayudarnos a hacer trabajos.

De igual forma me gustaría agradecerle a mi hermano Luis Carricart que es mi confidente y mejor amigo, él siempre confió en mí, me acompañó y nunca me soltó y estuvo en altas y bajas a mi lado.

También agradezco infinitamente a mi tía Cecilia Ezeta que desde temprana edad me enseñó la maravillosa UAM-Xochimilco y que incondicionalmente ha estado para mí, viéndome crecer y madurar, brindándome su amor y su confianza sin titubear.

Agradezco a mi tía-abuela Antonieta Genis y a su hijo Raúl Genis que siempre han estado pendientes de mí, viendo si necesito algo y preocupándose por mi bienestar, ellos de igual manera nunca desconfiaron de mí y de lo que podía lograr, desde pequeña han estado conmigo y eso siempre se los agradeceré

Gracias a Jorge Alejos por siempre apoyarme y ayudarme e impulsarme a mejorar tanto personal como académicamente y acompañarme en esta etapa tan bonita que fue la licenciatura y por la cual tuve el honor de conocerlo.

Por último, agradezco a mi perro Freud, a él lo adopte en la UAM y ha sido mi compañero incondicional, acompañándome en clases, tareas, lecturas y trabajos.

Los amo.

Gabriel González:

Quiero agradecer principalmente a mi familia, a mi madre Antonia González por todo el amor, apoyo y guía que me brinda sin pedir nada a cambio, a mi padre Fernando González que me apoyó de forma económica y con sus pláticas para transmitirme el valor del trabajo, el estudio y el dinero. También quiero agradecer a mi hermano Irving C. González que siempre ha sido mi compañero de vida, es quién me ha guiado en cuestiones de la vida en las

que mis padres no pudieron hacerlo por su falta de experiencia. Mi perrita Mindy que ya no se encuentra conmigo, ella fue mi compañera de clases y desvelos durante mi vida académica desde la primaria.

Agradezco a mi abuela Zenaida Condado que siempre me dio su bendición y me encomendó a Dios, a pesar de ya no estar en este mundo conmigo la llevo en mi memoria y corazón. También agradezco a mi tía Esperanza González, que siempre desde que era pequeño me trató de inculcar el amor por el estudio y la escuela, además fue ella quién creyó en mí incluso cuando dejé de hacerlo.

Por último, quiero agradecer a mí mismo por reflexionar acerca de mi vida tomando las riendas de mi propio camino, sin culpar a mis seres queridos por mis errores y decidir superarme académicamente, profesionalmente, pero todo personalmente, convirtiéndome en un hombre de bien.

Aketzalli Jiménez:

Gracias a mi Padre José Luis Jiménez Ramos, porque de él aprendí a ser fuerte y no doblarme por más obscuro que fuera el camino, forjó gran parte del carácter que hoy en día tengo. Lamento el qué ya no me pudiera ver culminado esta etapa, sin embargo, aún en sus últimos días postrado en una cama de hospital me demostraba lo orgulloso que estaba de mi y día con día me recordaba que quería verme culminar esta carrera, es por eso que este último esfuerzo es dedicado especialmente para él, en su memoria hoy y siempre.

Agradezco a mi mamá Estela Suárez Esquivel, por darme más de lo necesario para el camino académico que actualmente voy formando, no hablo solo de la parte económica, también emocional, ya que siempre estuvo ahí conmigo, nunca me dejó sola y cada que caía me levantaba con su amor incondicional.

Mi hermana Yaretzi Jiménez Suárez fue y es mi más grande inspiración para poder llegar hasta donde hoy estoy, le agradezco el estar siempre para mí y admiro que a pesar de tener 11 años siempre me ha dicho las palabras correctas en el momento indicado.

También me gustaría agradecerle a Yessica Torres Arvizu, mi mejor amiga por más de 6 años, siempre me brindo su mano y su cariño en los momentos que más la necesite, aunado a eso me ha demostrado su lealtad en todo momento.

Agradezco a todas esas personas que dudaban de mi potencial y que incluso decían que no llegaría a ser nada en la vida, porque sus comentarios a pesar de ser tan hirientes me sirvieron de impulso para seguir adelante.

Por último, admiro mi fortaleza, porque a pesar de pasar por un sinfín de adversidades me demostré que tal vez caía, pero siempre me levanté, estoy orgullosa de ver mi crecimiento tanto profesional como personal.

Gracias.

Rebeca Melchor:

Agradezco a mis padres Gerardo Melchor y Luz María Benítez por brindarme su apoyo incondicional, su amor infinito y por enseñarme siempre a que puedo salir adelante a pesar de las tribulaciones. Gracias a ellos y a su educación soy la mujer que actualmente soy, me han inculcado a ser fuerte y sobre todo me han enseñado que puedo lograr cualquier objetivo, si yo me lo propongo, y a creer en mí y en mis capacidades.

También me gustaría agradecer a mi hermana Yaneth Benítez y mi hermano Gerardo Emilio Melchor por estar siempre presentes en cada uno de mis logros. Son mi fuente de admiración y respeto; agradezco cada una de las veces que me han escuchado y me han dado consejos para sobresalir y enfrentar la vida.

De igual manera quiero dar un agradecimiento muy especial a mi perrito Max por siempre acompañarme en mis noches de desvelo ya que durante toda la licenciatura era él quien me hacía compañía cuando realizaba tareas y trabajos de la escuela. Acostado a lado mío en el sillón hacía que la carga de trabajo fuera más llevadera.

Por último, quiero agradecerme a mí misma por ser siempre perseverante y nunca haberme dado por vencida a lo largo de la licenciatura porque a pesar de mis miedos e inseguridades pude hacerles frente y superarlos.

INDICE

<i>Introducción</i>	1
<i>La educación sexual en México: Crítica y propuesta (justificación)</i>	2
<i>Planteamiento del problema</i>	7
<i>Cuestionamientos sobre el tema</i>	9
<i>Preguntas de investigación</i>	9
<i>Objetivo general</i>	10
<i>Objetivos específicos</i>	10
Capítulo 1: Marco histórico de la sexualidad en México	11
<i>Contexto histórico de la educación sexual en México</i>	11
<i>Análisis del plan de estudios de la SEP del ciclo escolar 2020 - 2021</i>	12
Capítulo 2: Definición de conceptos	17
<i>¿Qué es la educación sexual integral?</i>	17
<i>Sexualidad</i>	18
<i>¿Qué es el sexo?</i>	19
<i>Caracteres sexuales biológicos</i>	19
<i>Aparato reproductor femenino interno</i>	20
<i>Aparato reproductor femenino externo</i>	21
<i>La menstruación</i>	22
<i>Recomendaciones para el cuidado de la vulva</i>	24
<i>Aparato reproductor masculino interno</i>	25
<i>Aparato reproductor masculino externo</i>	27
<i>Recomendaciones para el cuidado del pene</i>	27
<i>Relaciones Sexuales</i>	29
<i>Inicio de la vida sexual</i>	29
<i>¿De dónde vienen los bebés?</i>	31
<i>La Masturbación</i>	32
<i>Métodos anticonceptivos</i>	33
<i>Infecciones de transmisión sexual (ITS) e infecciones</i>	34
Capítulo 3: Violencia sexual	35
<i>Tipificación de las transgresiones sexuales</i>	35
<i>Transgresión de normas de comportamiento sexual.</i>	37
<i>Etapas del abuso sexual</i>	37

<i>Características principales de un agresor sexual</i>	38
<i>Principales características de una víctima: Señales de alarma ¿Cómo detectar si una niña, niño o adolescente están sufriendo abuso sexual?</i>	38
<i>¿Cómo prevenir el abuso sexual infantil?</i>	40
Capítulo 4: Normas de comportamiento sexual	41
<i>La responsabilidad afectiva</i>	41
<i>Las emociones</i>	42
<i>Orientación sexual</i>	43
<i>Sexualidad psicosocial: Desarrollo psicosexual de Freud</i>	44
<i>Pubertad</i>	47
<i>Equidad de género</i>	48
Capítulo 5: Derechos del niño y la niña y derechos de la sexualidad (derechos del cuerpo)	50
<i>Derechos del niño y la niña: Derechos de la sexualidad</i>	50
<i>El derecho a la educación</i>	50
<i>La Ley General de Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA)</i>	51
<i>Cartilla de derechos sexuales de Adolescentes y Jóvenes</i>	51
<i>Derechos</i>	52
Capítulo 6: Metodología	54
<i>Metodología de la investigación</i>	54
<i>Abordaje metodológico</i>	55
<i>Descripción del campo de investigación</i>	57
<i>Diseño del instrumento: “Cronograma de actividades”</i>	58
Capítulo 7: Análisis y reflexión final	69
<i>Emociones: Me pongo triste y sentimental</i>	69
<i>Sexualidad: ¿Amor Prohibido?</i>	74
<i>Familia: F es la familia con la que haces cosas juntos</i>	78
<i>Aprendizaje, confianza y amistad: Yo soy tu amigo fiel</i>	82
<i>Reflexión final</i>	86
Capítulo 8: Anexos	88
<i>Implicaciones del investigador</i>	88
<i>Libro: ¿Cómo cuidar mi sexualidad? Un programa de “Educación Sexual Integral” para niñas y niños de 10 a 12 años</i>	91
<i>Relatorías y transcripciones</i>	92
Bibliografía	201

Introducción

La calidad y contenido de los programas de estudio representa un compromiso que las instituciones de educación deben atender en su desarrollo académico presente y futuro. Los procesos y contenidos de enseñanza son temas centrales que deben trabajarse de manera permanente en la vida académica institucional.

Debido a esto nos hemos dado a la tarea de analizar los libros de texto gratuitos del ciclo escolar 2020 - 2021 de la SEP para alumnos de 4to, 5to y 6to de primaria. Se tomaron en consideración debido a que necesitamos el conocimiento previo que se obtuvo en 4to grado de primaria viendo así el conocimiento de las niñas y niños que tienen respecto a los temas de sexualidad. Se reconoce que entre los problemas más complejos y frecuentes que enfrenta la calidad de los programas académicos se encuentran los tabús que aún existen en nuestra sociedad con respecto a ciertos temas.

La familia debería ser la encargada de realizar la enseñanza de la sexualidad, pero hay muchos factores que atraviesan a esta institución como la religión y las creencias de la cancelación de los temas de sexualidad, dejando que sus hijas e hijos carezcan de toda la información sobre cuerpo, debido a que la mayoría de las familias da por hecho que esta enseñanza debe ser por inculcada por la escuela, aunque si se da una educación sobre el cuerpo solo es por cuestiones reproductivas dejando demasiados factores a un lado. Estas situaciones, entre otras, reflejan la necesidad de llevar a cabo un estudio sobre los productos de los programas académicos, nosotros como equipo decidimos realizar una propuesta de enseñanza para complementar el conocimiento que las niñas y niños han obtenido reforzándolo con actividades, queremos dar un espacio de escucha para dar voz y voto a las niñas y niños sobre sus inquietudes, dudas o temas de interés y sobre todo tener la confianza de las madres y padres de las niñas y niños para realizar este taller virtual debido a la pandemia de COVID-19. Considerando la importancia que este tema tiene para el logro de los propósitos institucionales, este trabajo tiene el objetivo de analizar las mejoras de calidad de los programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública.

La educación sexual en México: Crítica y propuesta (justificación)

Creemos que desde hace ya varios gobiernos la Secretaría de Educación Pública (SEP) no ha ofrecido una educación sexual de calidad y adecuada para sus estudiantes, donde se incorporan temas como equidad de género, diversidad sexual, métodos anticonceptivos, cambios biológicos hormonales, derechos sexuales, esto ha propiciado que niños, niñas, jóvenes y adolescentes de diferentes sexos no puedan ejercer una sexualidad libre, pero sobre todo responsable.

En las últimas décadas la educación sexual en México ha tenido grandes transformaciones, “el primero momento tuvo lugar durante el gobierno de Luis Echeverría Álvarez (1970-1976), el cual cambió los planes de estudio de educación primaria e introdujo contenidos de educación sexual en los libros de Ciencias Naturales. El segundo se dio durante el gobierno de Vicente Fox Quezada (2000-2006) cuando se reformó la educación secundaria y, en convenio con casas editoriales privadas, se publicaron libros de texto gratuitos, financiados y aprobados por la SEP. Finalmente, el tercer momento histórico de la educación sexual en libros de texto fue el que se desarrolló en 2016, durante el gobierno de Enrique Peña Nieto” (Martínez Iñiguez, et al, 2017). Con esto tenemos presente que desde 1976, aproximadamente, ya existía un plan de educación sexual, sin embargo, es algo que incluso hoy en día no se lleva a cabo de la mejor manera, ya que aún existen ciertas oposiciones ante la introducción de la educación sexual.

Para empezar, los temas relacionados estrictamente con la sexualidad (sexo biológico, género y orientación sexual) solo se encuentran en los libros de “Formación Cívica y Ética” en donde abordan temas sociales, con títulos como: “Mujeres y hombres podemos hacer lo mismo”, “Mujeres de nuestra historia”, “Identifico la discriminación por género”, entre otros subtemas abordados en el libro de cuarto de primaria. Si bien creemos conveniente que estos temas requieren una reedición o un material de apoyo, ya que no explican ni qué es el género, ni la diferencia entre igualdad y equidad.

Por otro lado, se observó de manera rigurosa el libro de “Ciencias Naturales” y de igual manera se cree que es conveniente una serie de modificaciones, debido a que observamos que el libro de cuarto de primaria solo aborda el tema de los caracteres sexuales del hombre

y la mujer, partes de los órganos sexuales y función en la reproducción, incluso aborda brevemente cómo se representan los caracteres sexuales a lo largo de la historia y las semejanzas en las capacidades físicas e intelectuales de hombres y mujeres, incluso se menciona que sin importar las diferencias todos y todas tienen los mismos derechos y oportunidades. Como introducción al tema es bastante general, sin embargo, en quinto de primaria se omiten completamente los temas y es hasta sexto de primaria en donde se retoman dichos temas, es en este grado en donde urge una reestructuración puesto que solo se habla de:

1. Infancia, pubertad, adultez y vejez

2. Cómo detectar el cáncer de mama

3. Etapas del desarrollo del feto y el parto

4. Implicaciones de las relaciones sexuales en la adolescencia en donde se dice de los métodos anticonceptivos y las enfermedades de transmisión sexual:

“Las relaciones sexuales son la base de la reproducción, además de contribuir a la estabilidad de las parejas y a un acercamiento más íntimo. Sin embargo, requieren de una responsabilidad compartida. De ahí que sea indispensable que cuentes con información y orientación. Eso evitará una consecuencia como un embarazo no planeado, o sufrir el contagio de una infección de transmisión sexual (ITS), que pueden cambiar la vida de una persona para siempre [...] A edad temprana, es decir, entre los 10 y 19 años el cuerpo de la mujer no se ha desarrollado lo suficiente para proveer nutrientes adecuados a un ser que se desarrolle dentro de su vientre, tampoco tiene la madurez física ni emocional que el parto exige. De ahí que un embarazo a edad temprana se considera de alto riesgo [...] El nacimiento de un bebé implica alimentarlo, vestirlo y educarlo; hacerse responsable de él.” (Del pilar, 2020).

Este discurso tiene una buena base, sin embargo, existen varias lagunas que se podrían complementar para una mejor educación sexual:

“Sí, la base de la relación sexual es la reproducción y contribuye a una estabilidad de pareja, pero entonces ¿qué es el sexo? ¿por qué contribuye a una estabilización de las parejas?, ¿si mi mamá y mi papá se van a separar es entonces porque no tienen copula? Harries y Emberley plantean la relación sexual como la introducción del pene a la vagina o del contacto de la boca con los genitales o el pene con el ano y que el motivo de las relaciones sexuales es para hacer un bebé o por placer, pero también, la relación sexual implica abrazarse, mimarse, acariciarse y besarse. Entonces, significa, que el tener una relación sexual implica el tener una responsabilidad con mi cuerpo, con el cuerpo de la otra persona, con mis sentimientos y con los sentimientos de la otra persona, es decir, tener una responsabilidad afectiva, por ende, si no se cumple alguna de estas características se puede considerar como una violación, un grave problema en México ya que según la UNICEF en el 2018, 303 mujeres en México sufrieron una violación sexual” (UNICEF, 2019).

5. En el libro de la SEP no plantea como tal la responsabilidad afectiva, solo menciona “Recuerda que nadie te puede obligar ni forzar a tener relaciones sexuales, es una decisión que debes de analizar muy bien con la información adecuada” (Del Pilar, 2020) y ¿cuál es esa información adecuada? ¿por qué no viene en mi libro? El libro no plantea siquiera el concepto de “violación” y que le puede pasar a cualquiera, sin importar tu sexo, y a cualquier edad.

6. Otro tema que se aborda en el discurso de los libros de la SEP es: embarazo no planeado. Se nos muestran una tabla de métodos anticonceptivos, como se llama y cuál es su función; de los 7 métodos anticonceptivos que menciona, solo se enlista un método anticonceptivo para el hombre y siete para la mujer, de alguna manera se puede llegar a pensar que la responsabilidad del embarazo en un 95% a la mujer cuando la responsabilidad al momento del acto sexual es 50-50. En la tabla no se menciona al espermicida, ni la píldora, ni la inyección anticonceptiva masculina, ni mucho menos la vasectomía. Si bien el embarazo ocurre en el cuerpo de la mujer y la connotación que plantea el libro se centra un poco más en todo el proceso biológico, dejando de lado todas las “dificultades” que se pueden llegar a presentar, una de las problemáticas más visibles actualmente sigue siendo la poca

responsabilidad que ejercen los hombres en torno a la paternidad, de acuerdo con un estudio publicado por el “Sol de Puebla” en el 2020 el 70% de las madres solteras no son apoyadas por el padre del menor. (Martínez, 2020).

7.- Aquí entra en debate otro tema: el aborto y la adopción. Si bien la Ciudad de México y Oaxaca son los únicos estados de México que permiten la interrupción legal del embarazo, sería pertinente abordar sobre el tema en los libros de texto como una alternativa, mas no direccionar la opinión de los alumnos, en otras palabras, sería conveniente poner un apartado que diga: “Si tuviste relaciones sexuales, de manera consensuada o por violación, y quedaste embarazada, acude inmediatamente a un psicólogo, busca tratamiento médico, financiero, apoyo familiar e incluso a una trabajadora social para que tú y tu pareja no se sientan solos al momento de tomar una decisión tan importante”. (Aguilar, 2020). Repito, este tema genera mucho debate y se deben de realizar estrategias específicas de comunicación con los profesores y con los estudiantes para que no se generen malos entendidos.

8.- Finalmente, un tema importante que los libros no dejan del todo claro: Las infecciones de transmisión sexual. En el breve capítulo que se nos presenta, solo se limita a describir una sola enfermedad: el VIH, y ni siquiera define la diferencia que existe de esta con el SIDA, aunque sí explicita todas las formas de contagio. Sin embargo, existen más de 20 tipos de enfermedades de transmisión sexual, que la SEP está omitiendo en el temario, como serían, por ejemplo, la candidiasis, herpes genital, gonorrea, enfermedades asociadas al virus de papiloma humano, pediculosis del pubis, sífilis, tricomoniasis entre otras de acuerdo con Medlineplis.gov. Así mismo, no se mencionan clínicas u organizaciones de confianza a las cuales acudir en caso de tener sospecha de tener una enfermedad de transmisión sexual.

Si bien la información médica pueda seguir teniendo debates en el 2021, al igual que la psico-social, existen muchos elementos básicos que se pueden añadir a los libros de texto gratuitos a modo de panorama general para que los alumnos y las alumnas tengan herramientas básicas para enfrentarse a la etapa reproductiva a la que van a entrar o en la que ya se encuentran: la pubertad y la adolescencia. Tan simple puede ser la comunicación entre el conocimiento en torno a la sexualidad y la población mexicana como poner la foto de un chico y una chica sosteniendo a un bebé haciendo alusión a la paternidad juvenil o colocar imágenes de los diferentes tipos de anticonceptivos con su respectivo nombre y funcionamiento en vez de

poner una foto con muchos anticonceptivos revueltos o colocar fotografías de niños con el pelo largo y otros con el pelo corto y niñas con el pelo corto y otras con el pelo largo haciendo notar que existen diferentes masculinidades y diferentes feminidades, las cuales, se empiezan a experimentar desde antes de entrar a la primaria .

Una vez explicado lo anterior, como estudiantes de Psicología en área Educativa, consideramos que es importante investigar, de primera instancia, cómo este hecho sociohistórico, cuyo origen remite al marco de lo biológico, impactó paulatinamente a gran parte del entramado de la dimensión social. Para ello, hemos elegido como tema principal o eje guía de la investigación el de la educación sexual a las niñas y niños de la población mexicana. Nuestra Investigación estará basada en los planes de estudio de la Secretaría de Educación Pública (SEP) de los textos de educación básica en el nivel primaria de los grados escolares 5to y 6to del ciclo escolar 2020 - 2021.

Seleccionamos estos grados de educación por el rango de edad que es de los 11 a 12 años, los cuales de acuerdo con Freud (1905) en su tesis *“Tres ensayos de sobre teoría sexual y otras obras”* corresponden a la fase genital dando paso a un descanso del desarrollo psicosexual en las niñas y niños. Consideramos de suma importancia la enseñanza sobre la sexualidad, con un libro/plan de estudios sobre la educación sexual, la etapa de genitalidad es el despertar de la sexualidad en el sujeto y debemos enseñar cómo funciona el cuerpo tanto desde el aspecto biológico como desde el aspecto psicosocial. A raíz de esto pretendemos comprender el interés de las niñas y de los niños sobre el tema de la sexualidad, llegando a ella a través del análisis de los discursos enunciados a lo largo entrevistas grupales de los cuales nos ayudaran en la búsqueda de ejes guía para la realización de la investigación y creación de un libro digital como material de apoyo para que la niña, el niño, el maestro, la maestra, la madre o el padre, puedan aprender/enseñar ya sea individualmente o en grupo.

Planteamiento del problema

Tras la declaración de pandemia ante el aumento de la propagación del COVID-19 a nivel mundial, el Gobierno mexicano, a través de la Secretaría de Salud, implementó diversas políticas sociales como la Jornada Nacional de Sana Distancia donde se articularon medidas de higiene, protección, y prevención por el incremento de casos de este nuevo virus en nuestro país. Entre sus recomendaciones básicas se encuentran la evitación de contacto físico con terceros, el distanciamiento de -al menos- 1.5 m entre las personas, la suspensión temporal de actividades sociales no esenciales (Secretaría de Salud (SALUD), 2020).

Ante la pandemia de COVID-19 se ha visto afectado el sistema educativo no solo en México sino a nivel mundial ha ocasionado que gran parte de la población estudiantil tenga que optar por tomar clases en una modalidad en línea. Lo cual ha ocasionado una serie de problemáticas sociales dentro del hogar, como falta de equipo tecnológico, falta de internet, falta de un espacio adecuado, problemas familiares, ausencia de reforzamiento de lo aprendido en clase, etc.

Si bien es cierto que el modelo educativo a nivel educación básica, específicamente hablando de la escolaridad primaria de la Secretaría de Educación Pública (SEP) en México, se va modificando cada año para la ampliación de más temas educativos, los cuales tienen una aprobación por parte de la ciudadanía mexicana. Pero, por otro lado, el hablar de educación sexual abiertamente a la sociedad es un reto, debido a que sigue causando gran polémica, incluso las madres, padres y tutores, son quienes en ocasiones se han llegado oponer para que no se les brinde información de esta índole a sus hijos o hijas, pero también por otro lado se cree que la institución educativa es quien debe encargarse de dar conocer este tipo de temas, entonces ¿se da por hecho que los padres deben hablar con sus hijos sobre todos los temas actuales de la sociedad?, ¿será acaso que los padres asumen que la escuela es la encargada de realizar esta enseñanza?, ¿solamente importa la educación sexual biológica y no la psicosocial?

La sexualidad es un tema interesante y de gran importancia ya que es parte del día al día del ser humano, se vive y se muere con la sexualidad; pero a la vez difícil de llevar a la mesa de diálogo, sobre todo en un con una carga de ideologías estigmatizadas como lo es México, un

país que ve a la población infantil de una manera vulnerable, sensible o incluso no apta para hablar sobre temas de “adultos”, lo que ha llevado a la normalización de un discurso de prohibición sobre la enseñanza sexual a las niñas y niños, lo cual ha provocado una gran satanización sobre la sexualidad, recordemos que décadas atrás en México este tema era aún más polémico de lo que es hoy en día para nuestra sociedad mexicana. No se pretende criticar los planes de estudio de la SEP, sino proponer mejoras y ayudar a moldear los caminos para un mejor futuro, buscamos ver la sexualidad desde una perspectiva responsable, informativa y divertida.

La relevancia de la educación sexual va más allá de brindar información sobre sexualidad como prevención del embarazo, enfermedades de transmisión sexual, métodos anticonceptivos etc. También es importante tener el conocimiento de los problemas de abuso sexual que se pueden llegar a suscitar tanto en la institución educativa como en la institución familiar, ya que realmente es alarmante la vulnerabilidad en la que se encuentran las niñas, niños y adolescentes actualmente. Uno de los problemas más inquietante es que “a nivel mundial, México ocupa el primer lugar en abuso sexual infantil con 5.4 millones de casos por año, informó la asociación Aldeas Infantiles SOS”. (El universal, 2020) Aunado a esto “por cada mil casos de abuso a menores se denuncian 100 y sólo 10 van a juicio. De éstos, sólo un caso llega a condena”. (El universal, 2020) y por último “Aproximadamente 32.8% de las adolescentes de entre 15 y 17 años ha sufrido alguna forma de violencia sexual en el ámbito comunitario” (UNICEF, 2019). Estos son algunos de los problemas que creemos importantes de abordar, para que las niñas, niños y adolescentes tengan conocimiento de ello y sepan cómo identificarlo y puedan prevenirlo.

Cuestionamientos sobre el tema

Con las nuevas tecnologías, los niños y las niñas tienen a su alcance una infinidad de sitios virtuales en donde se incita de manera errónea a la “educación sexual”, como la violencia y la pornografía, lo cual provoca al niño o a la niña una gran desinformación sobre lo que realmente implica una sexualidad sana y responsable, ya que estos imponen una visión distorsionada de la sexualidad, referentes a lo que les está ocurriendo físicamente o emocionalmente.

Tanto las familias como los maestros y las maestras requieren una actualización de herramientas cognitivas y actitudinales para hablar con las niñas y los niños sobre educación sexual, ya que fueron educados bajo otras concepciones y estereotipos, en una sociedad donde no se podía hablar libremente de sexualidad, debido a que dentro de algunos grupos sociales e instituciones era mal interpretado o considerado como una incitación al libertinaje.

Preguntas de investigación

Principal: ¿Cómo las niñas y niños de 10 a 12 años que cursan 5to y 6to de primaria aprenden y complementan su educación sexual integral ante la falta de información sobre estos temas por parte de la institución escolar?

- ¿Cuál es el interés principal de las niñas y niños de 10 a 12 años sobre la sexualidad? Pasarla al cronograma de actividades.
- ¿Cómo las niñas y niños de 10 a 12 años que cursan 4to, 5to y 6to de primaria aprenden acerca de su sexualidad ante la ausencia de la institución escolar en México?
- ¿Cómo las niñas y niños de 10 a 12 años que cursan 4to, 5to, y 6to de primaria aprenden acerca de su sexualidad, su género y la sociedad ante la ausencia de la institución escolar?

Objetivo general

Realizar un taller de educación sexual a través de medios digitales en donde se aborden los temas sobre: sexualidad (sexo biológico, aparatos reproductivos femenino y masculino, cuidados para la vulva y el pene, relaciones sexuales, embarazo, etc.) prevención de violencia sexual (abuso sexual, acoso sexual y violación.) género (equidad de género y violencia de género) normas de comportamiento sexual (consentimiento de las parejas, orientación sexual, responsabilidad afectiva y emociones). Para que se replanteen los conceptos y se generen estrategias educativas adecuadas para que los alumnos y las alumnas logren tener un mejor conocimiento, y puedan sentirse cómodos al hacer preguntas sobre su sexualidad dentro del aula, y también en su hogar. Evitando que esta temática sea vista como un tabú.

Objetivos específicos

- Generar un diálogo saludable entre padres e hijos sobre la sexualidad, donde ambos puedan sentirse seguros al hablar sobre esos temas.
- Realizar una propuesta de un programa de educación sexual integral para niñas y niños de 10 a 12 años que se encuentran cursando 4to, 5to y 6to de primaria.
- Crear herramientas digitales que faciliten el proceso de aprendizaje sobre los temas abordados, los cuales deben ser llamativos.
- Abordar la educación sexual integral y la importancia de esta misma, la educación sexual integral es prevención.
- Dar la palabra a los niños para que expresen sus dudas respecto a los temas abordados.

Capítulo 1: Marco histórico de la sexualidad en México

Contexto histórico de la educación sexual en México

En la década de los años 30, en aquel entonces el secretario Narciso Bassols (1931-1934), promueve el proyecto de implementar en las escuelas de la Ciudad de México temas sobre sexualidad, esta iniciativa fue a causa de la celebración del Congreso Panamericano del Niño, en la ciudad de Lima, Perú, el cual recomendaba a gobiernos latinoamericanos la instrumentación de un programa de educación sexual para la población.

Esta iniciativa era para tener herramientas sólidas sobre un programa amplio de educación sexual, y una exhaustiva investigación sobre la conducta sexual de los adolescentes presentados a la Secretaría de Educación Pública (SEP).

La Sociedad Eugénica Mexicana concluye que “la SEP debe establecer, organizar y dirigir la educación sexual, asumir esa responsabilidad e impartir desde el tercer ciclo de primaria y luego en la secundaria (Suárez y López, 1999) Pero esta propuesta fue denegada por la Federación de Asociaciones de Padres de Familia (UNPF), ante esta oposición se hizo pública en la prensa nacional, donde causó revuelo a la sociedad mexicana causando indignación a tal dicha propuesta a lo que los llevó a concurridas marchas de inconformidad durante un año; en mayo de 1934, renunció Bassols y el gobierno pidió cancelar en definitiva el proyecto.

Tras el fallido intento de los años 30 de dicho proyecto ya mencionado, no hubo otras propuestas o proyectos que incentivaran la educación sexual en México: los padres de familia y los grupos religiosos continuaron proclamándose como los únicos autorizados en brindar la educación sexual.

Fue hasta 1970 donde a través de los derechos de la mujer y el reconocimiento en el aumento de población, el gobierno instituyó en el discurso educativo la educación sexual a través del surgimiento del Consejo Nacional de Población (CONAPO), el cual modeló la conducta sexual de los mexicanos en cuanto a la educación sexual y el uso de anticonceptivos.

Años más tarde en el ciclo escolar 1974-1975 el modelo de educación sexual se incluyó en los libros de textos principalmente inició en el nivel básico donde se incorporó la educación en materia de población y sexualidad, el cual tenía un carácter obligatorio.

El modelo de educación sexual plasmado en programas y libros de texto se estructuró sobre dos ejes: la reproducción de roles estereotipados y la intención de ir proyectando en los niños modificaciones en la conducta sexual con miras a lograr el control natal.

Análisis del plan de estudios de la SEP del ciclo escolar 2020 - 2021

Actualmente en nuestro país, los temas sobre sexualidad comienzan a impartirse a partir de cuarto grado de primaria; esto se lleva a cabo principalmente a partir de los libros de dos materias, las cuales son “*Ciencias Naturales y Formación Cívica y Ética.*”

En el caso de los libros de texto de cuarto grado de primaria, en el libro de Ciencias Naturales hay solamente un capítulo que habla sobre temas en relación a la sexualidad humana, el cual lleva el título de “*Los caracteres sexuales de mujeres y hombres*”. Dicho capítulo comienza tratando las diferencias físicas entre los cuerpos de mujeres y hombres. A partir de esto se da paso a hablar de la reproducción como medio para preservar a las especies y de los órganos específicos que tienen hombres y mujeres para llevarla a cabo. A continuación, se da información básica sobre las diferentes partes de los sistemas reproductores de ambos sexos; dentro de ello son mencionadas la producción de espermatozoides por parte del hombre y la producción de óvulos por parte de la mujer como señal de la madurez sexual del cuerpo humano para poder procrear. Por último, se hace mención a que, a pesar de las diferencias físicas tratadas en páginas anteriores, hombres y mujeres poseen los mismos derechos, las mismas obligaciones y deben tener las mismas oportunidades, sin profundizar en este tema más allá de un par de párrafos.

En el libro de Formación Cívica y Ética del mismo grado se trata de hacer conscientes a los niños de que han estado sufriendo cambios tanto físicos como mentales, pero sin profundizar más sobre los mismos. Además, se menciona las diferencias de género que hay de acuerdo a la cultura, dando como ejemplo el hecho de que durante el Virreinato en México las mujeres no podían asistir a la universidad; a partir de esto se mencionan los avances en México que

han llevado a que mujeres y hombres cuenten ante la ley con las mismas libertades. En realidad, no existe, en este libro, una mención directa de temas relacionados a la sexualidad.

Pasando a quinto grado, el libro de Ciencias Naturales cuenta con un sólo capítulo en el cual se habla de la sexualidad humana, el cual es titulado “*Funcionamiento de los aparatos sexuales y el sistema glandular*”.

En dicho capítulo se ahonda más en los cambios físicos que se sufren durante la pubertad. Dichos cambios suceden gracias a la estimulación de ciertas hormonas a los testículos o los ovarios. En las páginas siguientes se mencionan los cambios físicos, conocidos como caracteres sexuales secundarios, que se dan durante la pubertad. Para las mujeres, estos caracteres son el crecimiento de vello tanto púbico como en las axilas, el desarrollo de las glándulas mamarias, el aumento de la grasa en la cadera, las piernas y el busto y el inicio del ciclo menstrual, mientras que en los hombres se da el crecimiento de vello púbico y en las axilas, el aumento de la estatura, el crecimiento de barba y bigote, los cambios en la voz, la cual se vuelve más grave, el aumento de grasa en la piel, el ensanchamiento de hombros y tórax y el inicio de la eyaculación. En esta misma sección se da información sobre qué es el ciclo menstrual. En la página siguiente ahora se da información sobre la eyaculación. Por último, se menciona que a pesar de que en esta etapa de la adolescencia el cuerpo ya está en condiciones biológicas para la reproducción, el embarazo adolescente implica riesgos físicos tanto para la madre como para el feto, por lo cual es algo que debe de evitarse. Cabe aclarar que no se hace ninguna mención de cómo evitarlo.

En las siguientes dos páginas se habla sobre las acciones de higiene y protección para mantener la salud sexual y así prevenir infecciones y enfermedades. También se exhorta a los niños a hablar con sus padres de este tema y a acudir a un médico si se tienen más dudas. Por último, se reitera, como en el libro anterior, que, a pesar de nuestras diferencias fisiológicas, tanto hombres como mujeres poseen las mismas capacidades intelectuales y creativas y deben de tener los mismos derechos, oportunidades y responsabilidades.

En el libro de Formación Cívica y Ética del grado en cuestión se pone a los niños a reflexionar sobre los cambios físicos y emocionales que han tenido a lo largo de su vida, para luego comentarlos con algún compañero y posteriormente hablar en grupo sobre todo lo que sintieron y pensaron a la hora de hablar sobre esto.

En las siguientes páginas el texto plantea unas actividades en las que los niños tienen que identificar algunos cambios que han sufrido desde que tienen memoria, como se relacionan ellos con sus emociones, cambios que creen sufrirán en el futuro, algún problema que hayan tenido en el pasado y cómo lo superaron y a las personas que los han acompañado en su crecimiento. A partir de todo esto los niños realizan un trabajo llamado Camino de la vida, para luego compartirlo con algún compañero y cada uno exponer ante el grupo lo que haya considerado más importante del trabajo del otro. A través de esto se trata de mostrar las diferencias que tienen todos con respecto al crecimiento de los demás.

Pasando ahora a sexto grado, el libro de Ciencias Naturales cuenta con dos capítulos, bajo el nombre de *“Etapas del desarrollo humano: la reproducción”* e *“Implicaciones de las relaciones sexuales en la adolescencia”* y un proyecto llamado *“Nuestra sexualidad”* en donde se trata la sexualidad en seres humanos.

El primero inicia describiendo las diferentes etapas del desarrollo del ser humano, las cuales, de acuerdo al libro, son: infancia, pubertad, adolescencia, adultez y vejez. A modo de dato, hay un pequeño diagrama sobre el cáncer de mama y el procedimiento de autoexploración para detectar si se tiene o no este padecimiento. En las siguientes páginas, a modo de desglose de la etapa adulta, se habla sobre la reproducción. ¿Qué se dice sobre ella? Que es sumamente importante para la preservación de la especie. Es en esta parte donde se describen la fecundación (cabe aclarar que no se hace mención del acto sexual per se), el embarazo y el parto, para finalizar con un pequeño párrafo sobre las responsabilidades que implican la procreación de un ser humano.

A continuación, en el segundo capítulo anteriormente mencionado, se menciona a las relaciones sexuales como la base de la reproducción, además de llevar a un acercamiento más íntimo y a una mayor estabilidad entre parejas. Es en este capítulo donde se habla sobre las consecuencias de las relaciones sexuales sin ningún tipo de protección en la adolescencia.

Primero que nada, se mencionan los riesgos físicos, tanto para la madre como para el bebé, de un embarazo antes de los 19 años. Entre ellos se destacan la falta de desarrollo del cuerpo de la mujer, la falta de madurez física y emocional y los mayores riesgos de malformaciones en el bebé. Después se tratan las enormes responsabilidades que implican la maternidad,

donde se habla sobre las cuestiones económicas y la necesidad que tienen muchas madres adolescentes de dejar sus estudios para conseguir empleo.

Más adelante se da información sobre los métodos anticonceptivos, describiendo brevemente al condón masculino, el condón femenino, el implante anticonceptivo, el dispositivo intrauterino de cobre, las pastillas anticonceptivas de emergencia (conocidas también como pastillas del día siguiente), las pastillas anticonceptivas diarias y el método billings. En esta misma sección hay información sobre los riesgos que conlleva el contagio de alguna Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS), destacando principalmente al Síndrome de la Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA), el cual es provocado por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH). En este capítulo se menciona que el SIDA puede contagiarse de tres maneras: por medio de una relación sexual, a través de la sangre y el contagio de una madre contagiada a su bebé en gestación.

El proyecto “*Nuestra Sexualidad*” trata de una pequeña investigación donde los niños, organizados en equipos, deberán de analizar la información sobre sexualidad que reciben en los medios de comunicación para que puedan distinguir cuál información les es beneficiosa, cuál les es dañina y cuál es falsa información. En el libro de Formación Cívica y Ética de sexto grado se habla sobre sexualidad en cuatro capítulos, los cuales son “*Mi crecimiento y desarrollo*”, “*Nuestro derecho a la salud*”, “*Aprendo a decidir sobre mi persona*” y “*Relaciones personales basadas en el respeto a la dignidad humana*”.

Primero se vuelve a tratar la temática del cambio físico y emocional y cómo se sienten los niños al respecto. La diferencia es que en este grado se mencionan específicamente los cambios que suceden con los hombres y mujeres en la pubertad.

Más adelante se pide al estudiante que identifique los cambios que ha sufrido durante la pubertad y que describa cómo se siente y qué piensa al respecto. Por último, hay una actividad donde los estudiantes deberán de escribir sus biografías, compartirlas con sus compañeros e identificar a aquellos con los que compartan algunos rasgos. Al final de esta actividad se debe concluir cuál es la relación que hay entre pubertad y sexualidad y cuál es la importancia de que los estudiantes se conozcan y se acepten. Es en este libro donde se tratan, por primera vez, los derechos respecto a la salud sexual y reproductiva. Cabe resaltar que se enfatiza demasiado en la sexualidad como medio de reproducción, en el tener hijos como la resultante

de una vida sexual y que, en dos líneas donde se habla de conductas sexuales responsables, se exhorta a los estudiantes a retrasar su vida sexual como medida para prevenir las ETS y el embarazo. También se realiza una mención muy breve de la violencia contra las mujeres y de la violencia dentro de las relaciones.

El tercer capítulo en cuestión trata levemente el tema de ser capaces de tomar nuestras propias decisiones, desde las más simples hasta el tener relaciones sexuales (en donde se pone el mayor énfasis), sin ceder a la presión de las personas a nuestro alrededor, y hacernos responsables de nuestras propias elecciones.

El cuarto capítulo de los mencionados anteriormente corresponde a una actividad en la cual los estudiantes deberán analizar y criticar los estereotipos sobre hombres y mujeres que se presentan en la televisión. El objetivo de esta actividad es el de comprender de qué manera los estereotipos limitan a las personas, buscando que los alumnos aprendan a relacionarse con los demás con base en el respeto a la dignidad tanto propia como externa y sin dejarse guiar por lo presentado por los medios de comunicación.

Capítulo 2: Definición de conceptos

¿Qué es la educación sexual integral?

Antes de comenzar con el desarrollo de la investigación debemos definir el concepto de la educación sexual integral, siendo este concepto el eje principal de nuestra investigación que dará paso al desarrollo del campo en la práctica, ahora si bien tenemos una infinidad de conceptos, hemos seleccionado tres conceptos muy parecidos entre ellos, pero que en conjunto se complementan totalmente entre ellos mismos. Nuestro primer concepto sobre la ESI nos menciona que:

“La Educación Sexual Integral es el conjunto de actividades que se realizan en la escuela para que los chicos y las chicas, de acuerdo a sus edades, aprendan a conocer su propio cuerpo, asumir valores y actitudes responsables relacionadas con la sexualidad, conocer y respetar el derecho a la identidad, la no discriminación y el buen trato.” (Fundación Huésped, 2019).

Si bien estamos de acuerdo con este primer concepto de ESI queremos resaltar el hecho que la escuela no es la encargada en su totalidad de realizar esta enseñanza, pero debemos reconocer también que hace énfasis al derecho de a la identidad y la no discriminación, señalando que es un derecho universal para todos. Por otro lado, tenemos nuestro segundo concepto de ESI por parte del Fondo de Población de las Naciones Unidas con actualización en 2021

“La educación sexual integral permite a las y los jóvenes proteger y promover su salud, su bienestar y su dignidad al ofrecerles las herramientas necesarias en materia de conocimientos, actitudes y habilidades. La educación sexual integral es condición previa para ejercer plena autonomía corporal, lo que exige no sólo el derecho de tomar decisiones sobre el propio cuerpo, sino también la información para tomar estas decisiones de manera sensata. Debido a que tienen como fundamento los principios de derechos humanos, los programas de educación sexual integral ayudan a fomentar la igualdad de género y los derechos y el

empoderamiento de las y los jóvenes.” (Fondo de Población de las Naciones Unidas, 2021).

En este concepto es de suma importancia el papel que juega la ESI haciendo que los jóvenes se desarrollen en el aspecto personal y emocional dando paso a la autonomía sobre su propio cuerpo y a una mejor manera de concentración para la toma de decisiones sin faltarle el respeto a las demás personas que rodean al sujeto en su formación y en la sociedad en la que se encuentra. Por último, nos encontramos con la definición que Pedrido (2017) nos brinda:

“La Educación Sexual Integral (ESI) es un espacio sistemático de enseñanza aprendizaje que promueve saberes y habilidades para la toma de decisiones responsables y críticas en relación con los derechos de los niños, las niñas y los/as adolescentes al cuidado del propio cuerpo, las relaciones interpersonales, la información y la sexualidad.” (Pedrido, 2017)

Ante esta definición resaltaremos el hecho que nos habla de brindar un espacio para la realización de la ESI a la cual agregaremos que tendría que ser un espacio seguro y de confianza, que por el momento no hay un programa escolar o privado que brinde estos requisitos para que se desarrolle la educación sexual integral temprana edad.

Sexualidad

En este trabajo nos guiamos en definir *sexualidad* como un elemento de la identidad personal las cuales incluyen una conjunción de estos tres elementos:

Procesos biológicos: Características genéticas, hormonales, anatómicas y fisiológicas que distinguen a los hombres de las mujeres y viceversa. Es lo establecido desde la fecundación, lo que corresponde a lo que se denomina *sexo*. Lo que somos biológicamente.

Procesos socioculturales: Son una serie de expectativas acerca de lo que debemos de ser o hacer como miembros de la sociedad. Son los procesos orientados a garantizar que los hombres se comporten como hombres y las mujeres como mujeres. A estas características y comportamientos que oficialmente se definen como propios de uno y otro sexo, al igual que a las normas que se regulan las expresiones de la masculinidad y la feminidad y las relaciones entre los hombres y las mujeres, se las incluye en la categoría de *género*.

Procesos psicológicos: Es el proceso continuo de reflexión de cómo la persona logra organizar, cuestionar y transformar la noción que tiene acerca de sí misma. La construcción, mantenimiento y cambio de la sexualidad, por lo tanto, exige a la persona considerar detenidamente su propia historia para descifrar lo que significa para sí misma ser hombre o mujer y, como tal, decidir lo que se quiere ser y hacer en el futuro. Es cuestionar críticamente las cogniciones, motivaciones, emociones y comportamientos para establecer con cuáles se siente más cómodamente comprometida.

¿Qué es el sexo?

Caracteres sexuales biológicos

A partir de los 9 o 10 años el cuerpo de los niños y las niñas va cambiando y se desarrollan, es por esta razón que ellos mismos comienzan a cuestionar de qué manera es que existen estos cambios en sus cuerpos y por qué; por otra parte, también es común que se cuestionen cómo nacen los bebés, porqué es que los niños y las niñas, aunque poseen similitudes anatómicas sus órganos sexuales son diferentes, ¿qué son los sueños húmedos? ¿qué es la menstruación? ¿incluso qué es la masturbación?

Es por esto que en este apartado comenzaremos con la pregunta ¿Qué es el sexo? No sólo hablando desde el tema de la genitalidad, recordemos que esta cuestión abarca muchos ámbitos en el desarrollo del ser humano, para ello comenzaremos con lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) dice en uno de sus artículos acerca de la salud sexual:

“El sexo son las características biológicas que definen a los seres humanos como hombre o mujer. Estos conjuntos de características biológicas tienden a diferenciar a los humanos como hombres o mujeres, pero no son mutuamente excluyentes, ya que hay individuos que poseen ambos. En el uso general de muchos idiomas, el término «sexo» se utiliza a menudo en el sentido de «actividad sexual», aunque para usos técnicos en el contexto de la sexualidad y los debates sobre salud sexual se prefiere la definición anterior” (OMS,2018).

Como lo mencionamos anteriormente el sexo no solo va ligado a una sola dirección, sino que tiene diferentes significados, uno de ellos en términos biológicos, es la diferencia genital entre mujer y hombre.

Aparato reproductor femenino interno

El aparato reproductor femenino está conformado por órganos sexuales internos estos corresponden a la vagina, la matriz, las trompas de Falopio y los ovarios.

Ovarios: Los ovarios se localizan al costado del útero o matriz, son del tamaño de una almendra, una de sus funciones es secretar hormonas las cuales son los estrógenos y la progesterona que ayudan al desarrollo de los caracteres biológicos. La función principal es liberar un óvulo (célula reproductora femenina) durante cada mes para la vida reproductora de la raza humana. Este proceso termina cuando se llega al final de la vida reproductiva que es alrededor de los 45 a 55 años, el proceso es conocido como menopausia.

Trompas de Falopio: Es el conducto por el cual se transporta el ovario para llegar al útero o matriz para el desarrollo de la menstruación o del feto en caso de embarazo.

Útero o matriz: Es un espacio totalmente hueco, es allí donde el ovario se pega durante un mes esperando la fecundación o la menstruación. Se localiza entre la vejiga y el recto anal, en ocasiones se desarrolla cáncer en esta zona.

Cérvix o cuello uterino: Es un pequeño canal por el cual deja pasar al sangrado en el periodo menstrual o al bebé en caso de embarazo rumbo a la vagina para la expulsión de alguno de estos, otra función que tiene es permitir que el semen pase de la vagina a la matriz para la fecundación. Suele medir de 2.5 a 3.5 cm de largo.

Vagina: Es el orificio por dónde se es penetrada en el acto sexual, también permite el paso para el sangrado de menstruación y el paso para la expulsión del bebé en el caso de embarazo.

Aparato reproductor femenino externo

Por otro lado, los órganos externos están conformados por la vulva: monte de venus, clítoris, labios menores, labios mayores, uretra, orificio vaginal, himen, perineo y ano.

Monte de venus: Se encuentra en la pelvis o zona pélvica, cubre el hueso púbico, posteriormente en la pubertad esta zona será cubierta por el vello púbico.

Labios mayores: Estos son carnosos, su función es proteger a los órganos externos más pequeños, su equivalente sería el escroto (piel que protege el testículo del aparato reproductor masculino externo). También cuenta con glándulas sudoríparas y sebáceas que ayudan a la lubricación de los órganos externos para la penetración.

Labios menores: Son los siguientes labios que se encuentran después de los mayores, son de lo color rosado, cuándo hay una relación sexual la sangre llega a estos, lo que provoca que se hinchen volviéndose más sensibles al tacto.

Uretra: Es el conducto por donde se desecha la orina y cuándo se llega al orgasmo expulsa una eyaculación que se conoce coloquialmente squirt, está conectada con la vejiga, se encuentra arriba del orificio vaginal y abajo del clítoris.

Clítoris: Es la zona más sensible del aparato reproductor femenino externo, tiene alrededor de 8, 000 terminaciones nerviosas que se vuelven más sensibles al pasar la erección es equivalente a la cabeza del pene o glande (parte superior del aparato reproductor masculino externo). Se encuentra en la parte superior de los labios menores, arriba de la uretra, también si se toca correctamente se puede llegar al orgasmo.

Orificio Vaginal: Es el orificio dónde se es penetrada a la mujer en el acto de relación sexual, también permite pasar el sangrado de la menstruación o al bebé en caso de embarazo, está zona está protegida por el himen.

Himen: Es una membrana protectora del orificio vaginal, permite pasar al sangrado libremente ya que es parecida a una tela, esta suele romperse principalmente en el primer acto sexual que se tiene en la vida que es conocido como virginidad, pero se ha cambiado el discurso por inicio de vida sexual activa, pero en muchas ocasiones puede romperse por la

realización de actividades físicas como andar en bicicleta, la gimnasia, montar a caballo, etc. No necesariamente se debe tener sexo para que se rompa esta membrana.

Perineo: Es la separación entre los órganos genitales femeninos y el ano, dado que este expulsa las heces fecales que traen consigo bacterias que si tocan esta zona genital puede ocurrir una infección. Otra función que tiene es sostener a la vejiga, el útero, la vagina y el ano, mientras que en el caso de embarazo si se llega sufrir un accidente o caída es la última línea de defensa para proteger la cabeza del bebé.

Ano: Es el conducto por donde se expulsan las heces fecales, está conectado con el colon.

La menstruación

Una vez que ya hemos explicado las partes de aparato reproductor femenino tanto interno como externo, ahora nos centraremos en la explicación del ciclo menstrual, periodo o regla como usualmente puede ser conocido, la menstruación comienza en las niñas a partir de los 10 años mencionamos esto porque cada cuerpo es diferente y reacciona de forma diferente, por lo que no hay una certeza en qué edad comienza la menstruación.

La menstruación es un sangrado vaginal que le ocurre a todas las mujeres por cada mes como un inicio de que su cuerpo ya se está preparando para la vida reproductiva, a lo que se le vendría conociendo como el embarazo, para llegar esto el ovario tiene que desprender un óvulo que viajará por las trompas de Falopio rumbo al útero, este óvulo se alberga durante un 28 días o un mes (aclaramos que cada cuerpo es distinto existiendo los periodos cortos o largos) si en este tiempo no hay una fecundación es cuando se produce el sangrado menstrual que es expulsado por la vagina, este ciclo se repetirá todos los meses hasta llegar a la menopausia (es el momento en el que mismo cuerpo femenino deja de producir las hormonas que provocan la menstruación) que puede llegar entre los 50 a 55 años. En este proceso de menstruación hay pequeños procesos que la complementan como lo son la pre-ovulación, la ovulación y la post-ovulación.

Pre-ovulación: en esta fase, es cuando el ovario produce los estrógenos la función de estas hormonas es crear un óvulo cada mes para que se realice el ciclo menstrual, el lapso de días

para que ovario pueda estar en su maduración es de 6 a 13 días dependiendo del cuerpo de la mujer existiendo así los ciclos menstruales cortos y largos.

Ovulación: esta fase ocurre cuando el ovario ya se encuentra maduro para seguir con el ciclo menstrual, este es trasladado hacia el útero gracias a las trompas de Falopio, en los días de ovulación es cuando el ovario se encuentra más fértil para la fecundación, en este parte del proceso se recomiendo usar métodos anticonceptivos en caso no desear tener un embarazo o en dado caso que se busque concebir un bebé estos son los días más recomendados. En esta fase es cuando ocurren los famosos cólicos y que cada mujer puede tener diferentes reacciones ante esta situación.

Post-ovulación: esta fase se produce solamente en el caso de que no se realice la fecundación el ovario queda involucionado (tiene menos posibilidades de fecundar, pero existe la posibilidad) y se irá preparando para ser expulsado en la siguiente menstruación del mes, repitiendo el ciclo durante la vida reproductiva de la mujer.

Como este es un proceso que dura alrededor de casi 40 años se han ido creando diferentes maneras de evitar que el sangrado vaginal sobre pase la situación, con esto queremos dar a entender que la menstruación puede bajar en un momento inesperado, es por esa razón que se han fabricado varios artículos de higiene femenina para lidiar con este proceso.

Tampones: “Los tampones son productos usados para absorber tu flujo menstrual. Están hechos de algodón suave compactado en forma de cilindro, de modo que se puedan insertar fácilmente por la abertura de la vagina. Un tampón absorbe tu flujo menstrual, o sangre, antes de que tenga la oportunidad de dejar el cuerpo, así que se los considera protección “interna”, a diferencia de las toallas femeninas que son protección “externa” durante el período. Los tampones vienen en muchos tamaños y absorciones. Los puedes comprar en la mayoría de las farmacias y mercados.” (Guías de la salud, 2020). Debemos agregar que al ser artículo de higiene de un solo uso es sumamente dañino para el medio ambiente por el plástico con el que vienen, dado que durante la menstruación se pueden usar 10 a 15 tampones, estos pueden venir en paquetes de 10 piezas con un costo de \$40 a \$60 variando la zona en la que se busquen.

Toallas sanitarias femeninas: “Están formadas, comúnmente, por un conjunto de capas de tela (denominadas “no tejidas”). La superficie que queda en contacto con la piel, está compuesta por tela de algodón, malla, laminado o una combinación de ambas y su centro contiene un material absorbente que por lo general se compone por celulosa o celulosa combinada con gel (...) que absorbe y retiene cantidades extremadamente grandes de líquido con relación a su propia masa” (Revista del consumidor, 2020). Debemos agregar que al ser artículo de higiene de un solo uso es sumamente dañino para el medio ambiente por el plástico con el que vienen, dado que durante la menstruación se pueden usar 10 a 15 tampones, estos pueden venir en paquetes de 12 a 24 piezas con un costo de \$45 a \$60 variando la zona en la que se busquen. También se han ido implementando las toallas sanitarias de tela que realizan la misma función solo que estas son reutilizables ayudando al medio ambiente.

Copa menstrual: “La copa menstrual, también conocida como copa para la regla o copa vaginal, es un recipiente de silicona médica que se introduce en el interior de la vagina (igual que un tampón) durante la menstruación, adaptándose a las paredes vaginales en todo momento independientemente del movimiento que hagamos, y recoge todo el flujo en el interior de la copa. Puedes llevar la copa hasta 12h en el interior sin tener que preocuparte (...). Y tiene un uso ilimitado, ya que la puedes quitar y poner tantas veces como quieras.” (Copas menstruales, s/f). Este artículo de higiene femenina ha sido toda una revolución en este aspecto dado que al ser reutilizable ayuda mucho al medio ambiente, solamente tienes que esterilizarlas con agua hirviendo y guárdala en un lugar dónde no se dañe para tu siguiente periodo menstrual, su precio varía de los \$200 a los \$700 que puede ser un gasto fuerte, pero analizando a la larga es mucho más barata, dando comodidad en la vagina, seguridad de no derramar el sangrado y ecológica por su material.

Recomendaciones para el cuidado de la vulva

Lavarse diariamente con jabón neutro: Se recomienda el uso de jabón neutro dado que los productos específicos para el lavado de la zona genital traen muchos químicos, colorantes y aromatizantes que afectan el pH.

Uso de ropa interior de algodón: El algodón es un material sumamente fresco lo cual ayuda a la transpiración de esta zona genital que fácilmente comienza a sudar por la actividad física o el cambio de temperatura del clima o del cuerpo.

No usar tampones, toallas femeninas o copa menstrual a diario: Solamente se recomienda el uso de estos en el periodo menstrual, dado que si se utiliza en exceso puede causar rozaduras, irritaciones, agregando también que el uso de tampones y toallas femeninas debe cambiarse cada 6 horas, esto es una gran contaminación para el medio ambiente. Es por eso que se opta por el uso de la copa menstrual.

Evitar el uso de talcos y desodorantes: Estos productos contienen químicos, colorantes o aromatizantes que pueden perjudicar nuestra zona genital con irritaciones, rozaduras etc.

Mantener seca la zona genital: En varias ocasiones empezamos a transpirar o sudar en todo el cuerpo y sobre todo en esta zona genital por lo que se recomienda secar para evitar la humedad y formación de bacterias y hongos, lo mismo aplica para cuando se está secando el cuerpo terminando de darse un baño.

Evitar el uso de ropa ajustada: El uso de esta ropa no permite la transpiración correcta de la piel provocando que se quede el sudor en la zona genital, además de que puede causar rozaduras y no permite el libre tránsito de la sangre.

Ir al ginecólogo: En caso de tener dudas, rozaduras, irritación olores muy desagradables o alguna infección, decirle a un adulto de confianza que te lleve con una ginecóloga o ginecólogo.

Aparato reproductor masculino interno

órganos internos que son la uretra, vejiga, hueso púbico, vesícula seminal, próstata, conductos deferentes, glándulas bulbouretral o cowper, epidídimo y testículo.

Vejiga: Es un órgano en forma de bolsa que se retrae o se hace grande, su función es la de almacenar orina hasta el momento de expulsarla a través de la uretra.

Uretra: Es el conducto por donde es expulsada la orina, está conectada con la vejiga, este conducto pasa por el centro del pene o cuerpo del pene hasta la cabeza del pene o glande para la expulsión de la orina y también para la eyaculación o expulsión del semen.

Hueso púbico: Su función es proteger a la uretra cuándo hay una erección, incluso protegiendo a la vejiga, externamente también será cubierta por el vello púbico.

Testículo: La función de este órgano es la producción de los gametos y hormonas masculinas como la testosterona, es muy sensible al tacto y debe evitarse que sea golpeado, externamente no se ven dado que son protegidos por el escroto, pero se pueden localizar por debajo del pene. Recordemos que tenemos dos testículos.

Epidídimo: Este se localiza por la parte trasera del testículo dado que están conectadas, este órgano tiene 3 funciones: Transportar a los espermatozoides para la eyaculación esto se logra en conjunto con el conducto deferente, almacenar a los espermatozoides hasta el momento que ocurra una relación sexual o masturbación, por último, a la maduración de los espermatozoides para la eyaculación.

Conducto deferente: Es el conducto que lleva a los espermatozoides que salen del epidídimo rumbo a la próstata, para que posteriormente pase por la uretra para la eyaculación.

Glándula bulbouretral o cowper: Se localiza por debajo de la próstata, su función es producir un fluido conocido como pre-eyaculación que actúa como un lubricante para la relación sexual este es transparente, además de que prepara a la uretra para la eyaculación.

Próstata: Está se encuentra debajo de la vejiga es del tamaño de una pelota de golf, se función producir el líquido prostático que protege a los espermatozoides para llegar más fácil al óvulo para fecundación. Es muy sensible al tacto si llega a tocarse bien puede producir un orgasmo.

Vesícula seminal: Son dos órganos que están debajo de la vejiga, su función es producir el líquido seminal para la eyaculación. Están conectadas con el conducto deferente y la próstata.

Aparato reproductor masculino externo

Los hombres por otra parte cuentan con órganos externos conformados por el glande o cabeza del pene, pene o cuerpo del pene, el frenillo, el prepucio y el escroto.

Glande o cabeza del pene: Es la parte superior del pene, la mayoría de las veces tiene una forma de hongo, tiene alrededor de 8,000 terminaciones nerviosas siendo este órgano el más sensible y sobre todo si está pasando por la erección para el placer sexual, está conectado con la uretra.

Pene o cuerpo del pene: Es el trozo de carne que va del abdomen hasta el frenillo, está cubierto por la piel, pero no cualquier tipo de piel, esta se le conoce como prepucio.

Frenillo: Es la unión de la parte superior del pene (cabeza) e inferior del pene (cuerpo), se localiza la unión de estos órganos por debajo de ello tiene la forma de la letra V.

Prepucio: Es una capa de piel que su función es proteger al glande y frenillo cuando no se pasa por la erección, en el momento en el que el pene se pone erecto este se contrae dejando expuesto al glande y frenillo para la relación sexual.

Escroto: Es una capa de piel rugosa que contiene a los testículos para protegerlos del exterior, dependiendo de la temperatura del clima o del cuerpo actúan para protegerlos en el caso de que haga frío se contraen y en el caso de que haga calor se expanden.

Recomendaciones para el cuidado del pene

Lavarse diariamente con jabón neutro: Se recomienda el uso de jabón neutro dado que los productos específicos para el lavado de la zona genital traen muchos químicos, colorantes y aromatizantes que pueden afectar las terminaciones nerviosas. Primero tenemos que levantar el prepucio con cuidado y lavar el glande y frenillo con cuidado para evitar el esmegma, si no puede lavarse diario retirar con algún papel de baño mojado que sea neutro.

Uso de ropa interior de algodón: El algodón es un material sumamente fresco lo cual ayuda a la transpiración de esta zona genital que fácilmente comienza a sudar por la actividad física o el cambio de temperatura del clima o del cuerpo.

Cuidado de la uretra: No introducir ningún tipo de objeto a la uretra.

Evitar el uso de talcos y desodorantes: Estos productos contienen químicos, colorantes o aromatizantes que pueden perjudicar nuestra zona genital con irritaciones, rozaduras etc.

Mantener seca la zona genital: En varias ocasiones empezamos a transpirar o sudar en todo el cuerpo y sobre todo en esta zona genital por lo que se recomienda secar para evitar la humedad y formación de bacterias y hongos, lo mismo aplica para cuando se está secando el cuerpo terminando de darse un baño.

Evitar el uso de ropa ajustada: El uso de esta ropa no permite la transpiración correcta de la piel provocando que se quede el sudor en la zona genital, además de que puede causar rozaduras y no permite el libre tránsito de la sangre.

Evitar golpes: Debemos evitar cualquier tipo de golpe sobre todo en los testículos y el glande dado que son zonas genitales demasiado delicadas.

Ir al urólogo: En caso de tener dudas, rozaduras, irritación, olores muy desagradables o alguna infección u orinar sangre decirle a un adulto de confianza que te lleve con una uróloga o un urólogo.

En la definición que utilizamos de la OMS se menciona que existen personas que cuentan con caracteres genitales tanto de hombre como de mujer, a esto se le conoce como intersexualidad. Esta variación se produce durante el desarrollo de la diferenciación del sexo en la etapa embrionaria, sin embargo, en algunos casos estas variaciones suelen presentarse hasta la adolescencia como señala la doctora Luz María Moreno Tetlacuico quien es coordinadora del Programa de Estudios de Género y Salud del Departamento de Salud Pública de la Facultad de Medicina en la UNAM. Estas características intersexuales varían dependiendo de la persona y algunas pueden presentar características mínimas de ambos sexos.

Relaciones Sexuales

Otro de los sentidos que se le da a la palabra “sexo” es para referirse a las “relaciones sexuales” estas son cuando hombre y mujer o dos personas del mismo sexo mantienen contacto físico cercano y sienten un gran deseo sexual el uno del otro, es decir, se atraen tanto que al estar juntos la necesidad de estar físicamente cerca es inevitable y tanto tu cuerpo como el cuerpo de la otra persona presentan sensaciones corporales muy intensas. La relación sexual ocurre cuando ambas personas sienten esta atracción y deseo y quieren estar tan cerca que el pene se introduce dentro de la vagina y ella se amolda a la forma de pene; cuando esto sucede sin la protección de un método anticonceptivo —que más adelante se abordara este tema— se puede producir un embarazo, esto se debe a que cuando se mantienen relaciones sexuales los testículos producen una serie de células llamada “espermatozoides” que son expulsados en la eyaculación y por su parte la mujer cada 28 días, aproximadamente, expulsa un óvulo que es producido en uno de sus ovarios. Estas dos células al juntarse (óvulo y espermatozoide) se multiplican por dos, por cuatro, por ocho y así sucesivamente hasta crear un nuevo ser.

Es importante recalcar que tener relaciones sexuales no es exclusivamente para la concepción, sino que entra en juego el placer sexual y se puede tener cuando uno lo desee y siempre con el consentimiento de las dos personas.

Inicio de la vida sexual

Uno de los acontecimientos más relevantes en la vida del ser humano es el primer contacto sexual con otra persona, no solo porque inicia una forma nueva de relacionarse con otros sujetos, sino que además comienza su ciclo o edad reproductiva en donde puede decidir tener hijos o no tenerlos. Sin embargo, el hecho de iniciar nuestra vida sexual no solamente se reduce al ámbito reproductivo, el inicio de la vida sexual conlleva muchos más factores que sólo preservar la especie. Consiste en vivir la sexualidad de manera plena, conocer nuestro cuerpo y reconocer lo que nos agrada o no, es dar cuenta de que el acto sexual produce placer y satisfacción, que no es un acto sucio o promiscuo, que debe ser siempre consensuado, que a través del placer nos relacionamos emocionalmente con los demás y sobre todo que es

decisión de cada individuo tener sexo cuando se sienta preparado sin ninguna influencia o presión de por medio.

Lamentablemente en México aún la educación sexual no ha tenido mucho auge a pesar de que la estructura y el pensamiento sociales han ido evolucionando con el tiempo, en temas de sexualidad sigue existiendo cierta censura y por ende mucha desinformación alrededor del inicio de las relaciones sexuales; principalmente porque en el panorama actual del país, la tasa de embarazos adolescentes no ha cambiado mucho. Según datos de la CONAPO (2021), en México los jóvenes comienzan su vida sexual entre los 12 y 15 años, lo cual quiere decir que mujeres y hombres tienen su primer contacto sexual en una edad cada vez más temprana, entre nivel secundaria y preparatoria, muchos de ellos no tienen conocimiento del uso de los métodos anticonceptivos y las infecciones de transmisión sexual. También otro factor que interviene en el inicio temprano de la vida sexual es la presión social del grupo al que se pertenece, esto principalmente afecta a las mujeres ya que a través de otros mecanismos que no necesariamente incluyen violencia física, la mujer es obligada a tener relaciones sexuales sin que se desee, puede ser por medio del chantaje por parte de la pareja sentimental que se orille a cometer el acto sexual aparentemente consentido. Siguiendo la misma línea sobre el inicio de la vida sexual, un mito que permanece alrededor de este tema es la “virginidad”, este término es utilizado principalmente hacia las mujeres para “medir su valor y su pureza” ya que, al experimentar su primer acto sexual, el himen se rompe al tener una penetración por primera vez (sin embargo, esta membrana se puede romper al realizar otro tipo de actividades) y en ese momento es cuando la “virginidad se pierde”. En tiempos y contextos anteriores, inclusive en la época actual, las mujeres han sido siempre objeto de prejuicios al tener por primera vez el acto coital pues desde lo social, cultural y religioso se ha pensado que la mujer debe mantenerse casta hasta el momento de contraer matrimonio. Este pensamiento que se ha formado durante décadas se ha ido desechando poco a poco ya que conllevaba a poner una carga emocional y moral hacia las mujeres, con el paso del tiempo se ha ido desmitificando la idea de “ser virgen”, reafirmando más el hecho de que el valor de una mujer no se mide por su grado de pureza.

Por otro lado, también los hombres son orillados a iniciar su vida sexual de manera temprana por la presión social de otros hombres ya que en este caso el sexo es una forma de ejercer y

desarrollar su “masculinidad” y ser “más hombre”. Es por esta razón que es importante aclarar que la educación sexual es de suma importancia para que los niños y niñas decidan iniciar el acto coital a una edad más favorable, en donde tengan conocimiento de su cuerpo y su sexualidad.

¿De dónde vienen los bebés?

Este cuestionamiento es muy común en los niños y niñas, sobre todo cuando está por nacer un nuevo hermano o hermana es cuando más les despierta la curiosidad de saber acerca de la concepción. Dependiendo de la edad del infante, los padres suelen explicar de manera caricaturesca cómo vienen los bebés, dentro de las formas más comunes para expresar a los niños el embarazo se encuentra la vieja historia de la cigüeña que trae a los bebés en una canasta, o la de la abejita y la flor o también la de la semilla que se tragó mamá para que dentro de su panza creciera un bebé. Como anteriormente se mencionó estas explicaciones dependen mucho de la edad del niño o niña, sin embargo, siempre es importante esclarecerles la forma en la que en realidad una mujer queda embarazada y siempre llamando por su nombre a cada uno de los caracteres sexuales de hombre y de la mujer, ya que nombrarlos de otra manera, como se acostumbra aquí en México, se podría confundir al infante y tener cierta dificultad al reconocer su cuerpo y la diferencia de sexo.

Es por eso que a continuación daremos una breve explicación de cómo es que nacen los bebés y de dónde vienen. Como se explicó en párrafos anteriores, al tener relaciones sexuales sin protección se puede generar un embarazo, ya que, al eyacular dentro de la vagina de la mujer, los espermias, que son las células sexuales masculinas producidas en los testículos y que en cada descarga de semen contiene 15 millones de estas, viajan hasta el útero buscando fecundar el ovulo, célula sexual que corresponde a las mujeres; sin embargo, solo un espermia podrá realizar la fecundación. Cada una de estas células contiene 23 pares de cromosomas y al lograr la fecundación, es decir, la unión de estas dos células se formará una nueva, que se multiplicará por dos, después por cuatro, por ocho y así sucesivamente. Poco después de esta división celular, el ovulo fecundado se convertirá en blastocito, posteriormente en feto y poco a poco durante nueve meses se irán desarrollando sus órganos internos y externos. Como se puede observar, el bebé se irá desarrollando mes con mes, pero no solo esta ira cambiando; también las mujeres al momento de gestar a un bebé sufren cambios físicos y emocionales,

como, por ejemplo, el crecimiento de la panza, náuseas, vómitos, fatiga, antojos, pérdida de la menstruación, cambios de humor, entre otras.

Al pasar nueve meses aproximadamente el bebé estará listo para nacer. Primero se romperá la fuente, que es una bolsa de agua que protege al bebé, posteriormente la mujer experimentará contracciones, que son espasmos musculares en el útero que son las encargadas de empujar al bebé fuera del cuerpo de la mujer, el cérvix se irá dilatando hasta 10 centímetros, al alcanzar este punto de dilatación será momento en que en cada contracción la mujer deberá pujar para sacar al bebé por vía vaginal, esto se le conoce como parto natural. Finalmente, cuando el bebé nace se le corta el cordón umbilical, que es un conducto por donde se nutre el bebé durante la etapa de gestación.

Otra forma en la que nacen los bebés es por medio de una intervención quirúrgica, es decir, por cesárea. Esta se da cuando el cordón umbilical se encuentra enredado en el cuello del bebé o cuando el parto vaginal entraña un riesgo a la madre o al propio producto. La cesárea consiste administrar anestesia solo de la cintura para abajo para poder realizar una incisión en el abdomen, cortando capa por capa la piel hasta llegar al útero y extraer de esta forma al bebé. Después de la cirugía el tiempo de recuperación para una mujer es más lento que en el parto natural, ya que se necesitan cuidados especiales para que la herida del embarazo no se abra de nuevo, por eso se recomienda guardar reposo y no realizar ningún esfuerzo.

La Masturbación

Dentro del juego y el placer sexual se encuentra la masturbación, forma parte del autoerotismo, y la podemos definir como una forma de obtener placer sexual en solitario a través de la estimulación física en los genitales, es decir, es una práctica sexual en la que alguien se excita a sí mismo, no sólo tocándose, sino también a través de caricias, imaginar fantasías sexuales o el uso de objetos. Esta misma estimulación también puede recibirse de la pareja sexual. La masturbación suele iniciarse en la infancia o la adolescencia y puede darse en los dos sexos a lo largo de toda la vida.

Este acto debe ser visto como algo natural y normal, que se hace de manera voluntaria y consciente, explorando su sexualidad y descubriendo las formas de procurarse placer, de fantasear, conocer su propio ritmo, incluso explorar la propia sensibilidad. Lejos de constituir

un problema, es un elemento de autoaprendizaje sexual, sin embargo, si un individuo se siente culpable por el hecho de masturbarse, si esto le provoca algún conflicto, si se preocupa por las fantasías que acompañan a este acto, estos sentimientos negativos pueden quedar asociados con todas sus ideas y emociones sexuales, y esto, evidentemente, no puede ser bueno para su vida sexual. Si no existe ningún tipo de conflicto al realizar este acto debe ser visto como una oportunidad autodidacta para que niñas y niños puedan conocer su cuerpo y su propia sexualidad. En contraparte, si existe una constante masturbación y llega al punto de volverse una obsesión o adicción ya podría abordarse como un problema psiquiátrico y se debe acudir con un especialista.

Métodos anticonceptivos

Existen diferentes tipos de métodos anticonceptivos, los métodos naturales, los de barrera y los químicos u hormonales

Naturales: Los métodos naturales no se basan en ningún mecanismo físico o químico y sólo son utilizados para evitar embarazos no planificados como el método de la temperatura basal en el que se predice la ovulación a través de cambios en la temperatura corporal o el método del calendario, el cual consiste en contar los días del ciclo menstrual para evitar tener relaciones sexuales los días previos y posteriores a la ovulación.

Barrera: Los métodos de barrera se basan en el empleo de dispositivos y/o sustancias químicas que impiden que los espermatozoides penetren en el útero. Los más conocidos son el preservativo o condón masculino, el condón femenino, las pastillas anticonceptivas, el parche anticonceptivo, la anticoncepción hormonal inyectable, el Dispositivo Intrauterino de Cobre (DIU T Cu), el Dispositivo Intrauterino con Levonorgestrel, el implante hormonal subdérmico, la anticoncepción de emergencia o anticoncepción hormonal post coito (pastilla del día siguiente), la Oclusión Tubaria Bilateral (OTB) o Salpingoclasia, la vasectomía sin bisturí y el espermatocida.

Químicos: Los métodos químicos u hormonales inhiben la ovulación mediante el bloqueo de los estímulos que recibe el ovario para producir óvulos por medio de productos como lo son las píldoras, el implante subdérmico y el anillo vaginal.

Cabe resaltar que la eficacia de los métodos naturales es muy variable. Además de que el uso del preservativo/condón tiene un doble sentido: por un lado, sirven para controlar la natalidad al prevenir el embarazo; por el otro, se ha mostrado como el único medio eficaz para prevenir las enfermedades de transmisión sexual, cómo la sífilis, la gonorrea, el Sida, el herpes, etc. Así mismo, ningún método anticonceptivo tiene un 100% de eficacia, por lo que se debe de considerar antes de la relación sexual.

Infecciones de transmisión sexual (ITS) e infecciones

Las infecciones de transmisión sexual son un grupo de bacterias que se contagian durante las relaciones sexuales sin protección. Son causadas por virus, bacterias, hongos y otros gérmenes microscópicos. Una persona infectada puede seguir propagando la enfermedad sin saber que la tiene, si no presenta síntomas y la infección pasa desapercibida. Estas enfermedades las pueden presentar personas de cualquier edad y sexo, pero los adolescentes y adultos jóvenes son los que están en mayor riesgo.

Las ITS o infecciones de transmisión sexual más conocidas son: Tricomoniasis, clamidiasis, candidiasis o moniliasis vaginal, gonorrea o blenorragia, sífilis, chancro blanco, herpes, condilomatosis, hepatitis virales y VIH/SIDA. Se transmiten por contacto sexual sin protección con personas infectadas, por recibir transfusiones con sangre no segura o no certificada, por el uso de agujas contaminadas de personas infectadas, por medio de la placenta de la madre enferma, quien transmite al feto o al recién nacido la ITS se transmite a través de la lactancia materna de una madre enferma de VIH/SIDA. Si no se tratan a tiempo pueden ocasionar esterilidad, enfermedades crónicas e incluso la muerte.

El tratamiento de una ITS debe de ser otorgado y vigilado por un médico, y se atiende tanto al paciente como a su pareja sexual.

Capítulo 3: Violencia sexual

Tipificación de las transgresiones sexuales

Acoso Sexual: El acoso sexual consiste en que la persona que lo ejerce hacía la víctima tiene como finalidad las relaciones sexuales, mediante acciones indeseadas, favores sexuales e incluso puede ser acoso sexual vía oral con piropos, obscenidades, entre otras cosas relacionado con el acto sexual, la víctima puede ser una mujer, un hombre, una niña, un niño e incluso adolescente, y la persona acosadora puede ser del mismo sexo y género a la que acosa. El acoso sexual se puede dar tanto en la familia por parte de algún familiar, como en la escuela por parte de algún trabajador de la escuela, un profesor(a) y compañeros(as) de clases, sin olvidar que en el ámbito laboral puede llegar a ser una jefe(a) por la posición de poder en la que se encuentre, así mismo por parte de las personas que trabajan a su alrededor. El acosador(a) trata de llegar a su cometido por medio de chantajes, amenazas o estafas, para así engañar a la víctima y está acceda con más facilidad y permita el acoso sexual.

Abuso Sexual: Una de las problemáticas sociales que más aqueja a la población infantil en México es el abuso sexual. Se entiende por abuso sexual “a prácticas sexuales –que pueden ir desde tocamientos, exposición de los órganos sexuales y masturbación frente a un niño, niña o adolescente, hasta violaciones– impuestas por un adulto, independientemente de la forma en que se ejerza la coerción –violencia física, amenazas, abuso de confianza, entre otras–“(UNICEF,2018).

Asimismo, es considerado como abuso sexual la utilización de niños, niñas y adolescentes para la obtención de material pornográfico, tener contacto genital del adulto sin penetración, frotamiento de genitales contra el cuerpo del infante, penetración vaginal y anal con los dedos, obligar a los niños, niñas y adolescentes a tocar los genitales del abusador, acoso sexual en medios virtuales, entre otras. A partir de un estudio realizado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), en México se reportan cada año más de 4 millones y medio de casos de abuso sexual contra niños y niñas, dicho estudio señala que nuestro país encabeza el primer lugar en violencia sexual, pornografía y pederastia.

Por otro lado, el colectivo contra el maltrato y abuso sexual infantil afirma que solo 1 de cada 100 casos es denunciado y que los principales agresores se encuentran dentro del seno familiar de los cuales son: los padres biológicos, abuelos, tíos, primos, hermanos, etc. Es por esta razón que creemos importante poner sobre la mesa este tema ya que como adultos debemos enseñar a nuestros niños y niñas a cuidar su cuerpo y hacer hincapié de que nadie— ni siquiera sus familiares más cercanos— puede tocarlos sin su consentimiento y explicarles la diferencia entre una expresión de cariño y un tocamiento sexual.

Violación Sexual: La violación consiste en mantener relaciones sexuales con otra persona sin su consentimiento, no importa que sea un hombre, una mujer, una niña, un niño o adolescente, el acto de la violación es la penetración del pene o cualquier objeto que sea introducido sin consentimiento en la vagina, el ano y la boca. Se considera también violación cuando la persona se encuentra discapacitada físicamente, mentalmente o intoxicada por sustancias estupefacientes, mayormente las personas que realizan este acto son cercanas a las víctimas, principalmente son los familiares de la víctima que realizan este acto. Así como hay violación de hombre y mujeres mayores de 18 de años, también hay violaciones en menores de edad, esto es un delito sexual que este penado en casi todo el mundo, convirtiéndose así en un delito sexual de mucha importancia.

Estupro: Es la realización de una relación sexual cuando alguno de los implicados es mayor de edad, en México se considera la mayoría de edad a los 18 años, mientras que la otra persona implicada es menor de edad, Navarro define que “El estupro consiste básicamente en mantener un contacto sexual con una persona que todavía no ha alcanzado la mayoría de edad y recurriendo para ello a algún engaño o a una cierta manipulación psicológica del menor.” (2017) para así obtener una relación sexual concientizada y no forzada evitando así cargos legales, pero legalmente está penalizado este acto, por ser un abuso a un menor de edad.

Aunque también existe una excepción conocida como Romeo y Julieta recordemos que ellos tenían 17 y 14 años respectivamente, “se promulgó para proteger a los “amantes jóvenes” que están en una relación en la que uno tiene más de la edad de consentimiento y el otro es menor.” (González, s/f) y esa es la finalidad no castigar a los noviazgos jóvenes que están

explorando su sexualidad, siempre y cuando no exista un abuso sin consentimiento por parte del otro.

Transgresión de normas de comportamiento sexual.

Etapas del abuso sexual

Todo agresor se va a aprovechar de su figura adulta de autoridad para lograr el abuso. Como primera etapa del abuso sexual que lleva por nombre “la seducción”, el agresor se gana la confianza del infante y usará como método de manipulación juegos y actividades que, al niño, niña o adolescente le diviertan. Incluso si es un familiar cercano se ganará la confianza de los padres. Al haberse ganado la confianza del menor el agresor procederá gradualmente a realizar juegos sexuales y eróticos como besos, caricias, abrazos, tocamiento en los genitales y hará que la víctima de abuso vea como algo “normal” estas prácticas. Posteriormente, como tercera etapa, el abusador le pedirá al niño o niña víctima de abuso sexual a guardar el “secreto” o utilizará la amenaza y el engaño para que no se descubra el abuso.

Como cuarta etapa vendrá la divulgación por parte del niño, niña o adolescente víctima de abuso sexual, cuando esté decide enfrentar a su abusador porque simplemente no puede seguir más con esta violencia sexual o en menores casos porque existe un tercero que descubre dicho abuso. En esta cuarta etapa la divulgación no siempre ocurre, incluso hay víctimas que nunca denuncian esta agresión o bien deciden denunciar ya en la edad adulta.

Lamentablemente en México este delito contra las infancias se ha normalizado ya que en muchas ocasiones cuando los niños, niñas y adolescentes deciden alzar la voz y enfrentar a su agresor el propio entorno familiar pone en tela de juicio la confesión de la víctima e invalida su denuncia si el abusador en este caso es un familiar cercano ya que aún se cree que si proceden legalmente contra un familiar que ha cometido el delito de abuso sexual el vínculo familiar se verá “roto” o que la familia se va a “destruir”, culpabilizando al niño, niña o adolescente y responsabilizándolo por estos actos; por lo tanto la mayoría de las agresiones sexuales quedan impunes y el abusador libre e incluso cobijado por este entorno familiar.

Como sociedad y como adultos debemos de cambiar esa forma de pensar y creer siempre en la voz de los niños y las niñas, así como crear un lazo estrecho de confianza para que ellos tengan la libertad de comunicarse con nosotros y así eviten ser engañados por otros adultos.

Características principales de un agresor sexual

Como se ha mencionado antes, los agresores principales se encuentran en el seno familiar y estos ejercen su posición de autoridad para manipular y convencer a los infantes a mantener prácticas sexuales con ellos. Pero no solo los familiares pueden ser los que cometen este delito también los agresores sexuales pueden ser maestros, sacerdotes, algún conocido cercano a los padres o bien alguna persona extraña.

Si bien es cierto, no hay como tal un perfil específico de un abusador sexual, sin embargo, existen ciertas características similares de estas personas que cometen este delito, por ejemplo, la mayoría de los agresores sexuales pertenecen al género masculino y son adultos de entre 25 y 50 años, aunque la edad puede variar. Están en contacto directo con niños y niñas, es decir, buscan trabajo en un entorno donde exista mayor población infantil (en los casos de abuso extrafamiliar), en muchos casos no cuentan con antecedentes penales, tienen familia y al ser descubiertos normalmente no reconocen los hechos ni asumen la responsabilidad, o bien culpan al niño o niña por “provocarlo”.

También buscan que sus víctimas se encuentren en un estado de vulnerabilidad o sean niños y niñas con baja autoestima, individuos con discapacidades, con bajos recursos económicos o que vivan en un entorno familiar hostil.

Principales características de una víctima: Señales de alarma ¿Cómo detectar si una niña, niño o adolescente están sufriendo abuso sexual?

Como sociedad y como adultos al cuidado de los niños, niñas y adolescentes es importante estar siempre atentos ante cualquier señal de abuso sexual y estar al pendiente de los cambios de comportamiento repentinos de nuestros niños, niñas y adolescentes. Según el Protocolo para la Prevención de Abuso Sexual a Niños, Niñas y Adolescentes publicado en 2017 por el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia las principales señales de alerta ante una situación de abuso se dividen en dos: físicos y emocionales.

De entre los indicadores *físicos* se encuentran:

- Ropa interior manchada con sangre o rota
- Golpes
- Dolor en el área genital o desgarramiento
- Infecciones urinarias frecuentes
- Enuresis
- Olor extraño en el área genital
- Dificultad para caminar o sentarse
- Inflamación en los genitales
- Enfermedades de transmisión sexual
- Embarazo

Por otro lado, los indicadores *emocionales* más frecuentes son:

- Depresión
- Ansiedad
- Miedo a estar solo/sola
- Cambios repentinos de conducta
- Dificultad para asistir a clases
- Conductas agresivas
- Rechazo hacia los padres
- Comportamientos sexuales que no corresponden a su edad
- Excesivo interés en temas sexuales, es decir, hacer preguntas demasiado explícitas del coito.
- Regresión a una etapa anterior al desarrollo
- Intento de suicidio o suicidio consumado

El abuso sexual infantil es un evento traumático que afecta no solo de manera física sino también psicológicamente ya que las víctimas sufren un daño irreparable que afecta a sus emociones, incluso hasta llegar a atentar contra su vida. Por eso es importante el acompañamiento terapéutico a las víctimas de este delito sobre todo el pleno y total apoyo de su entorno familiar, así como la promoción de la denuncia para no dejar impune este acto.

¿Cómo prevenir el abuso sexual infantil?

La prevención ante el abuso sexual infantil es una tarea compleja pues esta exige que se involucren diversos sectores sociales como los padres y madres de familia, las instituciones educativas, profesionales al cuidado de los y las niñas y adolescentes, miembros de la comunidad, organizaciones civiles y privadas, es decir, como sociedad tenemos la responsabilidad de proteger y acompañar a los y las niñas para evitar que sigan existiendo casos de abuso sexual. Como principal actor de prevención se encuentra el entorno familiar, los padres y madres de familia deben brindarles a los y las niñas un entorno de amor, respeto, cuidado, confianza y sobre todo comunicación. Hablar acerca de los peligros a los que se enfrenta un niño, niña o adolescente es de suma importancia, hacerles saber que no todos los que se acercan a ellos tiene buenas intenciones y enseñarles a diferenciar entre una expresión de cariño y un contacto físico indebido o sexual.

También es importante que los niños, niñas y adolescentes conozcan su cuerpo, es de total relevancia enseñar a la población infantil el funcionamiento biológico del área de reproductiva del hombre y de la mujer, así como la higiene de estos; que sepan que existen zonas que solo ellos pueden tocar (como el pene, la vagina y el trasero) y que nadie, ni siquiera los padres ni los familiares cercanos pueden tocarlos. Enseñarles a los niños y niñas que existen secretos buenos y secretos malos y que siempre que un adulto tenga comportamientos inapropiados tenga la confianza y la libertad de hablarlo sin pena ni vergüenza.

Otro de los factores de prevención es estar al pendiente cuando los y las niñas se encuentran usando medios tecnológicos, el monitoreo de redes sociales, contactos de teléfono así como el historial de búsqueda de algún sitio web de internet es de gran relevancia ya que en esta era tecnológica muchas veces los niños son víctimas de abuso sexual por medio de estos entornos virtuales, siempre hay que estar al pendiente de sus aparatos electrónicos y supervisar constantemente con quien juegan en línea.

Capítulo 4: Normas de comportamiento sexual

En este apartado hacemos énfasis en la parte social de la sexualidad, es decir, las acciones que conllevan a una relación sexual, el por qué se siente atracción sexual, la importancia de generar un lazo con la otra persona, o bien, poner los términos de la relación antes de cada relación sexual ya que todo acto repercute en la otra persona

La responsabilidad afectiva

La idea o el concepto de este mismo surge a partir del cuestionamiento a las relaciones amorosas monógamas (que son estas parejas heterosexuales, que son fieles entre ellos mismos, negando la posibilidad de intimar o desarrollar una relación amorosa con otro ajeno a la relación) y que al mismo tiempo se va deconstruyendo la idea del amor romántico, que son todos aquellos mitos del amor que hemos escuchado alguna vez en nuestras vidas, como la media naranja, los polos opuestos se atraen, la exclusividad entre la pareja, entre otros más.

La responsabilidad afectiva consiste en hacernos cargo del otro, en el aspecto de las emociones del otro, su sentir del otro y de ser claros con nuestros sentimientos desde un principio. También es estar consciente de que todos nuestros actos tienen una consecuencia en el otro y debemos hacernos responsables de ellos, dado que en ocasiones estos tienen una repercusión de manera negativa en el otro, la responsabilidad afectiva está relacionada con la empatía y la comunicación entre ambas partes. El uso del término no solamente aplica con una pareja o varias parejas, sino también debe utilizarse con quienes hemos formado un vínculo ya sea de pareja o amistoso e incluso con quienes nos relacionamos diariamente en los diferentes ámbitos de la vida.

El ghosting es una acción que suele llevarse a cabo en las relaciones “puede definirse como la finalización unilateral de una relación afectiva sin avisar ni dar explicaciones. La persona que corta el vínculo, lo hace evitando afrontar la instancia de ruptura, simplemente bloquea todo contacto con la pareja.” (CALES, s/f) haciendo alusión a un fantasma dando paso al origen del término.

Si bien la responsabilidad afectiva es un tema del que se ha comenzado a poner en diálogo sobre la mesa, no es un término que haya aparecido en pleno siglo XXI y que ha tomado fuerza, sino que data de los años 80's en E.E.U.U. a través de los movimientos pacíficos poliamorosos de esa década.

Las emociones

Charles Darwin fue uno de los primeros en sugerir que los cambios fisiológicos causados por una emoción tuvieron un impacto directo en lugar de ser solo la consecuencia de esa emoción. Siguiendo con esta idea, William James propuso que, contrariamente a la creencia común, la conciencia de los cambios corporales activados por un estímulo es la emoción.

Las emociones son una serie de reacciones orgánicas que tiene un sujeto al responder a ciertos estímulos externos y que le permiten adaptarse a una situación. Para Freud estas contienen descargas de energía física y sentimientos y no son un evento mental, sino una impresión secundaria la cual no deriva de ninguna impresión original ya que la causa de las emociones no tiene nada que ver con la conciencia.

Hemos definido 5 emociones que consideramos son básicas en el sujeto y de las cuales se pueden derivar otras emociones:

- Alegría: se produce como respuesta a un suceso que percibimos como positivo.
- Miedo: sensación desagradable producida por un peligro real o imaginario.
- Ira: surge cuando se producen acciones que resultan repulsivas al sujeto.
- Asco: se genera cuando algo no es agradable para el sujeto.
- Tristeza: es causada por un decaimiento y se refleja mayormente en el llanto.

Es importante que el sujeto tenga inteligencia emocional para identificar y aceptar las emociones tanto propias como del otro, esto se puede identificar con el lenguaje no verbal, los gestos. Para poder llegar a este reconocimiento es fundamental que el sujeto reconozca su entorno e identifique que es lo que está ocasionando esa emoción, también se debe entender la situación como realmente está pasando y aceptarlo.

Orientación sexual

La orientación sexual está definida por el sexo, no el género, de las personas por las cuales sentimos interés, atracción física, emocional y sexualmente, también, se consideran las afiliaciones afectivo-erótica entre las personas. Es un aspecto de la identidad de un ser humano que integra la noción que tiene la persona de los atributos y los comportamientos que la caracterizan sexualmente, teniendo en cuenta el sexo por las cuales experimenta interés y atracción física, emocional o sexual.

Teóricamente se han definido estos cuatro tipos de orientaciones sexuales posibles:

Heterosexualidad: Describe a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido preferentemente hacia *personas del otro sexo*.

Homosexualidad: Corresponde a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido preferentemente *hacia individuos del mismo sexo*.

Bisexualidad: Se refiere a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está *dirigido tanto hacia hombres como hacia mujeres*. Las personas bisexuales tienden a interesarse por ambos sexos y a permanecer abiertas a una relación romántica y sexual tanto con hombres como con mujeres.

Asexualidad: Así es definido a las personas que no sienten atracción erótica hacia otras personas. Puede relacionarse afectiva y románticamente pero no implica, necesariamente, no tener libido, o no practicar sexo o no poder sentir excitación.

La dicotomía de la orientación sexual homosexual- orientación sexual heterosexual no existe en realidad y que algunos individuos en diferentes momentos de su historia personal pueden experimentar pequeños cambios en una dirección u otra.

La orientación sexual, en resumen, es el resultado de la compleja interacción entre factores biológicos, cognitivos y sociales. También su expresión involucra los siguientes aspectos, entre otros:

1. Atracción emocional.

2. Deseo sexual.
3. Fantasías sexuales.
4. Actividad sexual.
5. Estilo de vida.

Y para poder reconocer la propia orientación sexual, la persona debe de cuestionarse acerca del sexo de las personas:

- a. Involucradas en sus fantasías sexuales.
- b. Hacia quiénes experimentan atracción física o emocional.
- c. Qué activa su deseo sexual.
- d. Con quiénes participa en actividades sexuales.
- e. Con quienes establece relaciones románticas.

Sexualidad psicosocial: Desarrollo psicosexual de Freud

Es cierto que en su momento Sigmund Freud fue realmente criticado por las aportaciones psicoanalíticas que dio a conocer al mundo en su momento, eso no le impidió seguir con sus investigaciones sobre el sujeto y la psique. Una de sus aportaciones psicoanalíticas más importantes que realizó fue la teoría del desarrollo psicosexual en los niños durante los primeros años de vida del infante, pero ¿cómo fue que Freud logró esto? Para explicar esto revisaremos su artículo "*Tres ensayos de teoría sexual*" de 1905 y "*El sepultamiento del complejo de Edipo*" de 1924 en el cual Freud explica que la sexualidad en los niños está presente, pero no como en los adultos.

Es aquí cuando Freud logra separar la idea de genitalidad y sexual, mencionando que los seres humanos tenemos pulsiones y no como los animales que tiene instintos, la diferencia radica en que el instinto tiene que buscar un objeto en específico como la búsqueda de la comida, agua, seguridad etc. La pulsión no tiene un objeto o fin específico.

Fase Oral 0 a 2 años: "La primera etapa del desarrollo de la sexualidad del niño, centrada en la zona erógena comprendida por la cavidad oral, la boca y los labios se convierten en el medio para obtener placer y satisfacción. Desde que nace hasta que cumple 18 meses, el niño explora el mundo y conoce mediante actos tan simples como chupar, morder, comer.

Mediante estas experiencias asimila los aspectos placenteros y dolorosos de la existencia”. (Sigmund F. pág. 109)

Fase Anal 2 a 4 años: “Cuando las necesidades del niño cambian a causa de la evolución biológica y fisiológica, se inicia la fase anal. En esta etapa, comprendida entre los 18 y 36 meses, el niño debe aprender a controlar los esfínteres. El proceso dirige las pulsiones en pos de una meta, así como para encontrar alivio cuando el dolor despierta la frustración que causa la detención del mecanismo. El aprendizaje de esa tarea depende en gran medida de la educación y, en especial, de las reglas y prohibiciones que imponen los padres”. (Sigmund F. pág. 110).

Fase Fálica 3, 4 a 6 años: “El proceso de maduración de la personalidad continúa en la fase fálica, cuando, entre los tres y los cinco años, descubre los órganos genitales como fuente de sensaciones físicas agradables. El niño conoce su cuerpo tocando y mirando sus genitales, movido por pulsiones libidinales que buscan un modo de descargarse. En esta etapa el desarrollo de la personalidad gira principalmente alrededor de la presencia del pene, en los hombres, o de su ausencia, en las mujeres. Los niños y las niñas comienzan a reconocerse como sujetos distintos, ya que en ese momento comienzan a darse cambios fisiológicos y psicológicos de gran importancia y complejidad”. (Sigmund F. pág. 110)

Complejo de Edipo: Está basado en el relato del personaje de la mitología griega Edipo el cual está destinado a matar a su padre y desposar a su madre, lo cual al darse cuenta de que esto si se cumple, enloquece llegando al punto de quitarse la vista por lo que había cometido. Esto va de la mano con la amenaza de castración de los genitales por parte del padre y la madre hacia el niño y la niña respectivamente, ocasionando rivalidades y miedos en esta etapa, el sepultamiento de este complejo se logra con la formación del superyó. A pesar de estar en la misma etapa, el proceso es diferente tanto en la niña como en el niño.

Niño: Se desarrolla en el momento que el niño desarrolla un lazo afectivo con su madre llegando a la idea incestuosa por el amor que le tiene, pero el padre es el que le prohíbe que complete este acto, ocasionando que el niño lo vea como su rival, teniendo que competir contra él o en dado caso deshacerse de él. En el momento que el niño ve los genitales de su madre, hermana o alguna mujer aparece de inmediato el miedo a ser castrado por su padre,

este acto hace que olvide la idea de poseer a su madre y comienza a asemejarse con su rival (el padre) hasta el momento de identificarse con él sepultando este proceso. (Freud, 1924)

Niña: Se desarrolla cuando ella ve los genitales de su padre, su hermano o algún hombre, haciéndola pensar que sus genitales están muy pequeños y que posteriormente crecerán con el tiempo, ante la preocupación de ver que sus genitales no crecen la niña desarrolla el sentimiento de la envidia hacia el pene, aceptando su castración y culpa a su madre por el hecho de hacerla incompleta entrando al complejo edípico. Desarrollando el deseo de completar sus genitales con el de su padre mediante el proceso de tener un hijo de él. Con el paso del tiempo al ver que su clítoris no crece y que no puede obtener un hijo de su padre, abandona esta idea y comienza a asemejarse a su madre, para identificarse con ella. (Freud, 1924)

Fase de Latencia o Amnesia 6 a 12 años: La amnesia infantil es algo importante de mencionar ya que Freud aclara que “en la mayoría de los seres humanos cubre los primeros años de su infancia” este es dato importante, debido a que no se le da el interés que merece el niño y la niña en este lapso de tiempo, algo que no se debe perder de vista es que “casi siempre hacia el tercer o cuarto años de vida del niño su sexualidad se manifiesta ya de una forma claramente observable” (Freud, 1905, pág.41). Sin embargo, se desconoce del tema debido a la falta de información que se brinda a nivel social y cultural, “la amnesia infantil que convierte la infancia de cada individuo en un tiempo anterior, por así decir en una época prehistórica. Le oculta los comienzos de su propia vida sexual y es el responsable de que no se haya otorgado el valor que merece al periodo infantil en el desarrollo de la vida sexual” (Freud, 1905, pág.40). Es notorio el lapso de tiempo que dista a la época actual en la que vivimos, estamos en pleno siglo XXI y aún es un tabú el hablar sobre la sexualidad de los y las infantes. Se tiene que ir normalizando el mencionar este tipo de temas ya que si se tuviera en cuenta la importancia del significado de estos años en la vida de las y los niños se tendría una mejor información con respecto a ciertos fenómenos de la vida sexual.

Inhibiciones Sexuales: “Durante este periodo de latencia total o meramente parcial, se constituyen los poderes anímicos que más tarde se oponen a la pulsión sexual y se presentarán como inhibiciones en el camino de la pulsión sexual y angostarán su curso a la manera de unos diques. En el niño civilizado se tiene la impresión de que el establecimiento de esos

diques es obra de la educación y sin duda alguna ella contribuye en mucho. Pero en realidad este desarrollo está orgánicamente condicionado, fijado hereditariamente y llegado el caso puede producirse sin ninguna ayuda de la educación. Esta última se atiende por entero a la esfera de competencia que se la ha asignado cuando se limita a marchar tras lo prefijado orgánicamente, imprimiéndole un cuño algo más ordenado y profundo” (Freud, 1905, pág.41).

Fase Genital 12 años en adelante: Fase Genital: “El sujeto ahora adolescente, encuentra un cuerpo erotizado por que la pulsión libidinal identifica en los genitales ciertas zonas erógenas de donde brota el placer, de un modo similar a como ocurrió en la etapa fálica. La pubertad marca la transición de las fases pregenitales a la sexualidad adulta, marcada por la superación de las pulsiones libidinales parciales que se integran y organizan, así como la transformación del placer sexual, que pierde su connotación autoerótica para buscarlo fuera del núcleo familiar. El amor por uno mismo se transforma en amor por los otros. (Sigmund F. pág. 111). Esta etapa es de suma importancia para el desarrollo del sujeto debido que a partir de aquí su orientación sexual será definida y todo girara en torno al cómo vivió cada una de estas etapas, si él o la adolescente tienen una orientación sexual diferente a la “Heterosexual” se tiene que guiar de tal manera que se acepte y no se vean afectados por los posibles actos de discriminación hacia su persona.

Pubertad

Como ya hemos mencionado anteriormente estamos trabajando con niñas y niños entre 10 y 12 años, es por ello que creemos pertinente hacer hincapié en el tema de la pubertad ya que es el proceso por el cual están pasando, el objetivo principal es transmitirles la información de una manera adecuada, de esta forma se pretende que acepten mejor los cambios que les están aconteciendo.

Se considera inicio puberal normal a la aparición de telarquia entre los 8-13 años en las niñas y el aumento del tamaño testicular entre los 9-14 años en los niños.

La pubertad es un proceso de maduración biológica inscrito en los genes de nuestra especie. Por ello, el primer determinante del "estirón" adolescente es la herencia genética recibida de nuestros padres. Determinados índices de correlación entre padres e hijos, como la estatura

y la edad de aparición de la primera menstruación, dan cuenta de la influencia de la herencia en este proceso. Igualmente, la mayor precocidad en el sexo femenino en la aparición de los cambios puberales indicaría una determinación genética. Sin embargo, esta influencia no determina por completo los cambios que van a ocurrir, más bien establece un marco y unas tendencias generales que van a ser concretados por la acción de otros agentes biológicos y/o ambientales. (J. E. Adrián y E. Range, s/f) -El inicio de la pubertad es el resultado de la interacción de variables genéticas (70-80%) y factores reguladores -señales endógenas y ambientales- (20-30%) (Adolescere, 2017).

El primero de ellos (cambios) son las hormonas y el funcionamiento del sistema endocrino. Las hormonas son sustancias químicas secretadas por las glándulas endocrinas en el torrente sanguíneo y que tienen efectos de regulación sobre distintos órganos y funciones del organismo. El inicio de la pubertad viene determinado por un aumento significativo en los niveles de estas sustancias respecto a la infancia, influyendo de manera directa en una diversidad de cambios físicos. Centrándonos en las hormonas sexuales, los andrógenos y los estrógenos son los tipos principales de hormonas masculina y femenina, respectivamente (aunque ambas están presentes, en diferente concentración, en ambos sexos). La testosterona es un andrógeno cuyo aumento de su concentración en sangre determina en los chicos, entre otros, el desarrollo de los genitales externos, el aumento de estatura y el cambio de voz. Por su parte, el estradiol es un estrógeno que, de la misma manera, determina en las chicas el desarrollo de los senos, el útero, y cambios esqueléticos como el ensanchamiento de la pelvis.

El funcionamiento hormonal está determinado por el sistema endocrino, en el cual se produce una interacción retroalimentada negativamente entre estructuras y glándulas cerebrales (hipotálamo e hipófisis) con diferentes glándulas situadas en el resto del organismo (tiroides, suprarrenales, y sexuales) (J. E. Adrián y E. Rangel, s/f).

Equidad de género

Dentro de los temas que es importante abordar para tener un panorama más amplio y concientizar a los niños y niñas sobre diversos temas que también tienen que ver con la educación sexual integral es la equidad de género. Este tema es esencial que se aborde tanto en la familia como en la institución escolar para que se vaya dejando atrás la educación

patriarcal de la cual durante muchos años hemos estado acostumbrados y que va de generación en generación y también para ir desmitificando los estereotipos que la sociedad va imponiendo sobre el “deber ser” tanto de los hombres como de las mujeres.

Al hablar de estereotipos nos referimos a las creencias que tanto la sociedad como las instituciones (familia, religión, estado, cultura, costumbres) les adjudican a los hombres y mujeres, estas creencias o ideales pueden ser positivas y negativas; por lo tanto nosotros como individuos las asumimos o las asimilamos como válidas e intentamos alcanzarlas para poder encajar en los estándares de la sociedad, es por eso que hablar sobre equidad de género es también abordar y explicar qué son los estereotipos ya que en la actualidad estamos bombardeados de un sin fin de creencias de los que un hombre o una mujer deben ser, desde la ropa que deben vestir, las profesiones que deben ejercer, las creencias que deben tener, los físicos inalcanzables que día tras día vemos en las redes sociales donde tanto a hombres como mujeres nos atormentan pues poseer imperfecciones en el cuerpo es inaceptable y todo esto está al alcance de los y las niñas por eso es relevante romper con todas estas barreras que nos impiden tratar al otro como igual.

Recordemos que hablar de equidad de género es aludir al hecho de distribuir de manera justa los recursos y poder social, es brindarles un trato justo a hombres y mujeres por igual y que ambos tengan las mismas oportunidades, derechos, obligaciones. De esta manera si este tema se aborda desde temprana edad las infancias crecerán con menos desigualdad y se trataran con justicia, así podremos lograr una reconfiguración en la sociedad y una organización diferentes para que todos y todas reciban un trato justo y dejar atrás los estereotipos que a diario nos impone la sociedad.

Capítulo 5: Derechos del niño y la niña y derechos de la sexualidad (derechos del cuerpo)

Derechos del niño y la niña: Derechos de la sexualidad

Para la presente investigación creemos conveniente el abordar el tema de los derechos de las niñas, niños y adolescentes, debido a que tenemos que empezar a situarlos como ciudadanos, ya que actualmente hemos percibido que el poder del adulto centrismo cada vez es más grande y se deja sin voz ni voto a los y las niñas. Lo que pretende esta investigación aparte de aportar una herramienta para tener una mejor adquisición de conocimiento, es tomar en cuenta las voces de los infantes para saber sus dudas y de qué manera les gustaría aprender. Para este apartado creemos conveniente recurrir a los objetivos que demanda la ley general de derechos de niñas, niños y adolescentes, así como la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.

El derecho a la educación

Es importante hacer mención del artículo tres constitucional, ya que nos sirve como base para respaldar la información educativa que se les brindará a los niños y niñas con respecto a la educación sexual.

El derecho a la educación y al acceso a los servicios educativos a nivel federal se encuentran regulados por la Constitución, la Ley General de Educación (LGE), la Ley del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (LINEE), la Ley General del Servicio Profesional Docente (LGSPD) y la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA).

El artículo 3° de la Constitución señala que todo individuo tiene derecho a recibir educación. El Estado — la Federación, los estados (incluida la Ciudad de México) y los municipios — deben impartir educación preescolar, primaria, secundaria y media superior, que serán obligatorias y gratuitas y que tendrán entre sus objetivos desarrollar todas las facultades del ser humano.⁷⁶ Además de impartir la educación obligatoria, el Estado debe promover y atender todos los tipos y modalidades educativas,⁷⁷ incluida la educación inicial y la educación superior, apoyar la investigación científica y tecnológica y alentar el fortalecimiento y la difusión de la cultura.

En la reforma constitucional del sistema educativo del 2013 se hizo énfasis en la calidad, al señalar que los materiales y métodos educativos, la organización escolar, la infraestructura educativa y la idoneidad de los docentes y directivos aseguran el máximo logro de aprendizaje de los educandos, y que la calidad se basa en el mejoramiento constante y el máximo logro académico de los y las estudiantes.

La Ley General de Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA)

Publicada el 4 diciembre de 2014, tiene como objetivo garantizar que los derechos de niñas, niños y adolescentes sean cumplidos de forma integral. La LGDNNA, alineada con la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), reconoce al menos 20 derechos y 15 principios establecidos en esta última. Parte del reconocimiento de las niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos y de su condición de personas en desarrollo, de lo cual deriva la necesidad de establecer un régimen de protección especial a su favor, que deberán observar la familia, la comunidad y el Estado, con el objeto de que niñas, niños y adolescentes puedan efectivamente acceder a sus derechos.

Cartilla de derechos sexuales de Adolescentes y Jóvenes

Esta cartilla será utilizada con nuestros respectivos sujetos, entendemos que no son adolescentes sin embargo tomamos en consideración la cantidad de dudas y comentarios que nos fueron compartiendo a lo largo de la sesiones, por otro lado tenemos presente que la sociedad cambia constantemente, las generaciones actuales llevan un ritmo un poco más acelerado, incluso también creemos que los medios de comunicación tienden a influir de un a manera significativa en tipo de contenido que transmiten y por último no deberían de existir un rango de edad preciso para dar a conocer que cualquier acto hacia nuestra persona tiene que tener nuestro consentimiento.

La presente Cartilla de Derechos Sexuales está fundamentada en el marco jurídico mexicano vigente a la fecha de su publicación. Desde su primera edición en 2001, como resultado del “Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales” convocado por el Instituto Mexicano de la Juventud y que continuó con el impulso de la sociedad civil y el aval de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) para dar a conocer la importancia del reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos relacionados con la sexualidad de la

población juvenil del país, a la fecha, el avance que nuestro país ha experimentado en materia de derechos humanos ha sido sustancial.

La sexualidad es una dimensión central del ser humano que está presente en todas las etapas de la vida. El disfrute pleno de nuestra sexualidad y el placer son fundamentales para nuestra salud y bienestar físico, mental y social. Adolescentes y jóvenes gozamos de derechos sexuales, así como de las garantías para su protección, sin distinciones motivadas por nuestro origen étnico o nacional, género, edad, discapacidades, condición social, condiciones de salud, religión, opiniones, preferencia, orientación y expresión sexual, identidad de género, estado civil o cualquier otra circunstancia que atente contra la dignidad humana y tenga como objeto o resultado anular o menoscabar nuestros derechos y libertades, favoreciendo en todo momento la protección más amplia de nuestra persona.

El Estado tiene la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar nuestros derechos sexuales de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. Las políticas públicas diseñadas e implementadas por el Estado en materia de derechos sexuales deben regirse por un marco de laicidad, de modo que se fomente la autodeterminación de todas las personas y se atiendan las diversas necesidades y condiciones de vulnerabilidad social que enfrentamos adolescentes y jóvenes en cuanto al ejercicio de nuestra sexualidad, así como prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a estos derechos en los términos que la ley establece.

Derechos

- 1) Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y sexualidad.
- 2) Derecho a ejercer y disfrutar plenamente nuestra sexualidad.
- 3) Derecho a manifestar públicamente nuestros afectos.
- 4) Derecho a decidir libremente con quien o quienes relacionarse afectiva, erótica y socialmente.

- 5) Derecho a que se respete nuestra privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente nuestra información personal.
- 6) Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libres de violencia.
- 7) Derecho a decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva.
- 8) Derecho a la igualdad.
- 9) Derecho a vivir libre de discriminación.
- 10) Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
- 11) Derecho a la educación integral en sexualidad.
- 12) Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.
- 13) Derecho a la identidad sexual.
- 14) Derecho a la participación en las políticas sobre sexualidad y reproducción.

Estos derechos son de suma importancia para nosotros ya que, el principal objetivo de esta investigación es dar de una mejor manera información con respecto a la sexualidad ya que es parte de los derechos humanos. Por otro lado, los estudiantes tienen que aprender a generar conciencia y responsabilidad.

Capítulo 6: Metodología

Metodología de la investigación

Como parte del plan de estudios de la licenciatura en psicología de nuestra universidad, cada trimestre debemos aprender y aplicar diferentes técnicas metodológicas cualitativas que nos sirvan de apoyo para nuestros trabajos de investigación. Ante eso, al trabajar con un grupo de primaria, este trimestre nos apoyamos de la etnografía, lo que resultó ser un nuevo reto debido a las condiciones sociales de distanciamiento a las que estamos sujetos por de la pandemia de covid-19; por lo tanto, la etnografía y la netnografía (o etnografía virtual u *online*) fueron las herramientas metodológicas pertinentes para la realización – completamente virtual– del presente trabajo.

Estas metodologías de investigación son utilizadas –sobre todo– por antropólogos, pero no se cierran solamente a esa rama de las Ciencias Sociales, sino que pueden ser utilizadas por cualquier investigador que se enfoque en temas sociales. En primer lugar, la etnografía, la cual “[...] centra su interés en el estudio de las culturas individuales de manera descriptiva y no interpretativa” (Del Fresno, 2011, p. 51); es decir, la herramienta metodológica que sólo ayuda a describir el campo que se quiere investigar. No obstante, ésta no ayuda en la profundización o interpretación de un discurso grupal, como lo buscamos hacer en esta investigación. “la etnografía es tanto la mirada comprensiva y reflexiva a la diversidad social y cultural a la hora de describir las formas de sociabilidad humanas y, adicionalmente, el diseño de la investigación, la práctica del campo, la recogida y análisis de los datos empíricos y el proceso final del análisis y escritura realizado a esas formas sociales. En definitiva, la etnografía es entendida como proceso empírico y producto de conocimiento” (Del Fresno, 2011, p.51).

Ante esta necesidad de falta de profundización, utilizaremos la netnografía, es una nueva herramienta de investigación cualitativa, la cual tiene el objetivo de entender al campo en una modalidad virtual, esta “apunta una mayor eficacia para el estudio de culturas o comunidades online que se organicen y conformen alrededor de un elemento identitario común” (Del Fresno, 2011, p. 82).

En el caso de nuestra investigación nos centraremos en un grupo de primaria de sexto año, de alrededor de 30 a 45 niñas y niños, pero tiene en común dos factores importantes: 1.- Están entrando en la etapa genital y 2.- Ante la falta de información sobre educación sexual por parte de la escuela y los padres, no tiene noción sobre estos temas con claridad. “La investigación netnográfica es idónea para la investigación de grupos limitados de personas que compartan un objetivo, afinidad o necesidad como eje vertebrador de la conformación de una comunidad online” (Del Fresno, 2011, p. 82).

Abordaje metodológico

En este último año de la licenciatura haremos uso de ciertas herramientas metodológicas que hemos visto en el tronco de la carrera de psicología para el desarrollo del trabajo terminal, dichas herramientas serán, la entrevista grupal, el encuadre, la consulta o participación infantil, la observación participante, la descripción densa, mediante la modalidad virtual teniendo que adaptar las actividades a esta forma utilizando juegos, actividades virtuales, exposiciones y videos.

Entendemos que la herramienta de la entrevista grupal “es un recurso técnico del conjunto de instrumentos en que se apoya la metodología cualitativa” (Araujo y Fernández, 2002, p. 246). Es importante señalar que, por la pandemia actual, tuvimos que realizarlas por medio de la plataforma virtual *Google meet*, la cual ofrecen la realización de videoconferencias entre dos o más usuarios, permitiendo varias funciones como video, audio, grabación, entre otras funciones más. Permittiéndonos un acercamiento con las madres, padres o responsables del infante para conocer su contexto familiar con la pregunta ¿Ustedes como aprendieron sobre la educación sexual? Como lo mencionan Araujo y Fernández (2002), la entrevista grupal “Se trata de un medio de indagación que permite que uno o varios entrevistadores convoquen a un sujeto colectivo -el grupo- a producir un discurso susceptible de ser “leído” -es decir, escuchando, analizando, interpretando- de conformidad con un conjunto de referentes teóricos que derivan de una vertiente de la psicología social” (p.246). La entrevista grupal permite combinarse con otras herramientas de mayor o menor utilidad para la investigación cualitativa, debemos remarcar que el encuadre es una herramienta muy importante, siempre que hablemos de una entrevista para investigación el encuadre no debe ser olvidada por el entrevistador o coordinador, cuando hablamos de él “nos referimos al

conjunto de reglas que va a orientar el proceso de la entrevista” (Araujo y Fernández, 2002, p.248) y debe de ser explicado hacia el grupo. “El encuadre procura servir de contención y al ser enunciado por el entrevistador y acordado por el grupo” (Araujo y Fernández, 2002, p.251). En el encuadre explicamos los motivos de la realización de esta entrevista con los padres. Aclaremos que solo realizaremos una entrevista con los padres, para dar posterioridad a la consulta infantil con las niñas y niños.

El objetivo de realizar una participación infantil, sobre el tema de la educación sexual a nivel primaria, es que tanto las niñas y niños se involucren en el tema para poder escuchar sus dudas e intereses por el tema “Entendemos la participación como la posibilidad de formar parte y sentirse parte de un grupo, proyecto o acción, y para poder concretarlo es necesario construir una opinión que pueda ser emitida y que sea tomada en cuenta. [...] Consideramos, además, que la participación infantil es un derecho y un proceso educativo, y para que se desarrolle es necesario establecer mecanismos y espacios para que se lleve a cabo en los distintos ámbitos en donde se desenvuelven. La escuela es un contexto de desarrollo prioritario para las niñas y niños, es un espacio privilegiado de socialización.” (Ochoa, 2021) Con base en lo anterior surge la idea de desarrollar una propuesta de trabajo/cronograma de actividades sobre los temas abordados en la investigación o forma que sea entendible para las niñas y niños de 5to y 6to de primaria.

Usaremos videos, infografías, preguntas, entre otras actividades para la explicación de los temas abordados en la investigación para desarrollar la temática sobre la educación sexual integral haciendo énfasis en que esta es preventiva desde una perspectiva de equidad y respeto mutuo. El equipo está conformado por cuatro integrantes, tres mujeres y un hombre, cada integrante del equipo realizará la función de coordinador y observador a lo largo de las 10 sesiones, habrá dos coordinadores y dos observadores, nos iremos turnando para cada sesión de trabajo con los niños

La función del observador/a es utilizar la observación participante, como forma de recolección de datos ocurridos tanto en la entrevista grupal con los padres y las posteriores sesiones de trabajo con las niñas y niños. Denzin (1989) definiría a la observación participante como una estrategia para analizar al campo de investigación una vez estando en

él. Esta herramienta cualitativa nos permitirá describir las sesiones y lo que acontece en ellas mediante la descripción densa que propone Greetz.

Descripción del campo de investigación

El campo de investigación en el cual nosotros tuvimos que desarrollarnos por la pandemia de covid-19 y por el rechazo de dos escuelas tanta pública como privada, para la realización de nuestro taller de participación infantil sobre educación sexual integral, tuvo que ser mediante la convocatoria de un grupo voluntario, se realizó un cartel para la divulgación de este taller (el cual estará en los anexos) por medio de las aplicaciones de Facebook en publicaciones de perfil, grupos e historias, por Instagram mediante Insta Stories e incluso con Whatsapp que también tiene esta función de historias. En tan solo unas horas ya teníamos por lo menos a 15 madres, padres, hermanos, hermanas, etc; en que sus hijas, hijos, hermanos, hermanas tomaran este taller. Por lo que se les hizo la invitación para asistir a la primera sesión del taller la cual constaría de presentarnos con las madres, padres, niñas y niños formalmente al igual que a nuestro proyecto de investigación y el objetivo (para más información de lo que sucedió, pueden checar la relatoría número 1).

Tenemos muy en cuenta que las niñas y niños que forman este grupo no sé conocen de una forma física, pero en forma de rapport hicimos una pequeña platica amena antes de comenzar la sesión número 2, para conocer su día a día y entre ellos mismo se dieron cuenta que tiene gustos en común, puesto que todos ellos han visto las mismas películas, series y animes que están de moda.

El grupo que se formó consta 3 niños y 8 niñas den un rango de edad entre 10 a 12 años de edad actualmente se encuentran cursando 5to, 6to grado de primaria en el ciclo escolar 2020 - 2021, las sesiones de las actividades serán realizadas por las plataformas de videoconferencia de Google meet, dado que el acceso es más fácil para las niñas y niños puesto que toman clases en esta plataforma y ya están familiarizados con esta. El taller de educación sexual integral tiene programada 12 sesiones con temas relacionados a la sexualidad y el género.

Diseño del instrumento: “Cronograma de actividades”

Semana 1

Sesión: 1

Fecha: 13 de mayo del 2021

Coordinador: Gabriel González

Tema: Presentación del tema de investigación a los padres y madres familia

Duración: 1 hora

Actividad: Realización de una reunión con los padres de familia del grupo de niños y niñas que se interesaron en la convocatoria virtual del taller, en la sesión se hará la presentación del equipo de investigación y la investigación haciendo énfasis en la importancia de la educación sexual a temprana edad, incitando el diálogo abierto y con respeto con las siguientes preguntas ¿Cómo ustedes aprendieron educación sexual? ¿Qué es la educación sexual para ustedes? Teniendo como objetivo el consentimiento de los padres para realizar las siguientes sesiones con sus hijas e hijos.

Sesión: 2

Fecha: 18 de mayo del 2021

Tema: ¿Qué es la responsabilidad afectiva?

Herramienta: Secuencia didáctica y preguntas.

Coordinadora: Rebeca Melchor

Duración: 1 hora

Actividad: Mediante un video que consiste en un mini relato de duración de 6 a 10 minutos aproximadamente, en la cual conoceremos Yatzil conoce a un sapito que habla, llamado Ikal, con el cual genera una promesa a cambio de que lo ayude, pero ella no cumple en su

momento; se disculpa y generan un lazo de años, sin embargo, él no le cuenta nada de él a pesar de que ella le demostró que ella era una persona en la cual puede confiar. Le da un beso, se convierte en un príncipe y comienzan una relación amorosa. Posteriormente se harán las siguientes preguntas relacionadas con el tema para darle voz a los niños:

- ¿Por qué creen que Ikal quiso sacar el anillo del estanque?
- ¿Qué creen que pensó Ikal cuando Yatzil lo dejó afuera del templo?
- ¿Te ha pasado algo similar a lo que se mostró en el video?
- ¿Te has sentido desvalorizado o no escuchado por algún amigo o familiar?

Semana 2

Sesión: 3

Fecha: 20 de mayo del 2021

Tema: Las emociones

Herramienta: Exposición sobre las emociones básicas

Coordinadora: Sofía Carricart

Duración: 1 hora

Actividad:

Durante esta sesión hablaremos sobre las emociones del ser humano ¿cómo reconocerlas? ¿en dónde hemos aplicado estas emociones? ¿cuáles son? Con la finalidad de hacer reflexionar a los niños que todos los actos que hacen con otra persona (amigas, amigos, familiares, futuras parejas, etc.) llevan consigo emociones y que deben expresarlas y no reprimirlas, las emociones están ligadas con el tema anterior de la responsabilidad afectiva, dando paso a los siguientes temas que son las relaciones de pareja, métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual, etc.

Sesión: 4**Fecha:** 25 de mayo del 2021**Tema:** La pubertad**Herramienta:** Exposición, videos y juegos didácticos.**Coordinadores:** Aketzali Jiménez**Duración:** 1 hora

Actividad: Mediante un juego del ahorcado, las niñas y niños tendrán que adivinar el tema de la sesión de hoy antes de que se acabe de dibujar el cuerpo, posteriormente se dará la exposición sobre la definición de la pubertad, los cambios físicos y los biológicos, dónde a petición de las niñas y niños los coordinadores explicarán los cambios que ellos mismo sufrieron en su proceso de pubertad, para finalizar con dos cartulinas que ya tienen previamente dibujado la silueta de una niña y un niño, el grupo tendrá que identificar los procesos de la pubertad dibujándolos para formar el cuerpo de la niña y niño y el proceso de pubertad.

Semana 3**Sesión: 5****Fecha:** 25 de mayo del 2021**Tema:** Caracteres biológicos de la sexualidad.**Herramienta:** Exposición, Infografías y actividades virtuales**Coordinadores:** Gabriel Fernando**Duración:** 1 hora

Actividad: Mediante una exposición en la cual se utilizarán infografías e imágenes ilustrativas sobre los aparatos reproductores del hombre y la mujer, se hará énfasis en ¿cómo

funcionan? ¿Cuáles son? ¿para qué sirven? Comenzando con el aparato reproductor femenino interno y externo al igual que el aparato reproductor masculino interno y externo, el ciclo menstrual, recomendaciones para el cuidado de la zona genital. Para dar paso o entrada al tema de la siguiente sesión.

Finalizando con una actividad virtual en la cual las niñas y niños tendrán que ubicar el nombre de los aparatos reproductores femeninos y masculinos tanto exterior e interior.

Sesión: 6

Fecha: 01 de junio del 2021

Tema: Relaciones sexuales

Herramienta: Exposición y preguntas

Coordinador: Rebeca Melchor

Duración: 1 hora

Actividad: A través de una infografía ilustrativa acerca de lo que es el sexo se les explico a los niños los diferentes significados de esta palabra, tanto para describir los caracteres sexuales del hombre y de la mujer, así como explicar las relaciones sexuales. También se tocó el tema de la masturbación, el inicio de la vida sexual y se le dio respuesta a la pregunta de ¿cómo nacen los bebés?

En esta sesión se nos hizo pertinente saber de qué manera los padres y madres de familia tocan el tema de las relaciones sexuales y la concepción, y gracias la participación de los niños y niñas se pudo dar cuenta que existe poca información y poco esclarecimiento en torno a estos temas de índole sexual ya que tanto la familia como las instituciones educativas evitan hablar acerca de la sexualidad o muestran poco interés por explicarles a sus hijos(as) las dudas que tienen sobre estos temas.

Semana 4

Sesión: 7

Fecha: 03 de junio del 2021

Tema: Métodos anticonceptivos e infecciones de transmisión sexual

Herramienta: Exposición y juego de preguntas.

Coordinador: Sofía Carricart

Duración: 1 hora

Actividad: Por medio de una diapositiva con imágenes ilustrativas de los distintos métodos anticonceptivos e infecciones de transmisión sexual, se le explicaran a los niños y niñas la función de cada uno de estos, así como la causa y prevención de las infecciones.

Los métodos anticonceptivos que se tocarán son:

- Métodos anticonceptivos de barrera.
- Métodos anticonceptivos naturales.
- Métodos anticonceptivos químicos u hormonales.

Las infecciones de transmisión sexual de las cuales hablaremos son:

- VPH, VIH, Sífilis, Gonorrea, Herpes y Clamidia

Para concluir, se realizarán preguntas sobre el tema con base en una lista de preguntas, de la cual los niños y niñas deberán elegir un número del 1 al 20 y con esto el azar decidirá la pregunta. Las preguntas que realizaremos son

1. ¿Qué son los métodos anticonceptivos?
2. ¿Qué son los métodos anticonceptivos de barrera?
3. ¿Qué son los métodos anticonceptivos naturales?
4. ¿Qué son los métodos anticonceptivos químicos u hormonales?
5. ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos de barrera?
6. ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos naturales?
7. ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos químicos u hormonales?
8. ¿Cuál es el método anticonceptivo que protege tanto de embarazo como de ITS?

9. ¿Cuál es considerado el método anticonceptivo menos riesgoso?
10. ¿Qué métodos anticonceptivos no protegen de las ITS?
11. ¿Qué son las Infecciones de transmisión sexual?
12. Menciona ejemplos de ITS
13. ¿Qué métodos de higiene personal hay que tener para evitar la propagación de estas?
14. ¿A dónde debe acudir la mujer para que la revisen?
15. ¿A dónde debe acudir un hombre para que lo revisen?
16. ¿Qué hay que hacer si vemos algo diferente o extraño en nuestro cuerpo?
17. ¿Cuáles son las señales físicas para saber que tenemos una probable ITS?
18. ¿Cómo prevenir una ITS?
19. ¿Qué se recomienda hacer antes de iniciar la vida sexual?
20. ¿Además de la protección, qué más se requiere para evitar las ITS?

Semana 5

Sesión: 8

Fecha: 08 de junio del 2021

Tema: Orientación Sexual

Herramienta:

Coordinador: Sofía Carricart

Duración: 1 hora

Actividad: En esta sesión el tema a exponer era la orientación sexual, se comenzó por preguntar a los niños si conocían la definición de esto a lo cual no supieron claramente explicarlo, únicamente entendían que es atracción por diferentes géneros, para efectos explicativos y demostrativos se realizó una presentación en la cual colocamos imágenes de los tipos de orientación sexual que existen, la información que se les compartió fue la siguiente:

Se comenzó por explicar la diferencia entre sexo, género y orientación sexual

Sexo: Es lo biológico, el cómo nacemos, si nacemos con aparato reproductor femenino somos mujeres y si nacemos con aparato reproductor masculino somos hombres

Género: Es como nos identificamos nosotros, puede ser una mujer que me identifico como hombre o viceversa un hombre que te identificas como mujer

Orientación sexual: La orientación sexual está definida por el sexo, no el género, de las personas por las cuales sentimos interés, atracción física, emocional y sexualmente, también, se consideran las afiliaciones afectivo-erótica entre las personas. Es un aspecto de la identidad de un ser humano que integra la noción que tiene la persona de los atributos y los comportamientos que la caracterizan sexualmente, teniendo en cuenta el sexo por las cuales experimenta interés y atracción física, emocional o sexual. Teóricamente se han definido estos cuatro tipos orientaciones sexuales posibles:

Heterosexualidad: Describe a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido preferentemente hacia *personas del otro sexo*.

Homosexualidad: Corresponde a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido preferentemente *hacia individuos del mismo sexo*.

Bisexualidad: Se refiere a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está *dirigido tanto hacia hombres como hacia mujeres*. Las personas bisexuales tienden a interesarse por ambos sexos y a permanecer abiertas a una relación romántica y sexual tanto con hombres como con mujeres.

Asexualidad: Así es definido a las personas que no sienten atracción erótica hacia otras personas. Puede relacionarse afectivamente y románticamente pero no implica, necesariamente, no tener libido, o no practicar sexo o no poder sentir excitación.

Terminando la explicación realizamos una actividad en la que les preguntamos que harían si van por la calle y ven a dos mujeres besándose, a lo que respondieron que nada, ya que son una pareja y hay que respetar los gustos de cada uno, se les hizo la misma pregunta, pero en caso de dos hombres y la respuesta fue la misma, que sea el género que prefieras siempre hay que tener respeto. Otra pregunta que les hicimos fue que, si les atraía alguna mujer u hombre de alguna serie o caricatura, a lo que algunos nos respondieron que si les parecían atractivos ciertos personajes de su mismo género.

La sesión concluyó agradeciendo por apoyarnos y deseándoles una buena semana.

Semana 5

Sesión: 9

Fecha: 10 de junio del 2021

Tema: Equidad de género.

Herramienta: Exposición y diálogo con los niños y niñas

Coordinador: Rebeca Melchor

Duración: 1 hora

Actividad: Se realizó una dinámica en donde se ponían distintas situaciones y cuestionamientos (cierto o falso) acerca de los estereotipos de los hombres y las mujeres. Aquí los niños y las niñas nos compartieron su opinión respecto a esto y expresaron que tanto hombres como mujeres poseen los mismos derechos, oportunidades y obligaciones. Además para reforzar el tema se presentó un videoclip acerca de la equidad de género y se hicieron preguntas en torno a este.

- ¿Les parece justo que una mujer gane menos que un hombre realizando el mismo trabajo? ¿por qué?
- ¿Los chicos no deben llorar?
- ¿Creen que solo las niñas deben de ayudar en las actividades de la casa?
- ¿Cómo debe de ser una niña?
- ¿Cómo debe de ser un niño?
- ¿Crees que haya una profesión exclusivamente para mujeres?

Sesión: 10

Fecha: 14 de junio del 2021

Tema: Derechos de las y los niños

Herramienta: Exposición y debate

Coordinador: Aketzalli Jiménez

Duración: 1 hora

Actividad: Se presentó la información a través de diapositivas, se habló sobre la ley general de derechos de niñas, niños adolescentes, así como la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes, acoplamos la información para que los infantes identificaran con facilidad los derechos que tienen sobre su cuerpo y que todo lo que atente hacia ellos tiene que ser con su consentimiento, para finalizar les pedimos que nos dijeran que actividad querían realizar para reforzar lo aprendido.

Semana 6

Sesión: 11

Fecha: 17 de junio del 2021

Tema: Violencia sexual

Herramienta: Exposición del tema

Coordinador: Gabriel González

Duración: 1 hora

Actividad: En la 11va sesión se realizó la recapitulación de las sesiones pasadas con la intención de generar un conocimiento para cuidarse de la violencia sexual infantil

Se definió el acoso sexual, abuso sexual, violación y estupro, las etapas de un abuso, perfil de un/a agresor/a sexual (aclaramos que no hay un perfil específico, pero que un abuso sexual puede venir de cualquier persona) indicadores físicos y emocionales tras un abuso, dado que estos se han dejado de lado, recomendaciones para evitar el abuso sexual.

Una vez explicada toda esta información comenzamos con la actividad de la sesión, la cual corresponde al tema anteriormente expuesto, la actividad consiste el coordinador a cargo de la actividad mencionara algunas situaciones y el grupo como el equipo investigador tomarán

un plumón y tendrán que hacerse una raya/palito en la mano o brazo cuando se sientan identificados con las situaciones mencionadas, mientras se tienen la cámara apagada para así no saber cuáles fueron las situaciones por las que han pasado. Las situaciones que se mencionaron fueron 16 siendo estas:

1. A mí me han dicho que soy fea/feo.
2. Me han hecho enojar.
3. Yo he molestado a alguien.
4. Me han hecho bullying.
5. Me he peleado a golpes con mis amigos.
6. Me he sentido mal por los pleitos en casa.
7. He llorado de tristeza.
8. Yo me he burlado de alguien por su físico.
9. Se han burlado de mi físico.
10. Siento que algún extraño me ha seguido.
11. He visto un abuso en alguna serie.
12. Me siento identificado con algún personaje de una serie que fue abusado o bulleado.
13. Mis amigos/amigas me cuentan sus problemas.
14. No me siento a gusto con mi cuerpo por comentarios que he recibido.
15. Tengo algún familiar con el que no me siento a gusto con su presencia.
16. Me han tocado sin mi consentimiento.

Una vez terminada la actividad todos prendieron su cámara y mostramos el resultado de las rayas en nuestras manos, dado que cada uno fue mostrando su mano, con el motivo de concientizar que todos hemos pasado por violencia verbal, física, emocional y sexual.

Sesión: 12

Fecha: 21 de junio del 2021

Tema: Cierre

Herramienta: Circulo de convivencia

Coordinador: Sofía Carricart, Gabriel González, Aketzalli Jiménez y Rebeca Melchor

Duración: 1 hora y 20 minutos

Actividad: Con anticipación le pedimos a los niños que se disfrazarán o maquillaran de lo que les gustara. Esta sesión se dividió en 4 tiempos:

- 1.- Que las madres y padres le dijeran unas palabras a sus hijas e hijos.
- 2.- Mencionar virtudes entre compañeros del grupo e incluso al equipo investigador
- 3.- Espacio abierto para las madres y padres para expresar lo que pensaron sobre el taller.
- 4.- Espacio abierto para las niñas y niños para expresar lo que pensaron sobre el taller.

Una vez terminado el taller se procedió a entregar reconocimientos para cada integrante del grupo.

Capítulo 7: Análisis y reflexión final

Emociones: Me pongo triste y sentimental

Nuestra primera categoría se basa en las emociones y cómo estas van de la mano con la pubertad si bien es cierto que nuestro grupo de niñas y niños se encuentran entrando a la pubertad la mayoría aún no presentaban cambios físicos, pero eso no impedía que ya tuvieran un concepto de que sucede en esta etapa de la vida.

“Si, que son cambios lastimosamente” (...) “A mí me dijeron que es cuando empiezas a experimentar cambios con las personas y así”.

Aunque hay niñas y niños que ya comprenden este concepto sin incluso haberlo vivido ya tiene claramente el concepto de la pubertad:

“Es la etapa de nuestro cuerpo en la que recibimos muchos cambios” (...) “Se presentan cambios emocionalmente” (...) “en el chat nos comparten que la pubertad son cambios físicos y psicológicos que tenemos en algún momento”.

en esta etapa los cambios más notorios son los físicos, pero también hay muchos cambios psicológicos o emocionales que atraviesan al sujeto en su desarrollo como persona, todos los seres humanos e incluso los animales pasan por una maduración biológica, pero a diferencia de los animales también se encuentran los cambios psicológicos y emocionales los cuales fungen un papel importante en el desarrollo del sujeto dado que formará una personalidad con la cual saldrá al mundo para seguir desarrollándose psíquicamente.

Las emociones juegan un papel importante para el sujeto, Freud menciona que están llenas de descargas de energía física y sentimientos, están relacionadas con sucesos externos dónde se desarrolla el sujeto como lo es la casa, la escuela o algún otro lugar, no es necesario que tenga que ver con la conciencia del sujeto.

“je cuándo la niña presumida empieza a presumir sus cosas es como hay otra vez esa odiosa” (...) “también, yo también tengo una que odio en mi clase que ahí no como habla siempre quiero llamar la atención de hacerse la que se sabe todo”

Nosotros manejamos el tema de las emociones centrándonos en que cada persona es diferente y los gustos varían dependiendo de la subjetividad del sujeto, las desarrollamos en cinco emociones básicas:

La alegría se produce como respuesta a un suceso positivo para nosotros, nos da la libertad de seguir haciéndolo la acción que nos produzca alegría por la sensación de seguridad y confianza que nos brinda.

“cuando estás con la gente que amas” (...) “felicidad cuándo veo a la familia”(...)“alegría cuándo hablas con tus amigos”

Es muy cierto que tanto las niñas y niños expresaron su felicidad con el hecho de estar con sus familiares, pero también este otro aspecto de felicidad con objetos materiales o visuales:

“no sé si sea feliz, pero cuándo Jughead esta con Betty yo siento que son felices o igual cuándo esta, esta Archie con este, no Archie con esta Verónica también siento que son felices” (...) “Si, igual hay otra serie que se llama Umbrella Academy, qué es dónde 5 (five) está con lore es muy feliz, igual con su café”(...) “cuando te compran algo que tanto quisiste y te pones muy feliz” (...) “alegría cuando me compraron helado y yo estaba triste, no me acuerdo porque estaba triste entonces mi mamá me compró un helado y me puse feliz”.

El miedo es aquella sensación de escalofríos producida por un peligro real o imaginario lo cual puede tener como efectos secundarios el llanto por el miedo, parálisis e incluso podría llegar a desarrollar fobias. En el lo que expresaron las niñas y niños respecto al miedo real nos encontramos con el miedo al dolor físico

“cuando tu mamá te regaña” (...) “no, la peor es cuándo ves que tu mamá te va a regañar, pero trae su arma maestra, la chancla” (...) “miedo como cuándo casi me caigo del árbol, se siente un hoyo en la panza.”

Así como hay un miedo físico existe el emocional que está más relacionado a lo imaginario y el cuerpo lo expresa.

“cuando tienes mucho miedo de algo.” (...) “cuando tienes miedo, sí esa sensación de escalofríos que pasa por tu cuerpo y también pues ¿tienes miedo no?”

Incluso el miedo puede desarrollarse en fobias hacia experiencias o animales:

“Cuando me tiro de una tirolesa y veo para abajo me mucho vértigo y me da miedo” (...) “pone grupo miedo cuando veo arañas”.

Algo que debemos resaltar mucho es que existe el miedo a la vida e incluso muerte de familiares y por el COVID 19

“dice grupo cuándo sabes que tu abuela se va a morir” (...) “¿miedo? dice mía tristeza cuándo mi abuela que estuvo todo el tiempo conmigo, que cuándo se compró un celular me escribió primero a mí y después se murió se murió, lloré mucho y estoy triste” (...) “pone grupo miedo a reflexionar acerca de lo que suceda en la vida el propósito de tal y mi existencia.” (...) “me sentí triste cuando mi familia estuvo contagiada de covid porque sentí gacho”.

Si bien es cierto que la tristeza es causada por un suceso que nos pone sensibles y decaídos por lo general se ve reflejado el llanto, pero no siempre es así las niñas y niños definen la tristeza como

“Cuando estas triste, cuándo no te sientes bien, cuando estás triste”

Y pueden llegar a sentir tristeza al por situaciones de regaño y que no siempre las expresan con el llanto, pero sí con el cuerpo

“Cuando mi mamá me regaña... también puede ser cuando lloras porque algunos lo expresan a través de llorar no siempre lo demuestran si no lloran” (...)“o también lo demuestra una vez en su cara dice no y en su cara se nota lo triste que están entonces....”

Una de las cosas que las niñas y niños expresaron claramente es que no les importa llorar siempre y cuando sea en un espacio privado, dado que para ellos resulta incómodo llorar en un espacio público

“Fíjate que también a mí me da un poquito de pena que me vean llorar, usualmente siempre me contengo mis lágrimas y también soy como Gabo que llora así solo en espacios privados” (...) *“Yo también lloro” (...)* *“Yo también si lloro” (...)* *“yo también como Gabo, yo si lloro, pero en privado” (...)* *“Donde sea lloro no me da pena” (...)*
“tampoco me gusta que me estén preguntando que qué me pasó”

Nuestro grupo de niñas y niños ven el llanto como una forma de sacar lo que sentimos a través del llanto, sin importar el género de la persona, mencionan que todos tenemos derecho a expresarlo cuando sea necesario, llorar está bien visto para las niñas y niños.

“todos tenemos sentimientos y tenemos derecho a expresarlos ya sea tanto hombres como mujeres. Y el hecho de llorar no quiere decir que pierdan el valor de ser hombres” (...) *“yo por ejemplo pienso que (...) todos tienen derecho a expresar sus emociones y no porque un niño lllore o un hombre lllore quiere decir que sea débil” (...)* *“yo soy mujer, pero no me gusta llorar frente a todos.”*

Respecto con la emoción del desagrado podemos decir que esta se genera cuando algo ya sea una situación, un sabor u alguna otra cosa le causa al sujeto una sensación desagradable en su sentir físico o emocional.

“cuando alguien no te agrada.” (...) *“también puede ser la actitud de la gente” (...)* *“desagradan cuándo la maestra me pone cinco, todos sentimos desagrado” (...)* *“como el brócoli”*

El grupo de niñas y niños tiene muy claro lo que les desagrada e incluso a veces el hecho de sentirse de alguna forma les conflictúa

“No sé, porque a cada rato me siento mal por cualquier cosa, no se” (...) *“Si, me pasa todo el día, por ratitos largos”.*

Por último, pero no menos importante nos encontramos con la emoción del enojo o ira, esta surge cuando alguna acción física o verbal desencadena una liberación de energía que es vista de forma negativa expresarla ellos saben que son enojones

“Yo soy enojona” (...) *“Yo también soy muy enojona”*

En muchas ocasiones no es la forma correcta de expresarla hacia los demás

“Que una vez yo estaba en la escuela y yo... haga de cuenta que antes del recreo nos pusieron a trabajar mucho y yo estaba bien cansado y cuando me iba a tomar mi agua iba pasando un niño corriendo porque estaba jugando y no se dio cuenta me tiro mi agua y luego me enoje tanto que le empecé a decir de cosas y luego me ignoro y luego lo agarre de los pelos y lo jale”.

Estas circunstancias nos hacen darnos cuenta que las niñas y niños no saben manejar fácilmente la emoción de la ira o enojo, dado que no hay una persona que les enseñe una forma correcta de sacar el enojo que tienen guardado o que surge en ese momento.

“porque me dejo llevar por mis emociones entonces si me enoja tengo vomito verbal y crítico” (...) ***“Porque siempre me enoja si no se hacen las cosas como yo quiero” (...)***
“Cuando te enojas con alguien, pero tú tienes pensado que no va a pasar nada, pero al final lo que hiciste tiene consecuencias muy malas”

Lo que notan en su cuerpo con respecto al enojo es algo interesante.

“que te hace el corazón de piedra respecto al furia”

La recomendación que les hicimos es que sacaran el enojo ya sea de una forma artística o deportiva a lo que nos expresaron que la mayoría de ellas y ellos realizan actividad física.

“A mí me gusta la natación, el futbol nunca me ha gustado tanto” (...) ***“No nada en especial, a mí en lo personal no me gustan los deportes madamas digamos que el futbol “ (...)*** ***“Si, el boxeo y el futbol”***

Para este punto se estarán preguntando ¿cuál es la importancia de las emociones y la pubertad? ¿cómo es que se relacionan? ¿por qué hacemos énfasis en que las niñas y niños aprendan acerca de ellas? ¿por qué queremos que aprendan a expresarlas? Para el sujeto es importante que aprenda a identificar y aceptar las emociones propias y las emociones de otras personas que si bien no son expresadas verbalmente el cuerpo juega un papel importante a la hora de expresarlas. Todo esto tiene que ver con el tema de la responsabilidad afectiva.

Entonces ¿qué es la responsabilidad afectiva? Bueno está consiste en hacernos cargo de las emociones del otro, su sentir del otro y de ser claros con nuestros sentimientos desde un principio, en cualquier tipo de relación que formemos en la vida ya sea familiar, amistad o alguna otra, si bien las niñas y niños no tenían en claro el concepto de la responsabilidad afectiva si tenía una noción de esta.

“ah este que a mí me hace que la felicidad es algo que te gustaría recibir y te dar”

La categoría de tristeza está relacionada con el análisis *“F es la familia con la que haces cosas juntos”*

Una vez que escuchamos esto les explicamos que es muy importante expresar sus sentimientos hacia las personas, porque nadie en esta vida es psíquico o lee mentes para saber ¿qué es lo piensan y sienten con respecto a lo que viven día a día y en sus relaciones que tienen actualmente o que tendrán en un futuro cuando salga a la sociedad? ante esto el grupo de niñas y niños nos explicaron con sus propias palabras como habían entendido este concepto de la responsabilidad afectiva

“significa que a pesar de que tu hermana tenga un mal día te escuche y no sea grosera contigo” (...) ***“Todos tienen que tener un botón (...) de confianza” (...)*** ***“De toda esta clase me llevo una moraleja que a pesar de tus errores por ejemplo si tu cometes errores los tienes que aceptar sean buenos o sean malos”.***

Sexualidad: ¿Amor Prohibido?

En el presente análisis se dará voz a las opiniones de los niños y las niñas acerca de cómo es que perciben la sexualidad y cuáles son sus sentires acerca de este tema. En un principio se habló sobre lo que conlleva tener relaciones sexuales, en que consiste este acto, el consentimiento, la responsabilidad afectiva, la concepción, los métodos anticonceptivos, etc. y lo que nos llamó la atención es que aún se tiene cierta vergüenza por partes de los niños y niñas de abordar y hablar acerca de esto. Contrario a lo que sus padres nos expresaban en la primera sesión, existen algunas discrepancias en sus discursos ya que si bien estos están interesados en que sus hijos e hijas aprendan y se informen acerca de la sexualidad muy pocos son los que hablan de sexo con ellos. Lo cual nos lleva a pensar que si bien existe interés en

los adultos en que los niños y niñas aprendan de educación sexual estos como cabezas de familia no toman responsabilidad por entablar poco a poco conversaciones para una mejor orientación sobre dichos temas, prefieren que sea la institución educativa (o algún agente externo) la encargada de enseñar a los niños y niñas sobre la sexualidad, lo cual es muy entendible hasta cierto punto ya que el contexto en el que crecieron los padres y madres de familia era completamente distinto al de ahora pues hace unos años en la sociedad no era muy aceptado hablar de temas de sexualidad e inclusión con los infantes.

“mis papás nos regalaron a mi hermana y a mí un libro de sexualidad y lo leímos y el tema se nos habló como si nada, se nos habló con normalidad”

“me gusta el tema de sexualidad es interesante, pero me da risa y a la vez vergüenza hablar de esto”

“a mí me dijeron que era un tema super natural y que si queríamos tener relaciones sexuales les dijéramos para que lo habláramos más a fondo”

Por otro lado, a pesar de que la institución educativa poco a poco a incluido estos temas en su plan de estudio los y las niñas han expresado que en realidad solo se enfocan en la sexualidad como un tema meramente reproductivo y biológico ya que solo se enfocan en los sistemas reproductores masculino y femenino:

“en la escuela prácticamente no nos dicen qué es el sexo, nada más haga de cuenta que nos explican lo de las relaciones sexuales y hasta ahí”

Sin embargo, es relevante mencionar que los libros de la SEP han ido progresando en todo lo que atañe a la sexualidad e inclusión, ya que, en los libros de texto más actuales, los temas de diversidad sexual, responsabilidad afectiva, derechos sexuales entre otros más han sido incorporados en los planes de estudio a partir del 5to año de primaria. Lo que toca reflexionar ahora es sí los y las profesoras recibirán capacitación para dar dichos temas a los estudiantes o existirán por parte de ellos, y de los padres y madres de familia, resistencias que impiden abordar estos temas.

También dentro de las familias y la escuela se habla muy poco acerca de los métodos anticonceptivos y prevención del embarazo pues los niños y niñas nos expresaron que solo conocían el condón, las pastillas anticonceptivas y las del día siguiente. Recordemos que el pasado 26 de septiembre se celebró el día de la prevención del embarazo adolescente y cabe destacar que en México según datos del Consejo Nacional de Población (CONAPO) *en el año 2020 se registraron 373 mil 661 nacimientos de madres menores de 18 años, de los cuales 8 mil 876 son de niñas entre los 12 y 14 años* (ONU, 2021). Por esta razón es necesario reforzar e implementar en agenda educativa un programa de educación sexual integral para que los y las niñas estén más informados sobre el uso de los métodos anticonceptivos así como también promover y dar a conocer los derechos sexuales y reproductivos de los infantes y adolescentes. También es necesario que este tema se aborde dentro del entorno familiar de manera natural, esto con el fin de construir un vínculo de confianza en donde los y las niñas puedan comunicar sus inquietudes y dudas acerca del uso de métodos anticonceptivos y puedan vivir su sexualidad de manera libre y sin violencia. Además de esclarecerles que no solo se utilizan para prevenir embarazos no deseados, sino que son útiles para evitar infecciones de transmisión sexual.

“a mí mis papás como me lo dijeron fue que literalmente había varias maneras, las únicas que a mí me explicaron fueron el condón y los parches ya cuando crecí un poco más me explicaron lo de las pastillas, las pastillas del día siguiente y nada más, eso fue lo que me explicaron y durante fui creciendo fui investigando los demás”

“pienso que los métodos anticonceptivos hay más de mujeres porque como en las mujeres es donde se desarrollan las hormonas y los espermatozoides por ahí pasan pues es ahí en donde se necesitan más para que no se produzca un embarazo”

“en mi caso mis papás no suelen hablar de métodos anticonceptivos conmigo”

Sobre la concepción o el embarazo aún se les explica de manera caricaturesca de donde nacen los bebés y todavía hay ciertas resistencias para nombrar a los órganos sexuales por el término correcto. Recordemos que es importante abordar todos estos temas con los y las niñas de

manera clara, explicar y nombrar de forma correcta las partes del cuerpo y hacer conscientes a los infantes que los genitales forman parte de un todo, de un cuerpo, y que son tan importantes como cualquier otra parte del cuerpo humano. Todo esto es relevante para prevenir el abuso sexual y sobre todo que los y las niñas sepan que los genitales no son “zonas prohibidas o que no existen” sino que den cuenta de ellas y puedan aprender a cuidarlas y brindarles la higiene que necesitan. Recordemos que al nombrar cada parte del cuerpo los y las niñas dan cuenta de su corporalidad, de no hacerlo y usar otros nombres para referirnos a los genitales puede traer confusión al igual que explicarles de manera fantasiosa de dónde vienen los bebés ya que pueden sentirse engañados y se darán a la tarea de buscar en otro tipo de fuentes las respuestas a estos cuestionamientos y debido a en la actualidad tenemos acceso ilimitado de información, se podrían encontrar con portales o páginas que aún no están acorde a su edad (pornografía) y tener una idea falsa de la concepción y las relaciones sexuales.

“mi mamá me dijo que los bebés venían de las estrellas”

“a mí mis padres me decían que venían las cigüeñas a dejar bebés”

“a mí cuando estaba chiquita me decían que caían del cielo”

“Yo siempre que va a nacer un bebé, siempre me pregunto si dolerá mucho”

Otro tema relevante que las y los niños nos expresaron fueron sus planes a futuro y la percepción sobre tener hijos. La mayoría de estos deseaban ser padres y madres a una edad más adulta cuando terminaran su carrera o tuvieran estabilidad económica. Sin embargo, el discurso de las niñas se ha ido transformando y evoluciona a través del tiempo pues en algunos casos, la idea de tener hijos no está dentro de sus planes debido a que piensan que es una responsabilidad muy grande convertirse en mamás y que para esto también es necesario desear la maternidad y estar de acuerdo con la pareja para decir embarazarse y estar ambos presentes en la educación y crecimiento del bebé.

Dentro de sus objetivos a futuro se encuentra ser profesionistas, ganar dinero, viajar y ser completamente independientes sin la necesidad de casarse o depender de un hombre:

“Yo no quiero tener hijos porque yo quiero ser criminóloga, abogada y actriz y o sea si yo quiero estudiar esas carreras no podría tener el tiempo en específico para darles la atención que ellos necesitan, por eso yo les he dicho a mis hermanos que en vez de que yo no tenga hijos está bien pero que quiero ser la madrina de uno de sus hijos. Yo quiero ser la tía millonaria y soltera”

“No quiero tener hijos es algo inútil, es un acto egoísta del ser humano solo para tener un legado, es algo egocéntrico y además porque no soy clara en mis decisiones, normalmente cuando tomo decisiones a futuro siempre soy insegura o tomo duda.”

Desde una mirada diferente las niñas también nos expresaron que el traer hijos al mundo es un acto egoísta y cuestionaron a los y las niñas que sí deseaban tener hijos el porqué de esta decisión. Es así como nos podemos dar cuenta que ha ido despertando en las niñas un discurso diferente al que tradicionalmente estábamos acostumbrados en donde a las mujeres se les asignaban tareas del hogar y crianza, una educación la cual las mujeres aspiraban a casarse y tener hijos dejando de lado el ámbito profesional.

Como se ha podido apreciar a lo largo de este análisis aún queda mucho camino por recorrer y muchos temas que abordar con los niños y niñas en torno a la sexualidad y a la educación sexual. Se ha visto que aun como padres y madres de familia y como institución educativa existen resistencias y tabúes al hablar sobre sexualidad, pero quizá en algunos años la forma en que educamos a las infancias cambie poco a poco.

Los que se busca a través de la educación sexual integral es que los y las niñas reciban la información adecuada y oportuna para que vivan una sexualidad sana y satisfactoria, que tengan la capacidad de decidir sobre su propio cuerpo, se sientan libres de expresar sus sentires y exista una mejor comunicación entre padres e hijos.

Familia: F es la familia con la que haces cosas juntos

En esta categoría los niños y niñas nos hablaron sobre cómo es su familia, cómo se relacionan y la importancia que para ellos representa este concepto. En la primera sesión hablamos con los padres sobre cómo ellos aprendieron sexualidad por parte de sus padres, a lo que la mayoría concordó que fue durante la secundaria, esta enseñanza consistía únicamente en

hablar de los órganos sexuales. Fue hasta la preparatoria y universidad, que de forma autónoma o platicando con amigos y conocidos expandieron este conocimiento sobre sexualidad, pero que sus padres ya no les tocaban el tema. También se habló de cómo le están enseñando a sus hijos temas de sexualidad, a lo que algunos comentaron que no se sienten cómodos o preparados para hablar de estos temas y que hasta ellos mismos llegan a confundirlos más.

Esto nos da a entender que los padres no están completamente preparados tanto para explicar estos temas, como para entender que sus hijos están listos para recibirlos y que ya estamos en el siglo XXI, ya no estamos en esos años en los que era muy difícil tocar estos temas y que únicamente iba en función de las mujeres, en forma de regaño o acusación para no terminar embarazadas a temprana edad

“Mi mamá me hablaba de los órganos sexuales y los métodos anticonceptivos, pero era así sin tacto, como regañandome”

Posteriormente en la sesión de responsabilidad afectiva los niños y niñas hablaron sobre cómo ellos intentan comunicarse con sus padres o personas mayores, como hermanos y primos, y estos no les prestan atención porque son pequeños y no creen que su pensar o sentir tenga tanta importancia a esa edad, esto es de suma importancia ya que si una persona habla, en este caso el niño o niña, pero la otra persona no lo escucha, entonces realmente no se está teniendo una comunicación, pues para esto se requiere un receptor y no hablamos solo de escuchar, si no de entender lo que la otra persona trata de decirnos y ser empáticos ante su sentir y pensar.

“Yo a veces ignoro a mi hermana y supongo que siente tristeza porque se va a su cama y hace la lloración”

“Yo luego les quiero contar cosas a mis papás y me ignoran y ellos siguen hablando de sus cosas de adultos”

“Mis abuelos me ignoran, solo me escuchan cuando les conviene pero ya me acostumbre”

“Mis papás luego están callados y yo quiero hablar y luego no me ponen atención”

En la sesión sobre las emociones hablamos sobre la furia, la tristeza, la alegría, el temor y el desagrado y les pedimos que nos dijeran lo primero que se les viniera a la cabeza al pensar en cada emoción, la mayoría del grupo su primer comentario fue algo con respecto a su familia. En este análisis nos enfocaremos en la emoción de la tristeza, ya que muchos alumnos coincidieron en que los hace sentir mal el ser ignorados por sus seres queridos.

Tristeza:

“Cuando mi mamá me regaña”

“Cuando mi abuelita falleció”

“Una vez estaba triste, no me acuerdo porque, pero mi mamá y papá me compraron un helado y me puse feliz”

“Cuando mi familia se contagió de COVID sentí gacho”

“Cuando les hablo a mis papás y me ignoran”

Esta sesión va muy ligada a la pasada ya que los niños entienden sus emociones y logran identificarlas, pero al querer externarlas no son escuchados, esto genera un conflicto emocional ya que hay padres que también hacen comentarios como “no llores” “no es para tanto” “no exageres” y esto provoca que los niños y niñas ya no quieran externar sus emociones, a la larga esto puede generar repercusiones.

Resulta contradictorio el enseñarles a los niños y niñas a respetar a otros y a entender lo que el otro siente para no hacerle daño, cuando nosotros como adultos no hacemos lo mismo con ellos.

En una siguiente sesión en la que abordamos el tema de equidad de género, hablamos de cómo en muchas familias las responsabilidades del hogar son de la madre o en general de las mujeres, ya sean hijas o primas, a lo que los niños y niñas nos dijeron que ellos nos estaban de acuerdo con esto ya que en sus casas ellos *ayudaban* a sus madres

“Mis tías siempre nos enseñaron que todo debe ser por igual”

“Mi hermano no hace limpieza en la casa y yo si ayudo a mi mamá a hacerla, pero llegamos a un acuerdo en el que yo limpiaba y él iba a comprar todo lo que mi mamá necesitara”

“A mi papá no le gusta hacer el quehacer”

“Mi papá le ayuda a mi mamá a lavar trastes”

“Yo le ayudo a mi mamá a lavar los trastes”

Este discurso que nos brindó el grupo nos parece muy interesante de analizar ya que a primera vista ellos afirman que en su casa no hay machismo si no equidad, pero al revisar el trasfondo de sus comentarios todos utilizan la palabra “ayudar a mamá” asumiendo así que la responsabilidad de las tareas del hogar es únicamente de la madre y ellos sólo aligeran esta responsabilidad. Es de suma importancia que a temprana edad se enseñen estos temas de equidad y género para que poco a poco este discurso machista se vaya deconstruyendo.

En la penúltima sesión que fue sobre el abuso sexual les explicamos los tipos que hay al igual que los indicadores para reconocerlas, estos los dividimos en dos:

Indicadores emocionales: depresión, ansiedad, miedo a estar solos, cambios de conducta, conductas agresivas, rechazo a los padres interés repentino en temas sexuales

Indicadores físicos: ropa interior manchada, golpes, dolor en área genital e infecciones.

Nos parece importante describir lo que dijimos en la sesión ya que a los niños y niñas les interesó mucho la explicación sobre estos indicadores porque ellos no tenían conocimiento de que las víctimas pasaran por estas situaciones al ser abusadas o abusados sexualmente, esto nos podría indicar que, al desconocer los indicadores que existen, un niño o niña podría no saber que sufrió un abuso sexual, ya que para ellos es considerado abuso sólo hasta que se penetra con el aparato reproductor masculino.

Consideramos de suma gravedad que esto se piense, porque al no existir mucha comunicación, como anteriormente vimos, entre padres e hijos, se puede llegar a normalizar este tipo de abusos, restándole importancia a la situación y creyendo así que no es importante platicar con algún mayor.

Estos abusos podrían llegar a propiciarse, por el desinterés de los padres, ya que es más sencillo darles una tablet o teléfono para que se distraigan y muchas veces esto es sin supervisión, ocasionando el uso de redes sociales ilimitadas, en las cuales niños y niñas pueden ponerse en contacto con cualquier persona del mundo exterior y estos pueden llegar a aprovecharse de los menores, desconociendo estos el interés real del sujeto del otro lado de la pantalla, para evitar todas estas cuestiones, es importante que los padres o tutores se involucren con los niños y niñas, tengan una vigilancia constante en sus equipos electrónicos y redes sociales, pero sobre todo les enseñen a poner límites al igual que la diferenciación del contacto físico.

Como conclusión de este análisis es importante que los padres se involucren mucho con los hijos desde muy temprana edad, validando sus emociones, escuchando sus comentarios y propuestas, platicando temas sexuales sin delegar esta responsabilidad, entendemos que todavía existan ciertas barreras ante estas propuestas, pero esperamos que en un futuro no tan lejano, estos tabús desaparezcan y exista la apertura para hablar de todo esto.

Aprendizaje, confianza y amistad: Yo soy tu amigo fiel

En la presente categoría se analizará la importancia de la institución educativa y los vínculos de amistad, ambas cuestiones son fundamentales, ya que como lo mencionamos en nuestro planteamiento del problema una de las principales dificultades que estamos pasando hoy en día es el encierro debido al virus SARS-CoV-2. La institución educativa ahí sigue, pero los vínculos que se formaban en ella de manera presencial ya no, ahora todo es a través de una pantalla y la socialización se está perdiendo, no se sabe si los alumnos realmente están ahí, ya que ahora pueden estar y no solo con un “click”.

Por un lado, podemos percibir que las niñas y los niños se preocupan demasiado por la calificación que se les asigna, incluso cuando hablamos de emociones asociaron de manera inmediata la felicidad y el desagrado y la tristeza con las calificaciones:

“alegría cuándo obtenemos buenas calificaciones”

“cuándo no hay tarea sientes felicidad”

“desagradan cuándo la maestra me pone cinco”

“tristeza cuando sacas malas calificaciones”

Pero no solo es eso, por muchos años se ha invisibilizado a las niñas y niños, su voz poco a poco la han ido dejando de lado, en una de nuestras actividades les preguntamos “Cómo se sentirían si les preguntaran en la escuela ¿Qué actividad proponen para reforzar lo aprendido? A lo que respondieron:

“No sabría que responder”

“Me sentiría rara”

“No sobria que decir porque no estoy acostumbrada a que me pregunten que quiero hacer”

“Lo que necesitamos frente a un cargado de inquietudes que quieren ser escuchadas es un adulto que sabe multiplicar sus oídos para escuchar lo que un niño dice con palabras, con sus silencios, gestos o miradas... un adulto generoso” (Barreno y Lizarro como se citó en Yolanda Corona, F. Gáal, J. Hernández, A. Marrone. 2006) El tema de la sexualidad es complejo, sin embargo, es el que está más lleno de dudas e inquietudes por parte de los niños y las niñas. Conforme va pasando el tiempo las generaciones van cambiando, las perceptivas y las formas de aprendizaje de igual manera, pero el tema que parece no progresar de la misma manera es el que concierne a la educación sexual, el docente funge un papel muy importante en la adquisición de aprendizaje de los infantes, ya que es un guía, tal vez los libros de texto vayan teniendo una serie de modificaciones conforme algunos temas vayan saliendo a la luz, pero de nada sirve que los libros de texto se vuelvan a modificar año con año, si el o la docente saltan el tema solo porque “creen” que no es apropiado o simplemente porque es un tema que les causa incomodidad. Es por ello que se debe promover más la participación infantil, para poder así construir otra relación con los niños (Jaime Jesús Pérez, 1994 como se citó en Yolanda Corona, F. Gáal, J. Hernández, A. Marrone. 2006), si se abriera el diálogo de una manera natural y sin prejuicios el docente podría escuchar las dudas que las niñas y los niños tienen y de cierto modo facilitaría la enseñanza de los temas que conciernen a la educación sexual. Los niños al ser escuchados se sienten muy bien ya que se le hace notar que su voz realmente importa, debemos de soltar la idea de que los niños no entienden, porque realmente su manera de pensar va más allá del horizonte.

“En la escuela casi no abordan estos temas, sin embargo me agradaba la manera en que el equipo de investigación exponía todos estos temas acerca de la sexualidad”

“soy nueva en mi escuela y me da pena y aquí es más como para opinar y hablar”

Antes de continuar es importante recordar que el grupo de niñas y niños con el que trabajamos pertenecen a diferentes escuelas, sin embargo, la mayoría compartió que el tema de sexualidad casi no lo abordan en casa y en la escuela solo lo “básico”. Tenemos que tomar en cuenta que, si era difícil hablar de educación sexual de manera presencial, ahora con la modalidad en línea es aún más complicado.

Es importante hablar de socialización ya que “la socialización es un proceso en el cual un niño o niña adopta elementos socioculturales de su entorno y los integra a su personalidad para desarrollarse en la sociedad; es fundamental fomentarse en la niñez y adolescencia, precisó” (UNAM,2021) Sin embargo este proceso actualmente se está perdiendo, sin embargo la importancia que tienen es fundamental, las niñas y los niños expresaron una serie de comentarios respecto a lo que es para ellos y ellas ser amigos y como se sienten con sus amistades:

“Apoyar al otro, apoyar a la persona y escuchar”

“Buenos amigos significa ser vas a ser solidario con el otro y siempre van a ser los uno para el otro juntos en lo que se necesiten”

“alegría cuando hablas con tus amigos”

“Apoyarlo en las buenas y en las malas”

Hablar de la importancia de la amistad es fundamental ya que los niños y las niñas en sus discursos logran expresar la importancia que para ellos y ellas tienen sus amistades, la escuela no solo es una institución de aprendizaje, también es un punto de socialización fundamental. Los infantes en ocasiones pueden llegar a platicar con sus amistades de ciertos temas que no hablan en casa y mucho menos en la escuela, el tener un amigo a quien le cuenten sus cosas les ayuda a despejarse un poco, pero con la situación actual eso se está perdiendo y lo que se está ganando es el aumento de violencia infantil en México, Actualmente México ocupa el segundo lugar en violencia infantil (UNICEF), realmente es alarmante, los padres de familia no tienen la formación adecuada para enseñarles a sus hijos los temas escolares de la mejor manera y recurren a la violencia, “La violencia provoca daños irreparables en el desarrollo de los niños marcándolos de por vida, por ello ésta tiene que parar. En México, hay una dura realidad para 52.8% de las niñas, niños y adolescentes de entre 1 y 14 años,

pues han experimentado métodos de disciplina violenta (manazos, nalgadas) en sus hogares, lo cual ha dejado graves secuelas para su desarrollo” (UNICEF, 2020). A raíz de esto “UNICEF, con el apoyo de otras agencias de las Naciones Unidas en México, se brindó asesoría técnica y se impulsó ante el Congreso Federal una serie de reformas para prohibir el castigo corporal y humillante contra niñas, niños y adolescentes como método de crianza o disciplina infantil y con ello desalentar los comportamientos que promueven la aceptación de la violencia tanto en las familias como en las comunidades” (UNICEF, 2020) Es importante brindar espacios para divulgar este tipo de información ya que las y los niños la desconocen, la reformas ahí están, sin embargo no son muy conocidas, no estaría de más que de vez en cuando los profesores abrieran un espacio para poder escuchar a los alumnos y recordarles cuales son las reformas y derechos que los amparan, están pasando por un proceso difícil, en el cual están perdiendo un gran cantidad de experiencias y en algunos de los casos la violencia aumenta día con día. Aunque la educación sea en línea si los profesores prestan sus salas para que las y los alumnos interactúen el proceso de socialización no se perdería mucho. Los silencios, las expresiones, las emociones y las voces de los infantes son realmente importantes.

Reflexión final

Sabiendo nosotros mismos que la investigación iba a ser bastante complicada de manejar por la complejidad y delicadeza del tema, debido a que existen ideales, tabúes y desinformación, obtuvimos al principio complicaciones para entrar al campo debido que varias primarias nos rechazaron por parte de los directivos, pero tuvimos un gran apoyo por las maestras y maestros los cuales estaban sumamente interesados por el taller, concordando que es de suma importancia la educación sexual integral a temprana edad. Es importante que en el entorno familiar a los niños y niñas se les de la confianza de abordar temas sexuales con sus padres, debido a que la familia funge de una forma de socialización para el sujeto, dado que aprende a relacionarse, comportarse y las reglas del entorno en dónde nació, los padres y madres son los cuidadores principales, por esta razón se debe desvanecer poco a poco en las familias el tabú o incluso el miedo para charlar de una forma pasivo agresiva para abordar la educación sexual integral y todas las aristas que surgen de este tema y que están fuertemente entrelazados, siendo muy difícil su separación y su enseñanza.

Un punto de vista de mucha importancia para nosotros como equipo investigador fue por parte del grupo de niñas y niños, que a lo largo del taller siempre expresaron sus inquietudes respecto a la sexualidad o temas que simplemente ellos no comprendían y escuchaban de ellos en las conversaciones de sus padres o adultos que se encontraran en su hogar. Los medios de comunicación juegan un papel muy importante debió a que durante sus tiempos libres disfrutaban de consumir contenido para un público joven o al menos para mayor de 13 años, el grupo de niñas y niños recalco claramente que ya han visto acciones sexuales en las series que consumían debido a que habían visto series como “*ELITE, CONTROL Z, RIVERDALE*” por mencionar algunas, también no es solo culpa del contenido americano que llega a México debido a que también consumían anime (caricaturas japonesas) en las cuales siempre se llega a sexualizar el cuerpo de mujer a un nivel gigantesco, creando cuerpos irreales, también estos animes siempre aparece el personaje pervertido que siempre aprovecha la oportunidad de abusar del cuerpo de la mujer, siendo representado por un hombre anciano, provocando que algunos estereotipos clichés sigan reproduciéndose, dejándoles ciertas dudas sobre algunos temas relacionados a la sexualidad.

Si bien es cierto que muchas instituciones están en contra de la enseñanza de la educación sexual integral hacia las niñas y niños, debido a que la misma sociedad dicta que ellas y ellos son inocentes e incluso puros, no se les debería dar esta enseñanza por parte de escuela, aunque a esto se vio reflejado en nuestra investigación debido al gran rechazo que tuvimos en algunas primarias por los directivos, nos encontramos con el otro lado de moneda tenido un apoyo incondicional por parte de las maestras y maestros, quiénes concordaron que de suma importancia la enseñanza de ESI a una temprana edad, para así evitar problemas como los altos índices de embarazos a temprana edad e incluso abusos sexuales infantiles que son una problemática social y el gobierno o los padres no hacen nada al respecto, excepto cuando las consecuencias son irreversibles. También los padres y madres a pesar de su edad o generación deben ser educados sobre la ESI, lo cual no es una tarea sencilla, debido a la satanización que carga el tema.

Una vez que profundizamos en el campo nos dimos cuenta de que hay una demanda sobre el tema por parte de las niñas, niños, madres y padres de familia e incluso de maestras y maestros, pero no hay una oferta, ante esta situación, comprendimos que aún existe barreras de desinformación o miedo, debido a la crítica social sobre el tema de la sexualidad que impiden la formación de una educación sexual integral a temprana edad. Si bien es cierto que no es aceptado este tema en su totalidad, hay nuevas generaciones que se informan y se preparan para que se vayan rompiendo estas barreras de desinformación y miedo para convertirlos en puentes de enseñanza, seguridad y confianza, logrando que el tema de la sexualidad y todos los demás temas que están anudados a este, vayan siendo aceptados, respetados, llegando a la normalización su enseñanza por la institución familiar y complementada en la institución escolar de una forma adecuada, gratuita y segura.

Capítulo 8: Anexos

Implicaciones del investigador

Sofía Carricart:

Mi plan inicial era realizar una investigación con respecto a la reinserción social en los sistemas penitenciarios, pero me di cuenta que iba a resultar muy complicado por la situación de la pandemia y por los permisos que se requieren para realizar este tipo de trabajos, al ver esta complicación nos pusimos a analizar de que podíamos realizar nuestro proyecto y llegamos al mutuo acuerdo que no queríamos hacer algo relacionado a la pandemia y fue ahí donde un grupo de alumnos de comunicación se puso en contacto con mi compañero Gabriel y nos invitaron a hacer un trabajo interdisciplinario el cual aceptamos. Al principio todo parecía salir bien, pero poco a poco se nos presentaron complicaciones ya que nosotros nos basamos mucho en teoría psicológica y ellos estaban más enfocados en otras cosas, de igual forma sus profesores no estaban de acuerdo con lo poco que llevábamos y decidimos que la mejor opción era separarnos y cada quién hacer su trabajo con su enfoque.

Después de este contratiempo las cosas fluyeron mucho mejor, ya todos estábamos en la misma sintonía y poco a poco se fueron disipando las dudas que teníamos. Algo que en lo personal a mí me gustó mucho fue el taller que realizamos, el conocer a los niños y ver su evolución de comienzo a fin me pareció muy gratificante, ver como al principio no prendían cámaras y participaban muy pocos y al terminar todos prendían cámara y platicaban y eso quiere decir que les generamos un ambiente de confianza e el que se sentían seguros para expresarse.

También de mi equipo aprendí mucho, pasamos cosas buenas y malas juntos, nos vimos reír y llorar y fue una experiencia muy bonita, que yo sin conocerlos en persona a ninguno de ellos ya habíamos creado un lazo y durante todo un año estuvimos viéndonos de manera virtual, teniendo diferencias, pero al final de cuentas siempre llegábamos a un acuerdo y continuamos adelante.

Para concluir, este trabajo lleva consigo muchas emociones y experiencias que quedarán marcadas en cada uno de nosotros.

Gabriel González:

En un principio nuestro proyecto de investigación iba relacionado a trabajar con personas privadas de su libertad lo cual hizo la conformación del equipo de investigación desde 9no trimestre de la carrera, en un principio guiados con esta idea, nos percatamos sobre la implicación de ingresar al campo por la pandemia de COVID-19. Ante esta situación me puse muy preocupado porque ya nos encontrábamos en la semana 3 y aún no definíamos nuestro tema de investigación, posteriormente hablando con mis amigas y amigos de la carrera de comunicación mencionaron que ellos querían hablar de educación sexual, ante esta noticia me puse a charlar con mi equipo y optamos cambiar el tema por un programa de educación sexual.

En un principio ambos equipos trabajamos como si nada pasara, hasta que comenzaron los problemas, el motivo fue porque el profesor encargado del área de comunicación les exigía a los compañeros demasiadas cosas que no podían ser metidas en las sesiones de trabajo con los niños, en verdad querían meter 4 o 5 actividades en tan solo una hora, por estos problemas y muchos más que se encontraron en el camino, se tomó la decisión de separarnos de la investigación para así evitar desastres en ambas carreras.

Una vez realizada la convocatoria para iniciar el taller de educación sexual integral para niñas y niños de 10 a 12 años, en mis redes sociales como Facebook les agrado la idea del proyecto e incluso se empezaron a compartir en grupos de Facebook de feministas y a la vez medio mucho miedo porque no quería que el proyecto se volviera algo pesado o criticado a tal magnitud de querer ser cancelado, posteriormente en WhatsApp una de mis mejores amigas me hizo crítica sobre que era algo muy arriesgado y que incluso podríamos llegar a ser demandados por realizar la enseñanza de la educación sexual, dado que nosotros somos estudiantes de psicología y no teníamos algún respaldo académico para hablar de estos temas tan prohibidos y más con un grupo de niñas y niños. Haciendo que dentro de mí dudará mucho sobre la realización del taller, entrándome mucha ansiedad y miedo, teniendo que retrasar el taller para su realización, posteriormente después de la primera sesión le pedí una disculpa a mi equipo de investigación por este sentir que tuve yo y que posiblemente contagie al equipo, hablando con ellas me di cuenta de que solamente yo fui el afectado por la realización del taller.

Durante el transcurso del taller hubo una chica feminista que me mando una nota de voz, lo primero que sentí fue mucho miedo, pensé que sería una crítica o que nos demandarían por el tema que se vio ese día, posteriormente la chica solo me aviso que su hermano no podría tomar el taller por cuestiones de tiempo, me tranquilice y le ofrecí a la chica que después le haría llegar el material que se usó en las sesiones.

Para finalizar me dio mucho gusto que el grupo de niñas y niños nos preguntaran que, si habría un segundo taller, lo cual me sorprendió mucho, no pensé que les gustará tanto el taller, que pidieran una continuación. Me sentí muy chingón de mi trabajo y de mis compañeras por la exigencia de las niñas y niños por el segundo taller y las madres y padres también se vieron interesados por un segundo taller.

Aketzalli Jiménez:

Está investigación se vio atravesada por un sin fin de sucesos, los cuales nos sirvieron para poder llegar al punto que logramos realizar. Como primera instancia y hablando personalmente, yo me tardé en elegir en que equipo entrar, estaba muy indecisa ya que tenía en mente que quería pertenecer a un equipo de investigación que trabajara en instituciones de encierro. Tome la decisión de unirme al equipo de Gabriel, al inicio estábamos decididos en trabajar con personas privadas de su libertad, sin embargo, por la situación que estábamos atravesando actualmente debido a la propagación del virus del Covid-19 nos vimos obligados a redireccionar. Cuando se decidió el tema de investigación yo no estaba convencida, me atrevo a decir que ni siquiera me apasionaba el tema. Después de realizar el planteamiento del problema, preguntas de investigación y tener asesoría con el Dr. Tomas y la Dr. Yolanda mi perspectiva cambió y empecé a involucrarme poco a poco, hasta tal punto de ver realmente la importancia y seriedad que tiene el hablar de la educación sexual. Es increíble la sensación al estar dentro del campo. La realidad es que nunca me imaginé la gran problemática social que estábamos abarcando, yo desconocía el grado de falta de información en los infantes, posiblemente no me era visible ya que mi educación sexual por parte mis padres, fue muy liberal y yo daba por hecho que la mayoría de niñas y niños tenían esa confianza con su padres o madres, sin embargo, no fue así, fue absolutamente todo lo contrario. Al escuchar sus emociones surgió en mí el querer hacer algo, pero no solo con los niños y niñas sino también con la sociedad, no debemos de dejar de lado lo que los niños y niñas sienten, la

parte emocional es realmente importante. Me quedo con la satisfacción que como equipo de investigación logramos poner nuestro granito de arena en más de 5 familias, esperando que eso con el paso del tiempo sea cada vez más grande.

Rebeca Melchor:

Nuestra intención era realizar un trabajo interdisciplinario con la ayuda y colaboración de nuestros compañeros de comunicación, sin embargo, debido a diferencias metodológicas decidimos separarnos de ellos ya que las peticiones de sus profesores y los nuestros eran totalmente diferentes y ellos iban más encaminados a lo pedagógico dejando de lado un poco la participación y el sentir de las infancias. Desde un inicio supe que trabajar con un tema tan delicado como es la sexualidad iba a ser difícil y más difícil iba a resultar poder abordar todos estos temas con los niños, niñas y padres de familia pues en México y en Latinoamérica la sexualidad aun la percibimos como un tema prohibido o un tema tabú. Sin embargo, resulto un reto para mí hacer un taller de 12 sesiones con diferentes temáticas y actividades para que los y las niñas pudieran hacer conciencia de que la sexualidad es algo muy natural del ser humano. Platicar con ellos y explicar sobre las relaciones sexuales y demás temas fue para mí muy difícil ya que a veces no encontraba las palabras o la forma correcta para que los y las niñas pudieran entenderme, pero poco a poco nuestros sujetos de investigación se fueron abriendo y dejando de lado sus resistencias al hablar de sexualidad.

Al finalizar el taller y percatarme que los niños y niñas les habían gustado los talleres me resulto bastante grato ya que me di cuenta de que valió la pena todo el esfuerzo que mis compañeros de equipo y yo hicimos para que esta investigación fuera posible.

Libro: ¿Cómo cuidar mi sexualidad? Un programa de “Educación Sexual Integral” para niñas y niños de 10 a 12 años

Anexamos el libro por separado.

Relatorías y transcripciones.

Sesión 1: Presentación del tema de investigación a las madres, los padres de familia y adultos interesados en el taller de educación sexual integral para sus hijos

Coordinador de la sesión: Gabriel González Duración: 53 minutos

La primera sesión se realizó el día 13 de mayo del 2021, se tuvo que retrasar dado que nos hicieron la observación que podíamos realizar este taller por no ser expertos, por lo que tuvimos que recorrerla. Una vez que llegó el día se realizó la sesión a las 3 pm del día 13 de mayo, el objetivo de esta sesión fue presentarnos como alumnos de la universidad, presentar al proyecto de investigación y que los padres nos conozcan con un diálogo de confianza a través de una exposición sobre el tema de investigación, el temario del taller y dos preguntas para que los padres nos den su opinión ¿Cómo aprendieron educación sexual ustedes? ¿Qué es la educación sexual para ustedes?

Comenzamos la sesión por Google meet el coordinador de la sesión fue Gabriel González el cual comenzó presentando al equipo de investigación Sofia Carricart, Rebeca Melchor y Aketzali Jiménez y explicando el encuadre a los padres, explicándole que somos estudiantes de 11vo trimestre de psicología en el área de concentración educativa, estamos realizando una investigación relacionada a la sexualidad y los niños con la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo las niñas y niños de 10 a 12 años aprende de su sexualidad en la pandemia de la COVID 19? Una vez explicado esto les pedimos de favor si es que accedían a que sus hijas e hijos tomaran el taller nos dieran su autorización para grabar las sesiones, haciendo énfasis que solo será el audio y con fines académicos, en caso de que el nombre de alguno de los niños sea mencionado, se omitirá esa parte o se le cambiara el nombre para mantener el anonimato. Después de que el coordinador mencionara todo esto los padres accedieron a este permiso de grabar y que no tenía ningún problema.

Comenzamos con la presentación en la cual se mostró el temario del taller con los siguientes temas: responsabilidad afectiva, sexo biológico, violencia de género, equidad de género, métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual, derechos de los niños, niñas y los adolescentes dejando 3 sesiones libres para las dudas de las niñas y niños que expresen a

lo largo de la impartición del taller e incluso dándoles la oportunidad a los padres de que recomienden un tema que para ellos sea difícil hablarlo con sus hijos. Posteriormente llegamos a la primera pregunta de la exposición la cual fue ¿qué es para usted/es la educación sexual? A lo que mencionaron que para ellos era toda aquella información que se debe de conocer y más ahora en la actualidad sobre nuestros órganos haciendo énfasis en los niños para que ellos mismos conozcan su cuerpo y el funcionamiento, para que con toda esta información no inicien una vida sexual a temprana edad, aprendiendo a esperar sus tiempos y que sea de una forma sana, otros mencionaron que era la educación para aprender a diferenciar de las niñas y niños en la cuestión de los genitales, agregando que se debería de tener consciencia de las cuestiones afectivas, por otra parte mencionaron que era la prevención de abusos sexuales a base de herramientas, el conocimiento de métodos anticonceptivos para una relación sexual responsable, también mencionaron que era la consciencia del uso de nuestro cuerpo y que se abarcaban muchos aspectos o categorías como ejemplo nos dijeron la prevención de embarazos adolescentes y una edad muy temprana, también los padres mencionaron que esta edad de 10 a 12 años era la indicada para enseñar estos temas y por último agregaron que a veces ellos no se sienten cómodos o preparados para hablar de estos temas e incluso llegar a confundirlos más ante lo que sus hijos preguntan.

Posteriormente pasamos con la segunda pregunta de la sesión la cual fue ¿cómo aprendieron educación sexual ustedes? Se les dio la palabra a los padres los cuales expresaron que su educación sexual comenzó hasta la etapa de secundaria, pero aun así estando en esa edad mayor todavía los temas eran más prohibidos a comparación de la actualidad, llegando a entender estos temas con más libertad hasta la preparatoria o en la universidad, agregaron que la búsqueda de información sobre la sexualidad lo hacían de manera autónoma preguntándole o comentándolo con amigos y conocidos, pero una educación sexual formal nunca la tuvieron, otros mencionaron que nunca tuvieron una educación dado que en su época eran temas prohibidos e incluso muchos aprendiendo como dios les dio a entender, ante el silencio de los padres que no participaban uno de los coordinadores expresó la forma en que aprendió educación sexual, la cual fue mediante su madre que le comentaba sobre los órganos sexuales de las niñas y niños, métodos anticonceptivos, mencionando que no lo hacía con tacto sino a manera de regaño, la cual mencionó que no era la manera correcta, algunos terminaron de mencionar que si aprendieron en la secundaria gracias a los profesores que les

enseñaron, al final todos los adultos concordaron que su educación sexual siempre fue informal, no había alguien que enseñara estos temas por lo tan polémicos que fueron en su momento de adolescencia y que también se le debería de impartir estos temas a los padres y madres para poder hablar de estos temas con sus hijos.

Una vez que el grupo de padres terminaron por expresar sus respuestas, el grupo de alumnos mencionaron que efectivamente la educación sexual integral es prevención y que no solo tiene fines reproductivos dado que eso ha sido un tabú a lo largo de los años, pero la intención es ir hablando de estos temas con más frecuencia y seguridad. Dado que tanto en las escuelas públicas y privadas no se abarcan estos temas en su totalidad, haciendo énfasis que uno de los fines de la investigación es que las niñas, los niños y los adolescentes puedan acceder a esta información y herramientas para obtener este conocimiento, también se agregó que los padres se deben de involucrar en estos temas en conjunto con sus hijos para que se hable abiertamente estos temas.

Se les agradeció a los padres de familia por sus comentarios ante las preguntas realizadas y se les hizo la invitación a que si había un tema que nosotros no tocábamos para la investigación y ellos querían que se hablara lo haríamos con todo gusto, nuestro temario está abierto a cambios y que en caso de no saber sobre cierto tema nos informaríamos con nuestra asesora para que nos ayude sobre este tema con actividades relacionadas.

Para ir cerrando la sesión se les dejó a las niñas y niños la actividad de responder la pregunta ¿qué es lo que les llama la atención sobre la sexualidad? Ante esto se les pidió mandar un mensaje por WhatsApp a los padres que estaban interesados en que sus hijos participaran en este taller, para así realizar un grupo en esta aplicación con la intención de tener una mejor comunicación para cualquier problema que se pueda presentar y buscar alguna solución.

Ante esto los padres de familia se retiraron y nos agradecieron por el trabajo de investigación que se estaba por realizar.

Terminando la sesión el equipo se quedó para discutir lo ocurrido en la sesión a lo que comento que los padres se tomaran muy bien la realización del taller, dado que la mayoría del equipo tenía en mente el tabú de que las madres se enojarían por estos temas o que habría algún altercado con ellos. Antes de terminar la sesión un padre de familia llegó dado que no

tenía tiempo para la reunión del día de hoy, entonces uno de los coordinadores dio un resumen breve de lo que abarco en la sesión, a lo que le niño que estaba con el padre menciona que había un tema que le resultaba incomodo era el del condón a lo que su padre menciona que era posible que su hijo sintiera pena porque se encontraba con sus hermanas en la sala, se le paso el número de uno de los coordinadores para que mandara mensaje y se integrara a las sesiones posteriores.

Ante esto el equipo reflexiono acerca que los niños tal vez no tendrían un espacio adecuado para tomar el taller y que el tema de métodos anticonceptivos se debería de tener cuidado al hablar de ellos, finalizando así la reunión de la primera sesión del taller.

Sesión 2: La responsabilidad afectiva

Coordinadora de la sesión: Rebeca. Duración: 55 minutos 38 segundos

Rebeca: Entonces vamos a comenzar a compartir el video no sé si este Gabriel me pueda hacer el favor de compartirlo y ahorita regresamos a comentarlo.

Gabriel: Si hola yo soy Gabriel y les voy a presentar el video (Silencio de 30 segundos) ¿Ya se ve?

Grupo: Si

Gabriel: Gracias.

Proyección del video: Ver anexo (...)

Rebeca: Bueno con este video les queríamos hacer como una ilustración sobre lo que es responsabilidad afectiva, pero cuéntenme ustedes ¿Alguna vez han escuchado sobre acerca de este concepto?

Grupo: No

Rebeca: O por ejemplo ¿alguna vez han sentido que están como en una amistad o en una situación donde no se sienten escuchado o que no... o que la otra persona no las entiende?

Grupo: No

Rebeca: ¿No? ¿Nunca?... Bueno pues justamente la responsabilidad afectiva se basa en el conceso, comunicación y el cuidado de los sentimientos y emociones que se pueden experimentar en nuestras relaciones más cercanas es justamente el hacernos cargo de las emociones del otro y mostrar empatía con ellos como ustedes saben bueno la empatía es la capacidad que tiene el ser humano de ponerse en los zapatos del otro y pues amm... comprender lo que siente lo que piensa sin que sea necesario pues sin que sea necesario que esa persona los exprese entonces en el caso de la historia Ikal y Yatzil justamente su relación no tenía tanta responsabilidad afectiva ¿Por qué? Porque pues no había la suficiente comunicación y por ejemplo pues en su caso esta Yatzil no nunca se preocupó por los sentimientos que tenía el sapito pues esto fue un cuento para ilustrar mejor este tema entonces pues es importante que nosotros como personas este pues demos cuenta cada uno de nuestros actos pues van a tener consecuencias tanto buenas como malas en la otra persona y que pues a veces esas consecuencias que pueden ser negativas pueden herir las emociones de la otra persona los puede afectar emocionalmente no sé si a ustedes le ha pasado que por ejemplo tienen un amiga o tienen un noviecito que sienten que ustedes si se abren afectivamente y si se comunican pero la otra persona no o que por ejemplo no se sienten escuchadas en sus relaciones no solamente relaciones amorosas también de índole de la amistad en la familia incluso también este podemos experimentar esa sensación de que a veces al comunicarnos o al hablar con nuestros hermanos pues no ni siquiera nos hace caso o no este no es empática con nuestras emociones entonces justamente de esto se trata este tema justamente como nuestros hermanos mayores ya están muy grandes pues no nos escuchan y pues no nos prestan tanta atención entonces justamente de esto habla la responsabilidad afectiva de tener comunicación y de tener el cuidado sobre los sentimientos del otro de saber de qué él o ella por ejemplo puede sentir sentimiento de rechazo o tristeza al nos sentirse escuchado ¿Alguna vez les ha pasado algo así? ¿Les ha pasado que no se sienten escuchados? O que por ejemplo una amistad o su hermana o una prima tengas esas actitudes para con ustedes.

Grupo: no

Grupo: a mi si por mi hermana mayor

Rebeca: Haber cuéntame tu caso

Grupo: Es que has de cuenta que en las noches como luego no tenemos sueño nos ponemos a hablar y entonces ella me cuenta su vida y luego yo le cuento y me dice si si ya duérmete ya duérmete así me dice

Rebeca: Pues justamente muchas de esas cosas pasan y a veces como uno ya es mayor como que no le presta mucha atención a los problemas que tienen los hermanitos menores a nosotros ¿Alguna otra cosa que quieran compartir? (Silencio de 5 segundos) y por ejemplo (se menciona el nombre de la niña) ¿Tú cómo te sientes cuando tu hermana te ignora?

Grupo: [Risa] hola pues yo soy la mayor y por eso me da mucha risa

Rebeca: Aja sí, pero por ejemplo cuando tu hermanita se siente ignorada como se o sea ¿Qué sentimiento siente ella?

Grupo: Ay no se esté ... supongo que tristeza porque luego si se siente y se va a su cama y hace la lloración (risa)

Rebeca: Pues sí efectivamente a veces uno es consciente de que nuestras actitudes pueden afectar a la otra persona entonces... entonces hay que prestar un poquito más de atención a nuestras acciones que tenemos ¿no? igual también por ejemplo si no pueden o no quieren hablar por el micrófono aquí está el chat para queeee pues se sientan con toda la libertad de escribir su su cómo se llama sus sus vivencias entonces bueno ammm acerca del cuento ¿por qué ustedes creen que ikal quisiera sacar el anillo del estanque? ¿o cuál fue su intención de sacar el anillo?

Grupo: Yo pienso que le ayudo a sacar el anillo porque el comentario que por ser mala persona y no querer ayudar al otro lo convirtieron en sapo entonces por eso la ayudo

Rebeca: Si muy bien algún otro comentario acerca de esta pregunta acuérdense que pueden ser libres de comunicarse en este espacio no sientan pena yo lo leo

Grupo: Que también quería cambiar su forma de ser

Rebeca: Aquí grupo dice que para ser buena persona y no ser el mismo de antes exacto si así es justamente a ver grupo ¿tú qué piensas acerca de esto? (Silencio) si no puedes abrir tu micrófono está bien igual lo puedes poner en los comentarios –escribió- “para que lo traten igual que el trato” pues si efectivamente Ikal pues justamente saco el anillo de Yatzil para

mostrarle que en él podía encontrar un amigo y también justamente para reivindicarse como persona y para que pudiese convertirse en persona porque era un sapito ¿ustedes como creen que se sintió el sapito al ver que Yatzil lo dejó por mucho tiempo a fuera del templo esperando?

Grupo: A lo mejor se sintió muy triste y excluido

Grupo: También se sintió traicionado

Rebeca: ¿Por qué traicionado?

Grupo: Porque la otra lo traiciono porque no cumplió lo que ella dijo

Rebeca: Si justamente tanto el sapito como la princesa Yatzil pues habían quedado en ser amigos y ella no le correspondió en esa parte y entonces si el sapito se sintió ignorado se sintió excluido y justamente esta Yatzil no fue empática con los sentimientos del sapito ese es otro ejemplo de responsabilidad afectiva

Grupo: A parte le cerró la puerta de su casa en su cara

Rebeca: ¿y qué otra cosa cree que sintió? ¿Alguna otra persona que quiera participar?

Grupo: Rabia o tal vez impotencia al ver que Yatzil no correspondió como habían quedado

Rebeca: Y por ejemplo ¿para ustedes que significa ser buen amigo o buen hermano?

Grupo: Buen hermano significa que a pesar de que tu hermana tenga un mal día te escuche y no sea grosera contigo

Grupo: Cosa que no pasa

Rebeca: Ok ... ¿qué otra cosa se les ocurre?

Grupo: Apoyar al otro, apoyar a la persona y escuchar

Grupo: Apoyarlo en las buenas y en las malas

Grupo: Que tampoco pasa

Rebeca: Claro a veces nos sentimos ignorados ¿ustedes se consideran buenos amigos, novias, novios? Si es que ya tienen novia o novio

Grupo: buenos amigos significan ser vas a ser solidario con el otro y siempre van a ser los uno para el otro juntos en lo que se necesiten

Rebeca: Claro

Sofía: Exactamente

Grupo: También buenos amigos consisten en darte un consejo que también sea bueno para él ¿no?

Rebeca: mmju si

Grupo: Hola

Grupo: Hola

Rebeca: ¿Algún otro comentario? ¿Ustedes como son de amigos?

Grupo: Considero que ser buen amigo es apoyarse escuchar y aconsejar entre otras cosas

Rebeca: Si claro justamente es como lo hemos estado diciendo la responsabilidad afectiva es tener buena comunicación con el otro igual y cuidarlo cuidar sus emociones y sus sentires

Grupo: También respetarlo

Rebeca: Si claro también respetarlo justamente y no solamente es esta responsabilidad va hacia un amigo también puede ser hacia los hermanos hacia las relaciones con su papás con sus mamás igual también por ejemplo si en dado caso pues tienen una relación sentimental con alguien pues si es importante que pues se comuniquen con él que los dos se preocupen del uno del otro por sus emociones que lleguen a tener acuerdos que tengan mucha comunicación y que puedan sentirse libres de expresar sus emociones sin sentir miedo porque justamente eso es lo que hace bonito una relación de cualquier índole entonces ¿algún otro comentario que quieran hacer acerca de la responsabilidad afectiva? ¿Ustedes que piensan acerca de este concepto? Este concepto es medio nuevo surge a partir de los años 80 pero que justamente en toda esta revolución de pensamiento se ha ido abordando poco a poco entonces pues es importante que nosotros desde la edad que tienen ustedes desde la edad de la pubertad más o menos estemos como que empapados en este concepto para crear pues relaciones sanas

y relaciones con buena comunicación no se igual si alguno de mis compañeros tenga algún comentario

Aketzalli: Claro que si no se si me escucho bien si me escucho trabada me avisan porfa ok antes de iniciar me presento no estuve con ustedes la clase anterior debido a que tuve pequeños grandes inconvenientes de fuerza mayor, pero soy Aketzalli de igual manera estaré en este acompañamiento y charlas con ustedes.

Grupo: El significado de ser buen amigo es subjetivo así que yo considero que ser buen amigo es respetar sus opiniones decisiones ideologías etc. el que seas comunicativo y respetuoso no hay una acción que defina a una buena persona así que no habría posibilidad de definirlo con acciones por lo tanto solo digo que debes de ser una persona respetuosa y no afectes a los demás

Aketzalli: Todos los comentarios que han hecho son muy buenos y si como dijo mi compañera rebecca tiene que estar en todos los ámbitos de nuestra vida realmente nosotros ahorita les decimos les ha pasado que los excluyan o cosas así y la mayoría dijo no pero ahora pregúntense si quieren no contesten se lo pueden guardar ustedes, pero ¿ustedes han tratado mal a alguien? Ustedes están suponiendo que el sapito se sintió mal que se sintió traicionado etcétera, pero ¿ustedes han hecho esa acción? ¿ustedes han hecho esa acción como la princesa lo hizo? Porque efectivamente (en el chat muchos y muchas escribieron que sí) efectivamente hay ocasiones en las que inconscientemente no hacemos que quiere decir inconsciente quiere decir que sin pensarlo simplemente reaccionamos de esa manera lo cual no es muy correcto ¿cierto? ¿ustedes que piensan?

Grupo: solo escribieron si y no

Aketzalli: No solamente se trata de que las personas tengan un buen trato hacia nosotros también tiene que existir lo que es la reciprocidad la reciprocidad consiste que si estoy viendo que alguien me está acogiendo me está brindando su amor cariño respeto pues tal vez yo lo voy a regresar tal vez no de la misma manera porque también es importante saber que no siempre el afecto o las emociones las expresamos igual porque tal vez para algunos *[problemas de señal]*

Rebeca: Como que te oyes un poquito trabada, pero si justamente como dice mi compañera Aketzalli es importante también identificar nosotros mismos este tipo como de comportamiento

Grupo: Como dije es subjetivo eso de una mala acción, pero a mi punto de vista creo que nadie se salva de este tipo de cosas

Rebeca: Claro todo mundo puede caer en estas situaciones

Grupo: De donde sacas esos significados tan significativos

Rebeca: ¿a qué te refieres?

Grupo: Que de dónde saca esos significados tan no se tan que definen todo parecen significados de Google

Aketzalli: ¿Le estas preguntado a grupo?

Grupo: Si

Gabriel: Yo creo que aquí hubo una confusión porque pensábamos que nos estabas preguntado a nosotros, pero no se ¿te gustaría responder grupo?

Grupo: no puedo prender el micrófono

Rebeca: Y por ejemplo ¿ustedes han sido groseros con alguien?

Grupo: Si

Rebeca: ¿A ver cómo fue?

Grupo: Que una vez yo estaba en la escuela y yo... haga de cuenta que antes del recreo nos pusieron a trabajar mucho y yo estaba bien cansado y cuando me iba a tomar mi agua iba pasando un niño corriendo porque estaba jugando y no se dio cuenta me tiro mi agua y luego me enoje tanto que le empecé a decir de cosas y luego me ignoro y luego lo agarre de los pelos y lo jale

Rebeca: Si justamente ¿algún otro caso que quieran compartir? ¿ustedes han sido malos amigos? ¿Por qué?

Grupo: Yo y Andrea luego cuando estamos jugando nos enfadamos porque ella dice que soy muy brusco luego nos estamos matando a puñetazos

Rebeca: Tenemos que tener cuidado en ese tipo de juegos porque si no vamos a salir lastimados ¿alguna otra situación que les haya pasado? ¿qué sientan que no fuero, así como que buenos amigos con otra persona o así?

Grupo: porque me dejo llevar por mis emociones entonces si me enojo tengo vomito verbal y critico

Rebeca: Si claro no cuando uno está enojado tendemos a no controlar sus emociones entonces pues cuando uno está enojado es mejor tranquilizarse y ya después hablarlo con la persona porque podemos llegar a ser un poco hirientes y justamente no pues no somos conscientes de los efectos que puede causar nuestro enojo a la otra persona y viceversa cuando alguien se enoja con nosotros pues a veces nos hiere

Grupo: Cuando te enojas con alguien, pero tú tienes pensado que no va a pasar nada, pero al final lo que hiciste tiene consecuencias muy malas

Rebeca: Claro, claro si justamente o sea en este tema justamente lo que les queremos recalcar es que cada uno de nuestros actos y acciones tienen consecuencias ya sean buenas o malas, pero tienen consecuencias entonces pues cada uno tenemos que reflexionar cada uno de nuestros actos para no dañarnos y para no dañar a las personas entonces pues qué bueno que piensen así ¿algún otro comentario? ¿algo que quieran compartir acerca de este tema? (silencio de 10 segundos) bueno para hacer un poquito más ilustrativo la explicación de la responsabilidad afectiva mi compañero gabo va a compartir otro video para que les quede un poquito más claro este concepto

Grupo: ¿Los videos los hicieron ustedes?

Rebeca: Nos ayudaron unos compañeros de comunicación ellos lo hicieron

Proyección del video...

Rebeca: Bueno ahí quedo un poquito más ilustrativo lo que abordamos acerca de la responsabilidad afectiva y bueno siguiendo con otra pregunta ¿si ustedes fueran Yatzil o el sapito que hubieran hecho? Cuando por ejemplo la princesa no cumplió lo que había dicho

Grupo: yo me hubiera puesto triste porque no cumplió con su parte mientras yo le cumplí con mi parte me esforcé para poder darle el anillo para que ella me cerrara la puerta en la cara

Rebeca: Claro ¿alguien más?

Grupo: Yo le daría una segunda oportunidad porque todos en algún momento nos hemos equivocado y hemos sido malos amigos

Rebeca: Claro si justamente ¿alguien más?

Grupo: (se prende por accidente su micro) Chécale amiga lo que te agrada [Risas]

Grupo: Siendo el sapo creo que me iría del lugar

Rebeca: Y por ejemplo si ustedes se hubieran ido siendo el sapo como se hubieran...

Aketzalli: (nombre del alumno) quiere hablar

Rebeca: Haber (nombre del alumno) dale

Grupo: Todos tienen que tener un botón de confianza voto de confianza perdón me equivoque

Rebeca: Si

Grupo: Yo puedo ser que me hubiera ido, pero sin antes dejarle un regalo por no ayudarme

Rebeca: Se hubieran ido muy tristes

Grupo: pues si fuera el sapo me hubiera enojado, pero a la vez me hubiera puesto triste porque literal solo me utilizo

Rebeca: Si justamente eso es lo que debemos de evitar pues utilizar a las personas y pues tampoco igual nosotros no dejar que nos utilicen por eso como lo dijo el video siempre en todas nuestras relaciones y en todas nuestras amistades debe de dejar siempre en claro nuestras intenciones

Grupo: También este yo le daría una segunda oportunidad porque ella me dijo que si yo le bajaba el anillo ella iba a ser mi mejor amiga por toda la vida por siempre y también hay que dar una segunda oportunidad porque estaba muy emocionada

Rebeca: Si pues todos nos podemos equivocar entonces también hay que siempre aprender de nuestros errores

Grupo: Hola soy (su nombre) ¿de qué fue el cuento del principio? Es que me conecte tarde

Rebeca: A bueno pues el cuento del principio se trató de una princesa que se llama Yatzil y un sapito que se llama Ikal se conocieron y pues la princesa le pidió que le rescatara un anillo que era importante para ella lo perdió en un estanque el sapito le ayudo a sacarlo y pues a cambio de eso como recompensa la princesa le prometió al sapito que ella seria su amiga para siempre y pues no fue así no cumplió su promesa y la princesa pues invito al sapito a su reino pero lo dejo esperando mucho tiempo a fuera y pues el sapito se sintió triste entonces cuando la princesa se percató de que había dejado por mucho tiempo al sapito pues lo dejo pasar y le pidió disculpas entonces más o menos de eso va el cuento y no se tengas algún comentario por ejemplo si tu fueras el sapito y te hubieran dejado a fuera ¿qué hubieras sentido?

Grupo: Me hubiera sentido triste porque solo me uso para sacar el anillo del agua y me dejo afuera por mucho tiempo

Rebeca: Gracias grupo y ¿cómo consideras que es ser un buen amigo?

Grupo: Respetar la decisión de la otra persona apoyarla en todo y estar para ella

Rebeca: claro pues si muchas gracias

Gabriel: Igual para (nombre de la alumna) le podemos pasar el link para que vea el video y es para todos por si tienen duda y lo vean las veces que ustedes quieran

Rebeca: Tomando en cuenta la sesión anterior pues nos gustaría saber que por ejemplo a sus papis o ustedes les intereso o les interesa un tema de la sexualidad que quieran abordar no sé algún tema que les cause curiosidad o que quieran saber o que no les haya quedado muy claro en las clases

Grupo: Que le parece si aborda lo básico del tema

Grupo: no estuve en la clase pasada

Rebeca: Ah ok para ponerlos un poquito como en contexto la clase pasada o más bien la sesión pasada les preguntamos a sus demás compañeros si había algún tema de la sexualidad que quieran tocar porque justamente este taller va dirigido a tocar temas de educación sexual para niñas y niños de entre 10 y 12 años entonces haremos sesiones para abordar esta temática entonces pues les preguntamos la sesión anterior si por ejemplo ustedes tenían curiosidad acerca de la sexualidad o si querían o se interesaban en algún tema por ejemplo orientación sexual menstruación

Grupo: Como se crean los bebés

Rebeca: Muy bien el tema de la concepción es muy interesante no sé si por ejemplo ustedes tengan otras curiosidades acerca de la educación sexual acuérdense que esto de la sexualidad no se debe de ver como algo malo

Grupo: Para crear un bebé tus papás tienen que tener sexo

Rebeca: Si ¿otro tema? A lo mejor métodos anticonceptivos

Grupo: ¿Para qué sirven nuestros aparatos reproductores?

Rebeca: Ok muy bien bueno todos estos temas los iremos como qué abordando poco a poquito entonces pues qué bueno que estén conectados aquí y nos estén mostrando sus inquietudes ok entonces ¿hay alguna duda acerca de la responsabilidad afectiva? ¿algún comentario? ¿no?

Grupo: No

Grupo: ¿Cómo evitar quedar embarazada?

Rebeca: Ah ok también ese es un tema que vamos a abordar que justamente va de la mano de los métodos anticonceptivos que vamos a ir abordado a su tiempo les digo muchachos este tema de la educación sexual pus no se debe de tocar con tabú porque es muy natural en los seres humanos es algo que nos pasa a todos y siéntanse con la completa libertad de expresarse ¿no? de expresar sus dudas y sus comentarios entonces pus siéntanse libres

Grupo: Infecciones de transmisión sexual

Rebeca: También vamos a abordar ese tema

Gabriel: Si justo o sea la sesión pasada les presentamos a sus padres un temario que nosotros íbamos a manejar para con ustedes bueno pero como no estaban no saben ustedes, pero todo lo que nos están diciendo en el chat o nos están comentando pues si lo tenemos contemplado y nos da gusto de que estén interesados en estos temas y que nosotros les podamos ayudar a entender esto

Rebeca: ¿Algún comentario acerca de la responsabilidad afectiva?

Grupo: No maestra

Rebeca: Bueno entonces vamos a ir cerrando bueno ¿si quedo claro más o menos de que es lo que se trata la responsabilidad afectiva?

Grupo: Si

Grupo: Si maestra

Grupo: Si

Rebeca: Bueno entonces les reiteramos justamente que es hacernos cargo de las emociones del otro y pues que todos nuestros actos tienen una consecuencia positiva o negativa en el otro y pues les agradecemos su participación el día de hoy los esperamos el jueves y esperamos que poco a poquito vallan entrando más en confianza y acuérdense que este es un espacio en donde se pueden expresar libremente.

Alumna: Yo de toda esta clase me llevo una moraleja que a pesar de tus errores por ejemplo si tu cometes errores los tienes que aceptar sean buenos o sean malos

Rebeca: ¡Claro si! Muy bien o sea todos cometemos errores todos en algún momento fuimos malos amigos, pero eso es lo importante recapacitar y aprender de nuestros errores bueno pues esto sería todo por el día de hoy nos vemos el jueves

Las alumnas y los alumnos se despiden.

Sesión 3: Las emociones.

Coordinador de la sesión: Sofía Carricart. Duración: 57 minutos 26 segundos

Sofía: Las emociones son reacciones pensamientos, sensaciones o conductas que son únicas del ser humano y éstas sirven para que nosotros podamos comunicarnos con los otros, ustedes por ejemplo ¿qué emociones conocen? pueden prender su micrófono o mandarlo por el chat.

Grupo: enojo, tristeza, alegría.

Sofía: Okey, si exacto que otras que se les ocurra.

Grupo: desesperación, amor.

Sofía: desesperación, ¿pues desesperación podría entrar un poco en enojo no? Temor, exacto todas esas son emociones por ejemplo bueno, nosotros en este caso vamos a hablar de solamente 5 emociones que van a ser la furia, el temor, el desagrado, la tristeza y la alegría las mismas emociones que aparecen en intensamente para que no haya pierda, y por ejemplo para ustedes ¿qué es la furia?

Grupo: cuándo estás muy enojado

Sofía: aquí en el chat nos pusieron enojo, tristeza, alegría, miedo, felicidad, emoción, miedo, enojado a no medio enojado medio triste.

Grupo: es el enojo extremo.

Sofía: ¿qué más saben de la furia?

Silencio.....

Sofía: ¿alguien más quiere decirnos? que te hace el corazón de piedra dice grupo y bueno por ejemplo ¿qué personaje de alguna serie que a ustedes les guste o de alguna película que les guste identifican con esa emoción? con la emoción de la furia.

Grupo: Darth Vader, Katsuki Bakugo, enojo de la película intensamente,

Sofía: Si, furia el que se enoja ¿qué otras películas que ustedes les gusten? que diga: mira este siempre está enojado... Bakugo katsuki alguien más.... Sasuke.

Grupo: Cráneo rojo.

Sofía: Si exacto esos y bueno ahora vamos con la siguiente emoción para ustedes ¿qué es el temor? ¿cómo describirían el temor?

Grupo: cuándo tienes mucho miedo de algo.

Sofía: cuándo tienes miedo, exacto ¿qué más? cuando te asustas de cosas o palabras dice grupo

Grupo: cuándo tienes miedo, sí esa sensación de escalofríos que pasa por tu cuerpo y también pues ¿tienes miedo no?

Sofía: exacto es feo eso... cuándo te asustas de ver algo de dice grupo ...quién más ha experimentado temor quién más sabe lo que se siente tener miedo

Grupo: cuándo tu mamá te regaña

Sofía: es la peor sensación de miedo yo creo.

Grupo: no, la peor es cuándo ves que tu mamá te va a regañar, pero trae su arma maestra.

Sofía: la chancla

Grupo: si, la chancla 3,904 poderosa ultra

Sofía: dice grupo cuándo sabes que tu abuela se va a morir, exacto eso también es un temor diferente, bueno, no diferente igual es miedo a algo y ¿qué personaje identificarían con el miedo o con el temor aparte del de intensamente? o de alguna película que les guste.

Grupo: C-3PO

Sofía: ¿de dónde es ese?

Grupo: de star wars, scooby doo.

Sofía: ah scooby doo es súper miedoso Star Wars

Grupo: bajo la sombra

Sofía: armin alert

Grupo: uno de una película que se llama Ohana

Sofía: Ohana

Grupo: Si

Sofía: okey

Grupo: pero no la animada

Sofía: y ¿a ti te representa eso el temor?

Grupo: si, porque le tenía miedo a pasar por una cosa muy ancha, muy estrecha.

Sofía: okey, nos pone aquí grupo, coraje de coraje el perro cobarde, también es bien miedoso y bueno ¿para ustedes que el desagrado?

Grupo: cuándo no te gusta algo

Sofía: cuándo no te gusta algo, ¿cómo qué?

Grupo: como el brócoli

Sofía: como el brócoli jajaja ándale cuándo no te gusta algo como el brócoli ¿qué más? ¿qué más podrían decir del desagrado? ¿qué se le viene a la mente cuando piensan en eso?

Grupo: también puede ser la actitud de la gente

Sofía: la actitud de la gente cuándo no te gusta, exactamente.

Grupo: cuándo alguien no te agrada.

Sofía: cuándo alguien no te agrada, también, a todos no ha pasado que alguien no nos agrada mucho, verdad.

Grupo: je cuándo la niña presumida empieza a presumir sus cosas es como hay otra vez esa odiosa

Sofía: la niña de los plumones

Grupo: también, yo también tengo una que odio en mi clase que ahí no como habla siempre quiero llamar la atención de hacerse la que se sabe todo.

Sofía: que feo, que feo que sea así... dice grupo cuándo te quieren llevar la contra, también, también eso es desagradable y ¿qué personaje que ustedes conozcan relacionarían con eso? ¿un personaje que sea o que no le gusten las cosas o que sea muy asqueroso? ¿cómo cuáles?

Grupo: el grinch,

Sofía: El grinch no le gusta la navidad

Grupo: y la gente

Sofía: ni la gente sólo su perro, Levi Ackerman, dice momo de bnha ¿qué es bnha? ah ok un anime, el mono del anime... ok y ahora vamos con la tristeza para ustedes ¿qué es la tristeza?

Grupo: Cuándo estas triste, cuándo no te sientes bien, cuando estás triste

Sofía: Ah ya, muchas gracias grupo ya me explicaron es Boku No Hero Academia, cuándo se muere tu abuelita... ¿cómo ustedes identificarían la tristeza o cómo saben ustedes cuando están tristes?

Grupo: Cuándo mi mamá me regaña... también puede ser cuando lloras porque algunos lo expresan a través de llorar no siempre lo demuestran si no lloran

Sofía: exacto

Grupo: o también lo demuestra una vez en su cara dice no y en su cara se nota lo triste que están entonces....

Sofía: ¿en la forma en lo que lo expresan no?... dice grupo cuándo siento un nudo en la garganta y me dice maya yo pienso que no hay una forma de identificar tus emociones simplemente las sabes y ya... ok y ¿qué personaje ustedes recuerden que es un personaje triste? o ¿que digan ahí esta película está triste o esta caricatura siempre está triste o personaje este personaje animado?

Grupo: la de no se aceptan devoluciones al final, el de los ositos cariñositos la de coco

Sofía: el de los ositos cariñositos la de coco, está muy triste la película del coco exacto

Grupo: la de tumba de luciérnagas

Sofía: la tumba de las luciérnagas, la película de estar a tu lado, órale ven muchas películas

Grupo: hay otra que se llama a dos metros de ti algo así se llama

Sofía: el niño del pijama de rayas

Grupo: el de la razón de estar contigo

Sofía: ¿la razón de estar esa es de un perrito verdad?

Grupo: Si

Sofía: en busca de la felicidad pone la acuarela no sé ¿cómo se llama? ¿cuál es tu nombre la acuarela? no lo puedes poner en el chat

Grupo: grupo

Sofía: Ah ok y ... bueno por último... ah mira el niño de la pija de rayas también es una película de triste y ahora para ustedes ¿qué es la alegría?

Grupo: cuándo te comprenden algo que tanto quisiste y te pones muy feliz

Sofía: puede ser eso también es alegría ¿qué más?

Grupo: cuando estás con la gente que amas

Sofía: cuándo estás con la gente que amas pone maya cuando por fin ves a tus familiares

Grupo: cuadro también no escuchas música no sé si algunos también les pasen, pero cuando escuchas música también eres feliz no tu música favorita es a este pone feliz no

Sofía: si exacto

no se escucha bien

Sofía: hay no te alcanzamos a escuchar muy bien puedes acercarte un poco al micrófono o si quieres escribirlo por el chat problema

Grupo: ah este que a mí me hace que la felicidad es algo que te gustaría recibir y te dar

Sofía: exacto que te gustaría recibir y te gustaría dar exactamente ... cuándo no hay tarea sientes felicidad dice grupo, si ¿sienten felicidad cuando no tienen tarea? Mucha... ok y ¿qué personaje identifican o qué personaje relacionan con la felicidad?

Grupo: yuji itadori from jujutsu kaisen

Sofía: ¿qué otro personaje piensa que es feliz?

Grupo: no sé si sea feliz, pero cuándo Jughead esta con Betty yo siento que son felices o igual cuándo esta, esta Archie con este, no Archie con esta Verónica también siento que son felices

Sofía: ah son los de Riverdale ¿no?

Grupo: Si, igual hay otra serie que se llama Umbrella Acedamy, qué es dónde 5 (five) está con lore es muy feliz, igual con su café

Grupo: Maté

Sofía: ¿Que dijiste?

Grupo: Maté de cars

Sofía: Maté, maté siempre está feliz, ponen en el chat Naruto, simba Ranma Saotome siempre está feliz, cassie es feliz a veces. Ok bueno nosotros preparamos una pequeña presentación en la que yo y mis compañeros, más bien mis compañeros y yo les vamos a hablar de las emociones, ya les di una pequeña definición de lo que son las emociones, pero ahora ellos que les van a dar una pequeña definición de lo que es cada una la furia, el temor, el desagrado, la tristeza y la alegría... ok denme un segundo para compartírselas.

“Se comparte pantalla para la presentación de las emociones”

Aketzalli: Bueno, como dijo mi compañera Sofía, siempre identificar cada una de nuestras emociones y sobre todo darles lugar no, o sea no tratar de reprimir las ni dejarlas a un lado no, siempre es esto muy bueno y muy fructífero expresar nuestros sentimientos sin ningún temor incluso hasta las emociones como más feas socialmente hablando, entonces la furia o el enojo es un sentimiento desagradable que experimentamos cuándo nos sentimos como contrariados o nos sentimos heridos o a lo mejor nos hace enojar ciertas actitudes, palabras o acciones de otras personas o incluso de nosotros mismos.

Está furia es un estado emocional que varía en intensidad hay veces que por ejemplo nosotros tenemos una irritación o un enojo muy leve y ahí hay veces en las que nos hacen enojar mucho y sentimos así como que mucha furia entonces esta emoción no solamente es sentirla o expresarla sino que también va acompañada de cambios psicológicos y biológicos Cuando una persona por ejemplo está enojada tiende a que por ejemplo lata más rápido su corazón o a lo mejor sientes que tu carita se pone así caliente y roja por lo tan enojado que estas o incluso a veces como que hasta te tiemblan las manos de sentir todo ese enojo, en mi caso

cuando yo me enojo me empieza mucho como que a temblar la voz entonces se puede se puede expresar el enojo de muchas formas corporalmente hablando

Esta emoción se produce porque intervienen ciertas hormonas, del cuerpo que son por ejemplo la adrenalina y la noradrenalina qué es lo que hace que nosotros nos sintamos enojados o que esas hormonas se le ven un poco cuando sentimos furia estas respuestas corporales, todas estas respuestas corporales es en función de una defensa de nuestro cuerpo es como nuestro cuerpo se defiende solito ante una situación de amenaza, el enojo puede ser causado por sucesos externos o internos a nosotros

Por ejemplo nos podemos enojar bueno un suceso externo podría ser otra persona nos enojamos con otra persona tal vez nos enojamos con nuestro novio nuestra novia cuando le dio like a una chava, cuando le dio me encanta a la foto de una chava que estaba muy bonita, entonces ese es un suceso externo y el suceso interno puede ser también que por ejemplo nos enojemos de ciertas actitudes que nosotros mismos tenemos también por ejemplo las podemos enojar cuando algo no nos sale como queremos que nos salga y nos sentimos frustrados y nos sentimos como que muy enojados, también hay personas que expresan su enojo de muchas formas y es importante saber de qué forma podemos cómo canalizar el enojo y darle lugar. Entonces primeramente tenemos que saber que el enojo es una forma muy natural de expresar esta emoción mmm tendemos a responder de manera agresiva cuando sentimos mucho enojo, hay personas que por ejemplo cuando se enojan pues avientan cosas no quieren golpear, pero hay que evitar estas conductas agresivas.

La agresividad es una es una respuesta natural que se adapta a este tipo de amenazas porque el enojo inspira sentimientos muy intensos y con frecuencia tenemos conductas agresivas que no podemos controlar entonces hay tres formas en que las personas como tratan de canalizar su enojo.

La primera es expresar el enojo con firmeza; es decir expresar por ejemplo si estas enojado con alguien, comunicarle que es lo que te hace enojar sin agresividad obviamente y bueno esta es la forma más sana de expresar esta emoción para poder expresar esta emoción de forma favorable hay que aprender a dejar en claro cuáles son nuestras necesidades y cómo realizarlas, sin lastimar a otros es importante que tengamos en cuenta que el ser firmes no significa que seamos groseros o que seamos prepotentes uno cuando se enoja tiene la vía más

fácil decirle a la otra persona: “oye sabes que esté enojada por esta situación porque le diste like a esta chava y yo quiero saber qué onda”. Siempre expresar el enojo con firmeza no sin llegar a ser groseros y sin tener conductas agresivas

Hay otra forma de expresar el enojo que es reprimiéndolo y convertirlo en otra conducta más positiva o canalizarlo a otra conducta más constructiva, el objetivo de esto es inhibir o reprimir el enojo y pensar por ejemplo en cosas bonitas hay personas que les funciona muy bien que cuando se enojan este en vez de enojarse empiezan como a escuchar música alegre o empiezan a pensar en cosas bonitas o en la persona que te gusta para que el enojo baje, sin embargo el reprimir las emociones o no tomarles tanta importancia puede ser a veces un poco peligroso, ¿por qué? porque más adelante nosotros no vamos a poder expresar las otras emociones o incluso por ejemplo cuando te guardas el enojo cuando uno se guarda el enojo incluso hasta te puedes enfermar. Había personas o conozco a muchas amiguitas más que por ejemplo eran muy enojona si por reprimir el enojo y no expresarlo tuvieron enfermedades, así como de la vesícula de otras este otras afecciones, pero lo que quiero dar a entender es que cuando te guardas tú el enojo una emoción lo reflejas en el cuerpo lo reflejas en enfermedades y en esas cosas y aparte no está chido eso de reprimir las emociones.

Otra de las formas de cómo expresar el enojo o cómo canalizarlo es calmarlo interiormente, controlar nuestra propia conducta tanto interna como externa, o sea tratar de tranquilizarte hay personas que, por ejemplo cuentan hasta diez y empiezan a hacer ejercicios de respiración para calmarse a manera de resumen es importante que todas estas estas emociones les demos un lugar, por ejemplo el enojo siempre nos plantea no es bueno expresar tu enojo o no es bueno expresar tu miedo, pero sin embargo fructífero siempre darle siempre un lugar y tratar de manejar nuestras emociones y darle un espacio a cada una de estas por muy desagradables a veces que parezca seguimos con la siguiente de emoción.

Gabriel: Hola, yo soy Gabriel yo les voy a hablar de la emoción del temor, como verán el temor o el miedo usualmente siempre lo relaciona o nos llegan a decir que somos personas débiles, cuando en realidad el miedo es parte de nosotros porque usualmente el miedo siempre es a veces a algo desconocido o algo que no existen por ejemplo cuándo éramos más pequeños teníamos miedo a la oscuridad o a un monstruo ficticio es este miedo a lo desconocido que igual este actualmente nos puede dar miedo como el primer día de clases en

la secundaria, en la primaria, la primera vez que vas a realizar un viaje o vas a ir a un lugar desconocido entonces ¿qué es lo que nos pasa? en el cuerpo a lo mejor empezamos a sentirnos un poco más fríos, la piel de gallina, bueno no sé la piel de gallina es como que se les para como los vellitos de los brazos y de todo el cuerpo, algunos empiezan a temblar este de las manos o las piernas porque no puede encontrar el miedo o se empiezan a hacer chiquitos, pero algo positivo del temor o del miedo es que nos ayuda a reflexionar, nos ayuda a poder ver la situación en la que estábamos, a respirar y poder controlar, por ejemplo cuántas veces no han visto ustedes en las películas o en los animes que ven, que el protagonista tiene miedo o está llorando entonces ¿qué es lo que hace? Que empieza a analizar la situación y empieza a ser un poco más valiente y empezar a vencer el miedo.

El hecho de que pensamos el miedo no significa que en un futuro vamos a tener otro miedo, sino que éste se va a ir presentando en ocasiones a lo largo de nuestra vida como yo les dije o sea tal vez cuando somos niños pues nos da miedo algo ficticio como un monstruo o algo que nos inventamos con nuestra propia mente, pero posteriormente ya cuando vamos creciendo son situaciones desconocidas como les dije el primer día de clases o cosas así y muchas veces nos dicen que no debemos de tener miedo y esto hace que reprimamos o que nos guardemos esta emoción y nos perdamos el hecho de sentirla, de saber ¿qué es el miedo? porque también el miedo como les dije es positivo, nos ayuda a crecer como personas y a ser valientes, porque también vivir con miedo no está tan bien, está bien sentir el miedo en una medida, pero no en exceso, esto nos puede llevar como al miedo a conocer el mundo a conocer personas e intentar cosas nuevas por el hecho de ¿qué es lo que va a pasar? como verán aquí les pusimos algunos personajes que vemos que tienen miedo de demostrar quiénes son, pero posteriormente como ustedes lo han visto vencen este miedo y se vuelven poderosos, valientes más que nada, expresan esta emoción a pesar de que la gente les dice que sean cobardes algo así a ellos no les importa, pero posteriormente se vuelven valientes porque vencen el miedo porque saben que canalizar este temor hacia algo positivo y no hacia algo negativo entonces los podemos dejar como la siguiente emoción.

Aketzalli: Lo siento ahí me escuchan

Grupo: Si

Aketzalli: Tengo un internet pésimo, una disculpa con los niños también ahorita lo que voy a hacer es apagar la cámara, porque mi internet es muy malo, entonces lo que a mí me toca es la emoción del desagrado.

Primero que nada niños quiero decirles que... no se repriman, nadie nos dijo que estaba mal sentir enojo, nadie nos ha dicho que está mal sentir desagrado, sentir tristeza y si no los llegaron a decir no es correcto porque nosotros somos como un vasito con agua, como decía mi compañera Rebeca hace un momento cuándo estás muy enojado en ocasiones lo que haces o enojada es ... por ejemplo decía que pegaba bien pegadas a la pared le pagabas a las cosas o no sé, en casos muy extremos ya llegas a romper lo que es muñecos o muebles a lo que me refiero es que nosotros somos como un vasito con agua que el momento de llegar a un borde pues empieza a desparramar, entonces ¿qué es lo que pasa? cuándo nosotros empezamos a guardar muchas emociones o nos las empezamos a tragar, me refiero me refiero a tragar a aguantar todo lo que sentimos es no sé si ... estoy muy triste, pero no me gusta que me vean llorar me aguanto la tristeza, entonces ese es como un chorrito de agua que se va a sumando o estoy muy enojado, pero me aguanto tanto que esto otro chorrito que va llenando o tengo miedo, pero como mis amiguitos me están influyendo que haga cierta cosa que a mí me da miedo, pero por quedar bien lo hago y no expresé ese temor es otro chorrito de agua más, entonces ¿qué va a pasar? al momento de que se basan está totalmente lleno nos vamos a desparramar brutalmente y eso va hacer que tengamos acciones que no sea no sean las mejores aquellas como la violencia, la irritación, el enojo por cualquier cosita.

Ahora bien ¿qué es el desagrado? como bien ustedes lo dijeron, lo identifican a la perfección les da asco la comida o cuando les cae mal una persona, pero el desagrado o el asco es una de nuestras cuatro emociones básicas, es una respuesta causada por una repugnación o una impresión desagradable hacia algún estímulo, ¿qué quiero decir estímulo? hace alguna percepción a una señal que presientan que es mala, entonces agarran y se van o cuándo huele mal la comida obviamente no se la van a comer o alguien decía por ahí que no le gustaba el brócoli la primera impresión que me quiero imaginar es que cuándo ve el brócoli es como de guacala, que asco otra vez brócoli o no mamá por favor brócoli no entonces esta emoción es eso.

También no sólo nos protege de los alimentos en mal estado como dije también es nos aleja de los peligros a esto doy pie a lo que voy a mencionar las tres principales funciones del desagrado, las tres principales funciones del desagrado: es el escape, el evitar y el potenciar.

En el escape el desagrado nos ayuda a alejarnos de situaciones incómodas o desagradables, por ejemplo, cuándo una niñita bueno cuando usted es un niño o una niña los está hostigando demasiado el desagrado es como decir: no es que no me gustas o sabes que no gracias, agradezco tus buenas intenciones o el cariño que me quieras brindar, pero pues simple no me satisface o no me agrada.

En el evitar evitar el desagrado es el papel que nos alerta de escenarios dañinos, peligrosos para nuestra salud o integridad física, por ejemplo, cuando están jugando en un lugar oscuro con muchas piedras, el desagrado lo que hace es prevenirlos de no correr en ese lugar para evitar ciertos accidentes.

Y por último la potencia y la potencia es esta parte como buena la base para que ustedes tengan ese empujoncito de decir me que tengo que lavar las manos porque ya están sucias manos o en oler la comida antes de comerla porque si no, no sabemos si está echado a perder y quiero que se queden con que el desagrado no es una emoción mala, al contrario, es una emoción protectora una emoción que nos hace decir no o no que nos hace decir sí.

Por otro lado, todas las emociones básicas son como un jefe, pero este jefe tiene un es el líder tiene un equipo de trabajo y ese equipo de trabajo, obviamente tiene más nombrecitos y en el desagrado algunas emociones que lo conforman es el malestar, el enojo, la insatisfacción, la irritación y el fastidio; y como aquí lo estamos viendo está sinceramente no conozco muchos de estos muñequitos que están en la presentación, pero los que ubicó más es a calamardo, sullyvan, a Lucrecia, a una de Los Simpson, a Elsa, no sé quién sea el pulpo, el conejo de Winnie Pooh y Levi creo que es un anime, entonces, por ejemplo, una escena que se me viene a la mente muy icónica para que ustedes se familiaricen con el desagrado es creo que en el capítulo dos o tres de Naruto, cuándo no tienen que comer y le echa el trago a su leche a perder o sea él no utilizó su intuición y lo que hizo fue tomarse la leche y tuvo un pésimo día, tuvo malestares del estómago durante todo el día o también cuando Lucrecia de élite le importa demasiado lo que es la vestimenta que Chanel o Louis Vuitton o no sé qué tanta cosa ahí que es más con su aspecto físico o igual desagrado de intensamente es la que

escoge la vestimenta o algo así del Railey, sinceramente las demás no puedo ponerle un a calamardo si, calamardo vaya creo que es el ejemplo más notorio al menos para mí en esta emoción, pero bueno vamos a seguir con la siguiente.

Rebeca: Bueno ahora vive en la tristeza, la tristeza es una emoción que surge cuando perdemos algo o a alguien que queremos mucho que le tenemos muchos aprecio, puede ser una persona, una cosa o cuándo vas a una película y muchas personas interpretan el llorar con el estar triste, pero no necesariamente nosotros lloramos cuando estamos tristes, podemos llorar de felicidad, podemos llorar de la risa, entonces no necesariamente si ven a alguien llorando o si ustedes tienen ganas de llorar porque les contaron un chiste muy gracioso, no significa que estén tristes y esta emoción es en particular igual como comentaban mis compañeritos, muchas personas cuando lloramos nos dicen cómo: “ay, no llores” “ay ¿por qué? lloras” “ay, no seas chillón” y no está bien no llorar, creo que es muy importante que lloremos e igual creo que lo comentaba esta rebe, el guardarlos como estas emociones nos hacen daño entonces es mejor sacarlas y ya, si quieres llorar, llora y bueno aquí tenemos los personajes que nos comentaban por ejemplo, aquí está simba, está mamá coco, esta Stich todo triste, está forky que se sentía basura, se acuerdan que se aventaba hacia la basura.

Sofía: Bueno la última emoción es la de la alegría, la alegría es una sensación agradable que nosotros tenemos y esto nos hace estar contentos y de buen humor y con ganas de sonreír, cuando nosotros vemos a alguien sonriendo o alguien riéndose sabemos perfectamente que está feliz y así como es importante demostrar el enojo, el miedo, el desagrado y la tristeza, también cuándo uno está felices es muy importante externar nuestra felicidad y aquí podemos ver muchos personajes felices, igual no sé quiénes son algunos, pero pues está bing bong, esta alegría esta dori, Bob esponja, mate y otros que no me sé tampoco muy bien sus nombres y bueno déjenme cerrar la presentación.

****Se deja de compartir pantalla****

Sofía: bueno ya de acuerdo con lo que compartimos, mis compañeros y yo y lo que estábamos hablando de las emociones, en que situaciones que ustedes recuerden han sentido esas emociones la tristeza, el temor, la furia, el desagrado, la felicidad una situación en específico que usted se acuerda y que nos quieran compartir los escuchamos

Grupo: la alegría cuando me compraron helado y yo estaba triste, no me acuerdo porque estaba triste entonces mi mamá me compró un helado y me puse feliz

Sofía: okey, gracias por compartírnos.

Grupo: Miedo cuándo termino la saga de viernes 13.

Sofía: pero ¿qué sentiste?

Grupo: miedo, temor

Aketzalli: ¿miedo? dice mía tristeza cuándo mi abuela que estuvo todo el tiempo conmigo, que cuándo se compró un celular me escribió primero a mí y después se murió se murió, lloré mucho y estoy triste pone fer miedo como cuándo casi me caigo del árbol, se siente un hoyo en la panza.

Sofía: sí verdad yo igual cuándo, por ejemplo, una situación que a mí me da mucho miedo es subirme a algún juego a six flags me da mucho miedo mucho, mucho mucho miedo y siento entre miedo y desagrado porque no me gusta sentir miedo me desagrada sentirme así y no poder compartir eso con las demás personas, pero pues el miedo no se me quita entonces no puedo subirme alguien más que nos quiera compartir igual acuérdense que el chat está abierto y que nos pueden mandar pues porque ahora por escrito

Gabriel: no sé a mí me da mucho miedo me dan miedo las películas de terror, aunque no lo crean me dan miedo o sea si las veo, pero las veo cómo, así como haciéndome bolita para esperar el susto digo con el paso del tiempo ya como que ya aprendes en qué momento te van a espantar y cosas así, pero vas venciendo ese miedo, pero a mí en lo principal yo siento miedo cuando veo películas de terror.

Sofía: gracias gabo por compartírnos tu miedo, pone grupo asco el baño también cuando esta sucio ¿no? todavía tenemos un poquito de tiempo para que nos comparta, ahí veo muchas caritas que no han hablado ¿quién más? Nos podrían compartir por favor en qué situación han sentido está emoción.... sí está bien en el chat grupo

Grupo: ¿qué emoción?

Sofía: cualquiera de las emociones de las que hemos estado hablando furia temor desagrado tristeza alegría

Grupo: Mmm temor

Sofía: En qué situación has sentido temor

Grupo: Cuando me tiro de una tirolesa y veo para abajo me mucho vértigo y me da miedo

Sofía: Qué miedo da eso verdad, pone grupo miedo cuando veo arañas, felicidad cuando veo a la familia, desagradan cuando la maestra me pone cinco, todos sentimos desagrado grupo

Grupo: a mí en principio me daba miedo los juegos que son para más grandes también me acuerdo como siempre iba con mis primos pues siempre me subía no me podían dejar sola ahí abajo entonces con el tiempo empiezas a sentir miedo y ya me gustan me encantan esos juegos cuando voy con mis primos allá a los juegos así o a la feria y hay juegos de esos es cómo volteo a ver a mis primos y mis primos a mí y nos vamos a subir entonces ya era como un miedo que ahora se convirtió en algo que me da mucha alegría

Sofía: justamente el miedo es bueno enfrentar, cuando experimentas miedo y ya lo enfrentas te das cuenta de que realmente si puedes enfrentarlo y cambiar del del miedo a otra emoción más agradable.

Aketzalli: a es tu hermana ¿verdad? alegría cuando hablas con tus amigos y luego pone grupo me sentí triste cuando mi familia estuvo contagiada de COVID porque sentí gacho, grupo pone miedo cuando no entregó el tiempo, también todos compartimos tu miedo, pone grupo miedo a reflexionar acerca de lo que suceda en la vida el propósito de tal y mi existencia.

Sofía: Siempre nos preguntamos para que estamos acá ¿no?

Aketzalli: Dice elena, alegría cuando obtenemos buenas calificaciones.

Sofía: bueno no sé ¿si alguien más quiera agregar algo decir algún comentario sobre esas experiencias con las emociones?

Grupo: Miedo, yo tengo un miedo que es cuando me pinté el cabello este mi abuela no me había dejado pero mis papas si y entonces mi abuela era como la que también decidía sobre

eso y cuando llegué a la casa tenía mucho miedo de que me regañara, pero resulto que no me regañó entonces todo salió bien.

Sofía: qué bueno que no te regañaron.

Aketzalli: Igual yo creo que es importante mencionar que todos experimentamos las emociones de diferente manera por ejemplo yo a diferencia de gabo que le dan miedo las películas de terror yo disfruto ver las películas de terror e incluso me siento feliz cuando las veo es como de no manches aunque sé que tal vez me van a espantar pero no me espanto esa música como de suspenso a mí me gusta y ya cuándo termino de verlas ni siquiera creo que en lugar de ver como una película para que se me quite el miedo me gustaría seguir viendo las películas de terror o por ejemplo también a mí me encanta la película de Shrek yo todas las películas de Shrek las podría haber un millón de veces y eso también es como súper felicidad bueno también nosotros estamos bien grandes y ustedes están bien chavitos y ven varias cosas que la verdad desconozco o por ejemplo lo que a mí me da miedo son las alturas tal vez a muchos les guste lo alto o ver hacia abajo o no sé quién haya visitado lugares muy altos para ver las estrellas a mí me da vértigo y todo en las piernas me están temblando lo que pienso es bájenme de aquí por favor.

Gabriel: Sí, justo yo quiero mencionar algo que esta grupo escribió que sea miedo al reflexionar acerca de lo que sucede en la vida del propósito de tal y mi existencia cómo tal sólo existimos para morir eso pienso dice miedo al vacío a la falta de productividad, para mí se manifiesta como algo frustrante y bastante tenebroso saber que en el fondo hay un vacío de improductividad justo creo que el miedo va a algo que no conocemos no a lo desconocido que a veces no sabemos ¿qué es lo que va a pasar? va de la mano concuerdo mucho contigo también mencionarles que todos estos personajes que vimos tienen una emoción como representativa, como el miedo, la tristeza, pero no por eso significa que sólo sientan esa emoción, podemos ver a cualquier persona, ya sea de nosotros mismos, de nuestra familia, a un personaje en alguna de estas situaciones feliz, enojado, triste, con miedo o con desagrado, somos seres humanos y sentimos eso, sería todo de mi parte. No sé si Sofia quiera decir algo más.

Sofía: Sí, bueno, dice grupo me pone feliz ver The Umbrella Academy y Riverdale, igual para complementar todo lo que mis compañeras....

Grupo: Maestra a usted ¿qué la hace feliz? A mí notas perfectas mmmmmm hay no sé me agarraste desprevenida, estar con mi familia realmente es muy importante eso.

Sofía: Dice grupo “yo manifiesto la alegría como la satisfacción emocional, así que las situaciones que me hacen feliz es alimentar mi conocimiento en muchos temas” muy bien, pregunta mía, bueno con lo que dice maya es muy importante alimentar los conocimientos en todos los aspectos y dice mía: que a ti gabo, Aketzali y rebe ¿qué les hace felices?

Rebeca: Me hace feliz comer, ver series e igual estar con mi familia, yo creo o ver al vato que me gusta.

Gabriel: Bueno, a mí me gusta hacer lo que se me dé la gana, simplemente me gusta tener el control de mi tiempo, eso me hace feliz porque yo decido en qué invertirlo, tal vez si jugar, tal vez el no hacer nada, tal vez en estudiar, me gusta tener el control de mi tiempo, eso me hace feliz porque yo decido invertirlo en qué actividad quiero realizar y también me gusta estar con mi familia y con mis amigos.

Aketzalli: Pues a mí lo que me hace feliz es leer, bailar, escuchando música, ver películas, disfruto mucho el momento que pasó con mi hermana a pesar de que tenemos 11 años de diferencia nos comunicamos muy bien, me gusta también estar con mi familia, ahorita no les puedo decir lo mismo que mis compañeras, que con el novio, porque creo yo que el tiempo más importante que puedes aprovechar también es justo concuerdo con grupo creo el nombre, es prepararse, me gusta leer, no les voy a decir que me encanta la lectura como muy científica y eso porque les estaría mintiendo, a mí me gusta más como es las novelas de amor, tal vez de tiempos atrás viejitos también tiempos presentes y me gusta mucho comer, me hace muy feliz cuando como alitas, pizza, hamburguesa, ya para concluir también lo que a mí antes me gustaba mucho que practicaba era hacer box y kickboxing, pero ya lo deje de practicar, pero igual eso es algo que me gustaba y disfrutaba mucho y me hacía feliz.

Sofía: Super muchas gracias a los 3 y bueno, ya les aclaramos todo, a ver si vas a ser feliz a nosotros, bueno, ya para terminar esta esta sesión. Sólo como una idea general de ¿por qué hicimos esto de las emociones? Nuestra finalidad es que ustedes conozcan e identifiquen cada una de las emociones que existen y que tenemos y sobre todo que las entiendan para ustedes mismos, que ustedes aprendan a identificar cuándo están enojados cuándo están

tristes, cuándo están felices, cuándo les desagrada algo, cuando tienen miedo y ya una vez que ustedes lo identificaron, aprender a externarlo y expresarse los a las personas que nos rodean, amigos, novios, novias, papás, mamás, tías, primos, y esa es la finalidad de esta decisión y hasta aquí sería todo, no sé si ustedes quieren decir algo más.

Sofía: Dice Aketzali: “es importante mencionar que si quieren que los escuchemos de algún tema más personal se pueden quedar al final y con gusto estaremos para ustedes?, sí, si alguien se quiere quedar en la en la sesión se puede quedar y contarnos, no sé algo que los esté haciendo sentir triste eso o con miedo, enojados y nosotros podemos escucharlo sin ningún problema, bueno, por ahorita sería todo, muchísimas gracias por asistir, nos vemos el próximo martes y les repito si se quiere quedar bien alguien, nosotros nos vamos a quedar todavía un ratito por aquí, vale, cuídense mucho.

Sesión 4: Pubertad

Coordinadora de la sesión: Aketzalli Jiménez Duración: 1 hora 18 minutos 57 segundos

Aketzalli: Comencemos, el día de hoy les quiero hablar de un tema que ahorita ustedes lo van a tener que adivinar ¿alguien de ustedes ha jugado al juego del famosísimo ahorcado?

Grupo: Si

Aketzalli: Pues entonces ahorita les voy a mostrar una cartulina que tengo aquí pegada y hoy ustedes van a hacer el inicio de esta sesión adivinando que tema tan solicitado nos pidieron, recuerden que ustedes en una de las sesiones dieron los puntos de vista, dudas e inquietudes que ustedes tenían, pero también recuerden que la pista es que todos son procesos y que tenemos diferentes etapas y hoy vamos a ver una de esas tantas etapas, la primera pista es que tiene ocho letras, entonces vayan pensando qué letras van a ir aquí para eso les solicito que prendan su cámara porque así yo siento que estoy hablando a nadie, para que también tengamos interacción porque ustedes si nos conocen pero nosotros no los conocemos a ustedes, para que se vuelva un poquito más amena la situación y tengamos contacto aunque

ya sabemos que esto es virtualidad pero así nos conocemos un poco más. Ustedes me dicen si se ve bien o se ve mal, si lo alcanzan a ver.

Grupo: No se alcanza a ver maestra

Aketzalli: (Mueve la cartulina) ¿Ahí se ve mejor?

Grupo: Si maestra

Gabriel: Igual lo que podrían hacer los niños es fijar tu pantalla para que se les abra por completo y vean con mejor claridad y más completo

Aketzalli: ¿Si pueden hacer eso?

Grupo: Si

Aketzalli: Alumna ¿Ahí alcanzas a ver?

Grupo: Si

Aketzalli: Entonces comencemos para que esto sea un poquito más rápido, ¿qué letra creen que vaya en una de estas líneas?

Grupo: En la primera va E

Aketzalli: Nooooo, acuérdense que son un equipo

Grupo: La E

Aketzalli: si, correcto

Grupo: R

Aketzalli: ¿Quién dijo R?

Grupo: Yo maestra

Aketzalli: Okay

Grupo: ¿S?

Aketzalli: No, no hay S

Grupo: ¿F?

Aketzalli: Noooo tampoco, van bien van bien, digan otra letra, les faltan cinco

Grupo: ¿C?

Aketzalli: No (se ríe), niños ya perdieron, no era ni la C ni la O ni la F, no... Pubertad era la palabra, yo no sé qué palabra estaban pensando me querían decir, ¿qué creían que decía? Porque escuche J, C, S

Grupo: pensé que era emociones

Aketzalli: Ah no, no eran las emociones, esa clase fue la semana pasada, todavía vamos a ver emociones, pero no era esa, que más pensaban que era, ¿quién me dijo J que pensaba que era? ¿Alumno tú que pensabas que íbamos a ver el día de hoy?

Grupo: No sé yo solo entre a la clase sabiendo que iba a ver un tema nuevo, la verdad no sé

Aketzalli: Oka, el día de hoy vamos a ver el tema de la pubertad, ¿están de acuerdo? ¿Les parece o no les parece?

Grupo: Si nos parece

Grupo: Si maestra, está bien

Aketzalli: Vale, ahora díganme, ¿saben algo de la pubertad?

Grupo: Si, que son cambios lastimosamente

Grupo: Si, en realidad creo que la mayoría de los que estamos en esta clase estamos en esa etapa

Aketzalli: Muy bien alumna, los demás, ¿qué creen o que saben acerca de la pubertad?

Grupo: Se presentan cambios emocionalmente

Aketzalli: Lo pueden escribir en el chat si prefieren

Grupo: Es la etapa de nuestro cuerpo en la que recibimos muchos cambios

Aketzalli: Efectivamente, todos están en lo correcto con lo que dijeron, pero les voy a explicar primero como va a estar hoy constituida la actividad, como ya vieron la número uno fue intentar que ustedes adivinaran el tema del día de hoy que efectivamente va a ser la pubertad, ahora lo que sigue es que les voy a dar la explicación y posteriormente un video de 4 minutos nada más y al final hay una actividad en la que quiero que participen ustedes, así que vayan pensando, voy a poner unas imágenes para que, en este caso, yo les dibuje los cambios que tiene tanto el hombre como la mujer, e joven o la joven, el adolescente o la adolescente. Permítanme tantito

Rebeca: Bueno, en lo que Aketzalli prepara su material aquí en el chat nos comparten que la pubertad son cambios físicos y psicológicos que tenemos en algún momento, muchas gracias alumna

Aketzalli: Efectivamente chicos, la pubertad es un proceso de maduración biológica en los genes de nuestra especie, es importante y de suma vitalidad hacer énfasis en nuestra especie porque como sabemos somos seres vivos pero hay muchísimos más y tenemos ciertas características que nos distinguen de los animales, de las células o de algún otro ser vivo, la pubertad tiene un rango de los 11 a los 12 años pero es importante recordar que la adolescencia va encaminada con la pubertad porque abarca de los 8 a los 19 pero al día de hoy solamente nos vamos a centrar en lo que es la pubertad y para ello el primer determinante de la pubertad es el famosísimo estirón no sé si ustedes han escuchado que les dice su tía, su abuelito, su abuelita, su mamá “cómo que de repente de un día a otro estiraste”, pues efectivamente ese es uno de los cambios, a unos no les gusta y a otros si les gusta, pero ese famosísimo estirón trae consigo lo que son pero sin embargo esta genética unidad por lo que son variantes biológicas y variantes ambientales las variantes biológicas y las variantes ambientales van de la mano porque como ustedes bien saben que nos alimentamos desde fuera pollo atún soy ya sopita jitomate pero estos variantes tanto biológicos como ambientales tienen que ver en nuestro campo en nuestros cambios físicos mucho porque algunos jitomates tomates zanahorias no son solamente crecen dejan que crezca no lleven su proceso natural como debe de ser las personas tanto o sea agrónomos o las personas de campo incluso algunos ciertos químicos que hacen que este sea un variante más de la pubertad porque nos cambiaron

los modifican ciertos nutrientes de nuestros cuerpos las primeras valiente de la pubertad son las hormonas ¿saben que son las hormonas?

Grupo: Si

Aketazalli: ¿Alumna, nos podrías decir que es una hormona?

Grupo: A mí me dijeron que es cuando empiezas a experimentar cambios con las personas y así

Grupo: Es la actividad de tejidos determinados, las encargadas de regular cada cosa en tu cuerpo, cómo los estrógenos que se presentan en la mujer son las encargadas de hacer que en la pubertad nos crezcan los senos, de hacer la ovulación y cosas así, como tal son las hormonas de regular todo en el cuerpo

Aketzalli: Exacto, el alumno lo dijo muy bien, entonces siguiendo con este tema de las hormonas y la pubertad, efectivamente las hormonas son las que tienen ese funcionamiento en donde se va a disparar los cambios tanto físicos como emocionales y como bien lo dije lo a alumna, las hormonas son sustancias químicas segregadas por el sistema endócrino en el torrente sanguíneo y que tienen distintos métodos de regulación sobre los órganos del organismo. En el inicio de la pubertad viene determinado por un momento significativo como ustedes ya lo dijeron, no les gustan a veces estos cambios, como el cambio de voz, empiezan a tener ciertos cambios emocionales como su humor, a lo mejor uno de ustedes es muy enojón, muy feliz, ¿alguno de ustedes se considera enojona o enojón?

Grupo: Si yo si

Grupo: Yo soy enojona

Aketzalli: ¿Porque te consideras enojona?

Grupo: Porque siempre me enojo si no se hacen las cosas como yo quiero

Grupo: Yo me considero sensible

Aketzalli: ¿Por qué sensible?

Grupo: No sé, porque a cada rato me siento mal por cualquier cosa, no se

Grupo: Si, me pasa todo el día, por ratitos largos

Aketzalli: Efectivamente, eso es algo muy natural de esta nueva etapa en ustedes, tal vez les agrade, tal vez les disguste o les encante, pero lo que les puedo decir es que este proceso solo lo pasamos y lo vivimos una sola vez

Grupo: Yo también soy muy enojona

Aketzalli: Eso es lo que sucede en la pubertad, estos niveles de nuestras emociones se ven disparadas por las famosísimas hormonas y como puedo ver en sus caritas creo que no les agrada mucho esta idea de empezar a tener cambios, pero ya es algo en lo que ustedes van a tener que trabajar. En el proceso puberal podemos encontrar cambios en el peso y en la grasa corporal, esto de la grasa corporal es más notorio en las niñas porque empieza a crecer el busto y las caderas, no podemos dejar de lado lo que ustedes me están comentando, que son un poquito enojones y que tienen cambios emocionales, que están un poco sensibles, es normal, no se tienen que espantar, si ustedes se sienten sensibles lloren, si ustedes se sienten enojados no se desquiten con nadie, busquen una manera, aprieten una hoja, escuchen algún ruido, comprese una bolita anti estrés o si no con muchos calcetines que tengan rellénelos y aprieten los, pero vivan sus emociones no se depriman, no es malo, a lo mejor los toman por sorpresa porque son cambios que no habían experimentado y están pasando una transición de la infancia a lo que es ser jovencitos y jovencitas, ahora bien no podemos dejar de lado la parte emocional, pero también vienen esas cosas de que les gusta arreglarse, ponerse bonitos, que se les ve bien, que se les ve mal, como se sienten cómodos e incómodos, esto es parte de la pubertad, que ustedes comiencen a tener interés y preocupación por su imagen, en esta etapa también como lo dijeron están muchas emociones negativas, como el desgarrado el enojo, el temor, que son las emociones que vimos la clase pasada, entonces este es un proceso en el que ustedes van a tener las emociones por aquí y por allá, por un lado y por el otro, pero está bien, como se los vuelvo a repetir se los voy a decir un sinnúmero de veces, este proceso nada más lo van a vivir una vez porque después ya van a ser adolescentes y van a comenzar con la socialización con personas más grandes, pero tómenselo con calma porque ustedes van a decir, hay no manches mi voz está cambiando algo me está creciendo no me gustan esas partecitas, la adolescencia es más difícil? Pues dependiendo de cómo la tomes tú

porque a lo mejor para algunas personas la adolescencia es más fácil, pero para otras más difícil, pero respondiendo tu otra pregunta de la diferencia entre la adolescencia y la pubertad, en la pubertad es cuando se empiezan a ver los cambios físicos más notorios en la adolescencia es un poquito más lo que es los cambios y emociones psicoafectivos lo que tiene que ver un poquito más con las emociones y con el cambio de ideología. Ahora bien para que ustedes aprendan un poquito más con respecto a el sistema endocrino les voy a pasar un video pero antes de eso no sé si Gabo, Rebe o Sofí o ustedes quisieran escuchar cómo fue nuestra experiencia, porque a lo mejor ustedes quieren escuchar como cada uno de nosotros vivió sus cambios porque también es importante ok día si te gustaría escuchar entonces queda abierto el micrófono alguno de mis compañeros que quieran compartir su grata o no grata experiencia acerca de cómo vivimos la pubertad o la adolescencia.

Gabriel: me presento los cambios físicos más importantes que yo empecé a notar fue que como verán ustedes pues tengo barba un poquito como el bigote a los 13 años entonces como que los 3 años el niño no debe atender bigote sabe posteriormente ya no puede creciendo como la barba tío no es una barba pero es una barba decente a comparación de otros muchos entonces eso fue un cambio que yo tuve que aprender porque al principio como que uno no está acostumbrada a tener como pelo en la cara saber o sea uno siempre está como con su piel al natural sin ningún pelo posteriormente pues también esto es un cambio que ya fue poquito más notorio me empezó a salir pelo en el pecho entonces también eso fue realmente incómodo porque yo no sabía que eso me podía pasar entonces aceptando esto porque pues realmente son realmente tú creces este siendo así que el apellido sin pelo y de la nada te empieza a crecer entonces dices como yo que volé no o sea por qué me está pasando esto entonces eso fue como que algo que empecé a comprender me dijeron que aquí queda por mi genética porque la familia de mi mamá pues casi todos mis primos o mis tíos tienen bigote o barba entonces pues son cosas genéticas porque del lado de la familia de mi Papa pues no hay nadie con barba De hecho todos son este así lampiños y sin barba sin bigote entonces era como de Ah pues fue algo complicado porque era interesante y complicado porque mi cuerpo estaba cambiando pero lo primero que aceptar otra cosa que me cambió mucho o que me afectó fue a mi cambio de voz porque uno tiene la voz del niño y cuando eres bueno cuando eres niño tu voz se hace más gruesa entonces yo escuchaba o tenía vídeos cuando yo era niño y los volví a escuchar o no escuchar mi propia voz ya no era la misma cosa o la gente me

decía como oyente está cambiando la voz y yo realmente no lo notaba porque usualmente pues nosotros escuchamos nuestra propia voz este durante años y realmente uno no se da cuenta de los cambios hasta que alguien se los reconoce esos fueron los cambios más importantes para mí porque fueron como cambios a los que yo no estaba tan pero tan seguro que me iban a pasar yo sabía que iba a crecer o sea que mí que mi pecho se iba a escuchar i y si iba a dar el estirón y muchas cosas más pero realmente estos cambios físicos fueron los que más me sorprendieron porque no sinceramente no me lo esperaba pero bueno con el paso del tiempo ahorita que ya tengo 22 años pues ya aceptado y pues me gusta tener barba De hecho la cuido mucho entonces también estos cambios que me han pasado a mí pues los acepte y ahora los cuido demasiado pero bueno ya sería todo por mi parte

Rebeca: Hola chicos, cómo están pues yo empecé a tener cambios a los 10 años este me acuerdo que a esa edad pues comencé mi menstruación no entonces pues igual como digamos también pues me empezó a crecer el vello a lo mejor en las axilas o en la zona de los genitales y también a pues por ejemplo los senos me empezaron a crecer un poquito más no entonces pues yo yo he sido así como que de desarrollo medio lento entonces pues yo veía a otras niñas ya en la primaria más o menos que pues sí o sea sí sí les crecían mucho los pechos no y pues a mí casi no o sea sí sí sí sí sí sí crecieron si me crecieron desde muy chiquita pero pues no se desarrollaron bueno entonces este pues esos fueron como que los cambios igual más significativos en la pubertad y también pues este en el aspecto emocional pues había días en los que me sentía un poco fatigada porque como justamente estamos este en esa en ese salto de la infancia en la pubertad pues tenemos a por ejemplo a sentirnos más cansados o sentirnos más fatigados o a lo mejor dormir mucho porque porque justamente estamos creciendo este pues yo notaba que a esa edad pues sí a veces como que me dormía después de la escuela o por ejemplo mi humor cambiaba de de repente en un momento a otro y pues la verdad igual como dice dice mi compañero gabo al principio cuando me empezó a salir vello púbico pues sí este sí como que te sientes un poco incómodo porque pues estás acostumbrado acostumbrado a no tener ningún vello no en tu cuerpo pero pues obviamente es todo un proceso y es una etapa de la vida en la que pues tienes que aceptarlo

Sofia: pues igual a mí me pasó igual que a rebe io no sé no puedo exactamente qué edad tenía pero cómo iban texto de primaria fue cuando tuve mi primera menstruación y fue raro no

porque a nosotros al menos a mí jamás me explicaron que era eso entonces cuando pasó pues ya me espante o sea yo creí que me estaba muriendo ya pues me explico mi mamá i igual pues cuando yo iba en la primaria y en la secundaria que será como hasta segundo de Secundaria yo era así flaca flaca flaca flaca flaca y pues siempre ha sido familia paterna es muy alta no entonces yo siempre he sido muy alta YY después en tercero secundaria no sé algo pasó en mi cuerpo que me creció todo así se me creció en las piernas se me ensancharon las caderas me crecieron las pompas YY pues ya o sea pues es un proceso o sea fue es un proceso difícil y para mí fue muy difícil y también eso tener los cambios de humor era porque uno no sabe por qué está enojado nomas te sientes enojado y así yo días a todos y tus papás son los peores y no te entienden y ya pues hay que saber hablarlo como decía que tenía que saber expresarlo y externar no y si uno se siente mal o sea a lo mejor puedes no saber por qué te sientes mal puede ser sólo hormonal pero externarlo oye sabes que estoy molesta me siento enojada no sé por qué pero me siento molestar pero si te eso te lo guardas y no lo estas pues también te va a ayudar ella pues creo que sería todo.

Aketzalli: muchas gracias hay una pregunta que se me pasó perdón mía que dice si son normales los ataques han sido licencia es normal tener un poco de ansiedad sí pero también tenemos que aprender a diferenciar cuando estas emociones básicas se empiezan a convertir en algo cotidiano y eso cotidianos no tiene que seguir se tiene que atender la ansiedad porque no es sano el estar viviendo con tristeza o con enojo con todas las personas entonces tenemos que aprender a identificar cuando llegues algo exhibo o cuando ya es algo normal de nuestro crecimiento porque obviamente por ejemplo tal vez a nosotros las las mujeres cuando este nos va a menstruar todos tenemos una menstruación súper diferente por ejemplo yo cuando a mí me lo Espere pongo de malas con todo despierto de mal pero ya sé cuándo me va a pasar por ejemplo no es normal que llores cuando se te acaba eso o cuando no sé a lo mejor ves que que tu mamá y te enojas, hay que aprender a identificar nuestras emociones muy muy muy muy muy seguido pero pues ahorita como ustedes tienen todo su sí Miguel se puede decir disparado es un poquito complicado pero un buen acompañamiento les va a ayudar a saber si son como dentro de esta etapa o están fuera de la etapa les volvemos a repetir si ustedes quieren hablar con nosotros se pueden quedar al final nosotros con gusto lo vamos a escuchar Ahora bien grupo dice que tener hermanos en esta etapa es bueno o malo pues es que en sí no hay algo como lo lo bueno y lo malo es subjetivo no entonces tal vez para ti sea

bueno pero para otra persona sea malo o tal vez incluso se puede decir que me está pasando esto se confianza pues se va a Motril YY juntos van a poder identificarlo y van a decir lo que me está pasando esto a lo mejor hay más confianza decir a ti también te está pasando no pues que no se van a dar cuenta que este proceso es súper súper diferente ahora todavía no me baja supongo que son ajá como te digo mira el proceso de puerta de no es unir no es de un solo lado es de muchos a cada cada quien tiene sus temporalidades cada quien tiene su genética de diferente manera por ejemplo tal vez al rebe le bajo y a sofi en la primaria a mí me pasó hasta la secundaria tal vez a gabo y es creció el vello no sé en la edad de 13-14 años pero a otros niños incluso les crece antes en lo que es quinto sexto es cuando empiezan a decir qué onda que me está pasando porque a mí sí ya los otros no pero no cada quien tiene sus procesos cada quien tiene sus temporalidades no te espantes todo voy a llegar a su momento y cuando tenga que llegar ahora les voy a pasar un pequeño vídeo para que vean un poquito más lo que es el sistema endocrino

VIDEO del sistema endocrino

Relatoría: Posterior al video Aketzalli realizó una actividad en la cual dibujo en dos cartulinas una silueta, los niños se encargaron de darle género a cada una y la actividad consistió en irlos armando, le pusieron a la mujer pechos, granos, vellos púbicos, vellos en la axila, bigote, sudor etc. Mientras que al hombre le pusieron vello púbico, barba, bigote, vello en las axilas, etc. Al igual se le asignaron emociones y sentimientos a cada uno, entre las más nombradas destacamos enojo, tristeza y soledad.

Sesión 5: Aparato reproductor masculino y femenino, menstruación y ciclo menstrual

Coordinador de la sesión: Gabriel Gonzalez Duración: 1 hora 9 min

Gabriel: Hee supongo que si se ve bien ¿no chicos?... Alguien diga “si” por favor

(Silencio 4 segundos)

Grupo: Si se ve bien

Grupo: Si

Gabriel: ¡Ok! Heee bueno aparatos reproductivos femeninos y masculinos ¿Cuáles son y cómo funcionan? ¿Cómo cuidarlos y para qué sirven? Heee, aunque no lo crean todos tenemos el aparato reproductor femenino o masculino ya independientemente que seas niña o niño, todos los tenemos, o sea no hay persona que no lo tenga. Incluso los animales, los seres vivos, los animales también los tienen, pero bueno, en esta vez nos vamos a enfocar solamente en el de los humanos.

—Heee ¿Cuáles son y cómo funcionan? Pues vamos a comenzar primero con el aparato heee reproductor femenino, el interno y después iremos al externo. Igual el masculino tiene interno y externo.

Hee bueno el aparato reproductor femenino se compone de ovarios, trompa de Falopio, útero, el cérvix, la vagina y la vulva heee bueno, la función del ovario es...para empezar es del tamaño de una nuez, o sea es muy pequeñito, entonces su función es segregar estrógenos y progesterona que ayuda al desarrollo de los caracteres biológicos cuando se llega a tener un hijo...heee a un bebe.

Libera, de este pequeño ovario, libera otras bolitas muy pequeñas, que son llamadas óvulos y estas las liberan cada mes, para...las liberan cada mes y esto es lo que ayuda a que empiece la vida reproductiva de los seres humanos heee este ya una vez que esta liberado, el ovulo pasa por las trompas de Falopio, como pueden ver, que su función es transportar el ovulo hacia el u...hacia el útero, que es aquí la parte hueca que se puede ver. Esta parte es hueca porque esta entre la vejiga y el recto, el ano, que es donde nosotros expulsamos...este las heces, o sea hacemos del “2” como muchos lo conoces. Y la parte del útero es donde se va a desarrollar el...el ovario en dado caso de que se llegue a...a estar embarazada o contraer la fecundación ahí es donde se desarrolla él bebe o en dado caso que no se fecunde pues realmente es donde ahí pasa la menstruación que en unos momentos pues veremos ese tema.

Hee bueno el cérvix heee mide de 2.5 a 3.5 centímetros, es muy pequeña y permite que salga el sangrado de la menstruación o él bebe en el caso del embarazo. Heee bueno la vagina es la parte por donde entra el pene y ahí se hace la eyaculación para que posteriormente con el espermatozoide el ovario se fecunde y pues se haga un feto, un bebé, si es que se llega a ver ese tema.

Y pues la vulva es la parte exterior de la vagina, que en unos momentos les voy a mostrar cómo funciona. Bueno este es el aparato reproductor externo femenino, entre paréntesis “vulva” que estamos viendo anteriormente, aquí abajito...Y bueno, comienza con lo que es el monte de venus que...el monte de venus cubre el hueso púbico y el cubrimiento del monte de venus es con el vello púbico, entonces esto es lo que ayuda a liberar las feromonas a la hora en la que se está teniendo como una relación sexual, o es así como la función del monte de venus que es proteger el hueso púbico y con el tiempo ya cuando entren en la pubertad es que se desarrolla el vello púbico heee a continuación vienen los labios mayores que son, este...caracteres que protegen a los genitales más pequeños que son los labios menores, el himen, la uretra, el clítoris, la abertura de la vagina, esa es la función de los labios mayores, de hecho son carnosos y ayudan a la protección su equivalente, en el caso de los hombres vendría siendo el escroto que en un momento veremos a continuación.

Posteriormente siguen los labios menores, estos labios son mucho más pequeños que los mayores, incluso llegan a medir como 5 centímetros o menos de longitud, más o menos, esa es como la estimación que tiene; usualmente suelen ser rosados, pero en algunas ocasiones puede variar, generalmente si son rosados, pero no siempre tienen que ser así tan cual como es. Bueno, este, cuando llega a tener una relación sexual pues estos se hinchan y se vuelven muchísimo más sensibles. Posteriormente sigue lo que es el himen que es como una membrana que es por la cual protege la abertura de vagina, entonces en algunos casos esta se llega a romper cuando se realiza por primera vez el acto sexual pero no siempre es así, o sea se puede romper si se llega a hacer actividades físicas bruscas como la gimnasia, andar en bici, montar caballo. No necesariamente tiene que ser como la primera relación sexual para que se rompa, o sea se puede llegar a romper por alguna otra actividad. Por lo general esta membrana es como una tela que tiene como hoyitos, ya ven que una tela tiene como hoyitos y si tú le echas agua, pues pasa el agua, entonces esta membrana es similar a una tela ¿por qué? Porque cuando llega la menstruación, llega el momento en el que el ovulo, el ovario este no funciona, explota, cae la sangre y pasa por el himen y como esta, como una tela que pasa el agua, pues pasa la sangre para que se realice la menstruación.

Posteriormente sigue el perineo que es esta pequeña parte que su función es dividir los genitales femeninos del ano ¿Por qué? Porque si no se llegan a cuidar bien, como el ano, pues

ya ven que por ahí se saca la popo pues traen bacterias o infecciones que si llegan a tocar a los genitales pues puede producir infecciones, entonces esto es muy dañino para tanto nosotros como hombres como para las mujeres. Entonces la función del perineo es separar estos genitales del ano y por lo general es de 2 a 5 cm de separación, obviamente pues va a variar porque cada cuerpo es diferente. También una de sus funciones pues ayuda a controlar los esfínteres, también caso de que una mujer este embarazada pues el perineo es como la última barrera de defensa si se llega a tener un accidente como chocar con un auto, caerse o así, es como lo último que protege al bebe, es como la última barrera para proteger al bebe y también una función que es súper importante es que también sostiene al útero y la vagina, hace que se mantengan en su lugar. Si no tuviéramos el perineo pues todo se desacomodaría y quedaríamos fatalmente desechos por dentro.

Posteriormente viene la apertura de vagina que es por donde se penetra a la hora de tener sexo y es por donde puede salir la sangre a la hora de la menstruación y él bebe en sado caso de que se tenga un embarazo esta se puede expandir, pero eso es cuando se tiene un bebe, se llega a dilatar, esa es la palabra correcta, “dilatar” para que él bebe nazca y salga bien, que salga la vida. Posteriormente sigue la uretra que es por donde...es un tubito pequeño que es donde sale el pipí o sea está conectada con la vejiga, entonces la vejiga retiene la orina y por la orina va saliendo por la uretra para que hagamos pipí esa es como su función. Y posteriormente viene el clítoris que es una pequeña porción de carne, así súper pequeñita, esta está en la parte superior de los labios menores como podrán observar esta hasta arriba, entonces su función es más o menos equivalente al pene porque es muy sensible e incluso puede llegar a tener una erección y pues como puede tener una erección pues se vuelve mucho más sensible, entonces al momento de ser muy sensible pues se puede llegar al placer sexual si lo llegan a rosar...¿no sé si hasta aquí tengan alguna duda o seguimos?

Silencio de 4 segundos

Gabriel: Digan algo...

Grupo: Ninguna

Gabriel: —Es que no puedo ver el chat. ¡Ok! Es que les comento porque yo no puedo ver el chat porque como estoy compartiendo pantalla...pero, continuamos

Aquí, alguien me va a ayudar, ya no supe que compañera me va a ayudar con esto de los tipos de ciclo menstrual, porque no...o sea hay tipos de ciclo menstrual normal, el corto y el largo...entonces les dejo la palabra ahora a mi compañera que me vaya a ayudar

Rebeca: ¡Hola! Yo bueno como sabrán uno de los cambios que nos ocurre en la pubertad, a las mujeres, es el ciclo menstrual que es cuando tenemos nuestra primera menstruación. El ciclo menstrual dura normalmente 28 días, pero como cada organismo de la mujer es diferente pues hay veces que por ejemplo llegan a durar de 21 a 35 días. Entonces pues el ciclo menstrual normal se empieza a contar desde el primer día de sangrado, normalmente este sangrado dura entre 3 y 5 días. Cuando nosotras tenemos nuestras primeras menstruaciones este sangrado tiene a durar más, aproximadamente 7 días, ya después conforme va pasando el tiempo, el ciclo se empieza a regular y estabilizarse de entre 3 y 5 días, pero como lo dije anteriormente cada mujer es diferente. Y pues también existe una etapa que es la de la ovulación que ocurre a los 14 días, que es cuando una mujer está preparada para que el ovulo sea fecundado, a los 14 días el ovario expulsa un ovulo y justamente viaja hacia el útero y esta es la mejor oportunidad para que se logre a la fecundación si es que se quiere o se desea quedar embarazada. El sangrado menstrual se produce gracias a que se desprende parte del endometrio cuando justamente no existe ninguna fecundación, es por eso por lo que nosotras las mujeres sangramos o tenemos ese sangrado. No sé si ustedes se han dado cuenta que por ejemplo cuando revisamos nuestra toalla femenina al estar manchada notamos que en ella hay como pequeños coágulos de sangre o pedacitos de carne, estos coágulos son justamente el endometrio.

Y pues el ciclo menstrual corto es cuando dura 21 días más o menos y la ovulación puede ocurrir antes de los 14 días, se puede presentar a los 10/9 días y esto se cuenta también a partir del primer día del sangrado. Y el ciclo menstrual largo se da cuando...por ejemplo, hay mujeres que son un poquito irregulares y tienden a tener su ciclo menstrual hasta los 35 días, esto va a generar que la ovulación no sea exactamente a los 14 días partiendo del primer día de sangrado. También cabe aclarar que por ejemplo siempre una mujer tiene la posibilidad de quedar embarazada cualquier día del ciclo, pero hay que recalcar que los días más propensos en que se puede tener un embarazo es justamente en el periodo de ovulación y este periodo dura entre 4 y 5 días. Igual el ciclo menstrual conlleva a otro tipo de molestias que

se presentan en las mujeres, como cambios de humor, cólicos, fatiga, dolor de espalda baja, dolor en los pechos. Hay algunas personas que, por ejemplo, en mi caso, me salen granitos o espinillas y esto, todo este ciclo menstrual se debe a que intervienen ciertas hormonas femeninas y para entender un poquito de donde viene el ciclo menstrual pues es necesario conocer de estas. Las hormonas sexuales femeninas encargadas de la menstruación se originan desde la hipófisis que es la glándula del crecimiento y de ahí se producen estas hormonas que produce que se desprendan los óvulos hacia el útero. La primera hormona que interviene en este proceso del ciclo menstrual es el folículo estimulante que comienza a secretarse al inicio del ciclo menstrual y tiene como función estimular al ovario para que se desarrollen los folículos primordiales, estos folículos son como estructuras llenas de líquido que contienen los óvulos, interviene en el ciclo menstrual la hormona luteinizante (HL) que es la encargada de desencadenar la ovulación. Los estrógenos son las hormonas secretadas por los ovarios y tienen una función reguladora en todo el ciclo menstrual, además intervienen en el desarrollo sexual de la mujer y por último también interviene la progesterona esta hormona tiene origen en los ovarios y una de sus funciones principales consiste en aumentar el engrosamiento del endometrio en caso de que exista una fecundación permite que el embrión se pueda implantar y posteriormente ese pueda desarrollar hasta convertirse en feto y bebé.

Es importante que sepan que cada ciclo de la mujer es diferente, porque cada mujer es diferente, unas presentan mayores molestias que otras y también es importante recalcar que siempre la vagina de la mujer va a estar húmeda, que existen flujos que son normales y otros que son anormales. Cuando estamos en la etapa de ovulación nuestro flujo tiende a ser un poco más transparente, con consistencia mucosa. Cuando estamos justamente en la etapa de la ovulación, cuando estamos justamente listas para que el ovulo sea fecundado pues este flujo tiende a ser transparente y como si fuera moco. Otras veces, en otra etapa del ciclo menstrual este flujo se puede presentar más blanquecino o más líquido o más espeso. Pero también nosotras como mujeres también debemos de identificar qué tipo de flujo es normal y anormal; el flujo anormal es cuando se presenta con cierto ardor o cierta picazón y pues el flujo anormal tiende a estar acompañado por mal olor. Entonces pues este es el ciclo menstrual, ¿no sé si ustedes tengan alguna duda, algún comentario que quieran hacer?

Grupo: No, no muchas gracias

Gabriel: ¡Ah! Pues muchas gracias, Rebe por tu explicación, que bueno que nos ayudaste y bueno durante la menstruación como ya les explico Rebe pues sale mucha sangre, bueno en algunas hay mucha sangre, sangre normal o mucha sangre. Entonces hay algunos métodos que son para evitar que se manche tanto el calzón o la ropa o el lugar en donde estén porque puede causar este, tal vez, pena que se manchen. Pena para las mujeres porque pues es un proceso nuevo y a lo mejor nos puede dar pena.

Usualmente están los tampones que actualmente ya están prohibidos pero que en algunos lugares se pueden encontrar, se consiguen en farmacias, supermercados y su precio ronda entre 45 y 60 pesos y vienen como en paquetes de diez, esto puede variar porque hay paquetes más grandes y puede variar el precio, pero su función es absorber la sangre mediante el algodón que contiene este producto. Posteriormente siguen las toallas femeninas que de igual modo se consiguen en farmacias o en el supermercado, su precio ronda entre los 50 y 120 pesos y vienen en paquetes de 10, 12 o 24, igual pues hay unas más pequeñas, hay unas más grandes, hay nocturnas, hay para estar en el día y el problema de estos es que son de un solo uso y pues esto llega a contaminar mucho con el paso del tiempo porque pues hay veces que no solamente se utiliza una ¿no? ya decía Rebe que es un sangrado de 3 a 5 días y pues sería usar de 3 a 4 toallas al día, incluso más o incluso menos, dependiendo del cuerpo de la mujer. Es por eso por lo que se implementó lo que viene siendo la copa menstrual dado que es más ecológica y ayuda al medio ambiente y con el paso del tiempo pues sale económicamente más barata que usar toallas o tampones porque (inaudible por problemas de conexión)

Yo he escuchado experiencias de amigas que realmente es muy buena yo no sé si alguna de mis compañeras quiera compartir su experiencia, si es que usan la copa menstrual, bueno.

Grupo: ¿Por qué están prohibidos los tampones?

Gabriel: Porque algunas veces se quedan alojados en la vagina y se puede generar una infección y debido a que son un agente contaminante.

Grupo: También hay toallas de tela solo que las tienes que lavar

Gabriel: Así es más adelante se hablará de ello

Grupo: ¿Pero ¿cómo es que se utiliza la copa menstrual? Da asco porque tienes que tocar sangre que está sucia

Sofía: ¡Hola! Pues si yo hace poco empecé a usarla y esta...o sea es buena, me gusta porque como decía Gabo, normalmente si usas las toallas o los tampones tienes que usar muchas y se contamina muchísimo. En cambio, esta pues nada más las lavas, antes y después de usarlas se tienen que esterilizar; esto es meterla en un vasito con agua hirviendo, dejarla ahí unos minutitos y pues esperar a que se enfríe y ya usarla y a partir de eso pues nada más enjuagarla cada que te la quitas. No se llena, no vas caminando y se te desborda, no pasa nada de eso. Luego hay como mucho miedo al respecto, yo tenía ese miedo, pero ya poco a poco le he ido agarrando la onda y pues es importante que cada que lo vayas a usar le des una enjuagadita si puedes, para...pues para no contaminarte otra vez y ya...pues esa sería mi experiencia.

Aketzalli: También es importante recalcar que, si ustedes necesitan algún tipo de información un poquito más extensa sobre la copa menstrual, saquen una cita con un ginecólogo o ginecóloga porque algunas copas menstruales van por tallas y porque se tiene que quitar el tabú de que con la copa menstrual pierdes la virginidad porque eso no es verdad...literal es (inaudible) que nosotros no estemos contaminando el medio ambiente. Porque tal vez el miedo es porque (inaudible) pero no realmente no es así, incluso si se ponen a investigar, ustedes que aman las redes sociales la cantidad que desechamos al usar tampones o toallas sanitarias es extremadamente preocupante porque es muchísimo, más personas tienen la costumbre de arrojarlas por el desagüe al tirarlas a la taza del baño las toallas sanitarias o los tampones.

Nosotros no somos quienes para decirles qué usar, como recomendación para evitar la contaminación o para tapar las coladeras o que el calentamiento global siga aumentando les recomendaría la copa menstrual pero por eso les repito que vayan con un ginecólogo porque pues nuestra zona íntima es muy delicada algunas chicas no les queda el tampón o la toalla, entonces tiene que recurrir a la copa o igual si se sienten muy incómodas o inseguras hay ciertos medicamentos para que tu zona íntima no tenga cierta reacción ante la tela o...(inaudible) por que también ya están sacando a la venta las toallas de algodón o sea las toallas de tela que igual son muy eficaces. Yo les voy a contar mi experiencia, yo uso igual toallas de tela porque a mí no me queda la copa menstrual entonces yo opte por usar toallas

de tela, si son un poquito más de cuidado porque pues no es como la desechable que absorbe mucho...he no, nada más trae ciertas capas, cierto algodón que igual absorbe y retiene la sangre. Al igual que la copa menstrual se deben de lavar, entonces si requieren más información se recomienda ir con un ginecólogo.

Gabriel: Exacto es de suma importancia como decía Aketzalli ir al ginecólogo en dado caso de que se sientan inseguras o vean anormalidades en su cuerpo, también es importante, como lo mencionaba Aketzalli que pues si e cuerpo lo expulsa si no se expulsa no puede hacer daño, es como nosotros que expulsamos moco, baba, popo o sea y si no lo expulsamos y se queda en el cuerpo nos hace daño, igual la sangre si se llega a quedar ahí les puede generar un malestar. Pero bueno esto son los 6 consejos que nosotros les podemos decir a ustedes de cómo cuidar su vulva y pues es asearse 3 veces al día con cuidado, igual cuando se estén bañando pues lavarse con cuidado, este debe ser con un jabón neutro porque si no su PH se puede alterar y no les traerá beneficios entonces puede ser con un jabón neutro que es lo que se recomienda usualmente. Hee usar ropa interior de algodón como lo estaba mencionando Aketzalli que también se opta por usar toallitas de algodón ¿Por qué? porque el algodón es fresco, el algodón ayuda mucho a combatir el calor o la sudoración y les menciono esto porque el algodón es utilizado para ropa y pues da frescura en pocas palabras, no usar las toallitas cuando no les toca usarlas, por ejemplo no están menstruando y se las ponen pues eso va hacer que traiga una consecuencia porque usualmente las toallas femeninas vienen como con un perfume u olor bonito pero en realidad ese es un químico, entonces si ponen ese químico en una zona tan sensible a diario pues va haber repercusiones.

Mantener la zona genital seca, porque empieza a haber sudoración si es que se llegan a utilizar prendas ajustadas como lo están viendo en el otro consejo y pues si usas prendas ajustadas pues no dejas respirar la piel, o sea empieza la sudoración y no se respira muy bien la piel y empieza a sudar el cuerpo y el hecho de que sude pues nos trae como consecuencias que aparezcan bacterias u hongos, entonces esos son los consejos que se pueden seguir para mantener una vulva cuidada en buen estado. Igual no siempre huelen bien, por lo general se romantiza esta idea de que siempre tiene que oler bien cuando en realidad puede tener un olor neutro o un olor desagradable pero como mencionábamos si tiene alguna duda pueden acudir a un ginecólogo.

Rebeca: Gabo ¿me permites decir algo acerca del flujo?

Gabriel: Claro, adelante

Rebeca: Bueno a lo que se refería Gabo con no usar toallitas es que a veces por ejemplo nosotras las mujeres tendemos a usar pantis protectores que se utilizan diariamente ya que expulsamos siempre flujo vaginal. Pero como dijo mi compañero Gabo no es tan recomendable porque puede causar ciertas infecciones porque están muy aromatizadas. Entonces es importante decirles que el flujo vaginal normal, sirve para limpiar el interior de la vagina y que es bueno ¿no? porque siempre la va a mantener húmeda, incluso en las relaciones sexuales pues este flujo vaginal se presenta y es bueno para que la penetración no sea dolorosa. Entonces pues también se recomienda no utilizar jabones específicamente para la zona íntima ya que contienen perfumes que pueden alterar el pH vaginal, un pH vaginal normal es de 4 a 4.5 y pues ya nada más era para aclarar ese punto.

Gabriel: Si muchas gracias por aclararnos y complementar esta información que estábamos diciendo y pues también o sea también puede causar irritabilidad como una comezón en exceso y la piel empieza arden entonces puede pasarnos tanto a hombres como a mujeres, pero bueno...

Aketzalli: ¿puedo decir algo?

Gabriel: ¡Claro!

Aketzalli: En ocasiones estos consejos para no tener olor no es correcto, siempre vamos a tener un ligero olor pero es importante saber identificar qué tipo de olores son porque por ejemplo si es un olor que es como a pescado o a fierro eso ya es una infección porque por lo regular el olor que siempre vamos a tener es muy ligero, es muy liviano, es muy suave, incluso va a estar presente cuando hagamos ejercicio o cuando corremos o cuando estamos en constante fricción con la piel, como dijo también Rebe lo expulsamos para evitar ciertas rozaduras. También es importante hablar de lo que es el vello púbico que ayuda a mantener sana nuestra zona genital y se tiene que diferenciar entre la zona exterior, es vulva, la zona interior es vagina, entonces tener esta cuestión de saber identificar uno como mujer cómo prevenir o como saber si es una infección pues tenemos que tener esa peculiaridad de olfato, obviamente tampoco es un olor súper escandaloso porque es importante recomendarles o

decirles que las infecciones por transmisión sexual no solamente se producen a partir de tener sexo, sino que también es porque usas ropa muy ajustada o porque vas a un baño público, porque es una zona muy expuesta, igual para hombres.

Gabriel: ¡Ah bueno! Muchas gracias Aketzalli, vamos a continuar para que ya terminemos y podamos realizar las actividades que tenemos planeadas para esta sesión

Entonces bueno aquí viene el aparato reproductor masculino por la parte interior, por la parte de adentro. Comenzamos con la vejiga, la vejiga pues su función es almacenar la orina y ésta está conectada con el conducto deferente, ¡digo no! con la uretra je...entonces esta es como la vejiga, la vejiga almacena la orina para que después sea expulsada por la uretra. Posteriormente sigue el uso púbico que al igual vendría siendo como el monte de venus, para nosotros los hombres y pues que es lo que hace, pues protege los órganos internamente y hace que se empiece a desarrollar el vello púbico, posteriormente viene la uretra, que ya les explique, que es por donde sale la orina y pues la eyaculación también sale de ahí. Bueno viene lo que son los testículos que su función es producir hormonas y gametos y esto es...desde aquí se empieza lo que viene siendo la creación de los espermatozoides pero viene como todo en conjunto, los testículos aportan algo y posteriormente les voy a explicar que otros aparatos internos intervienen para que se haga la creación de la eyaculación y del semen, entonces este, pues si realmente son muy delicados y es por eso que están protegidos por el escroto, que posteriormente les voy a explicar, heee viene el glande, el glande es la cabeza del pene y por este lugar sale la, bueno está conectada junto con la uretra y es por eso que sale la orina, el pre semen y el semen, de hecho es una parte que es muy sensible para nosotros dado que tiene muchas terminaciones nerviosas. Posteriormente viene el epidídimo que su función básicamente es transportar los espermatozoides para la eyaculación, eso es lo que hace, empieza a producir los espermatozoides en conjunto con los testículos para transportarlos a partir de con el conducto deferente que esa es su función. La función del conducto deferente es transportar el semen, nada más, hasta ahí, no tiene, esa es la función que ellos tienen. Posteriormente vienen las glándulas bulbouretral o glándulas Cowper, ese es otro nombre en el que se les puede ubicar y lo que hacen es, producen un fluido como la pre-eyaculación, lo que hace que es un líquido simplemente transparente no tiene color y lo

que hace es que ayuda para ir preparando la eyaculación y también ayuda a lubricar lo que es el pene, sobre todo la cabeza del pene, el glande, eso es lo que ayuda.

Posteriormente viene la próstata que produce un líquido que ayuda al esperma a moverse, o sea el testículo lo crea, pasa por el conducto deferente pero pues nada más se queda hasta ahí, entonces lo que hace la próstata es producir este líquido para que salga con muchísimo más facilidad y con rapidez, incluso una eyaculación es muy, se expulsa muy fuerte e igual llega a ser muy sensible y si no se cuida esta parte de la próstata se puede producir un cáncer a futuro, estamos hablando como a los 60 años. Después sigue la vesícula seminal que esta atrás de la vejiga esta pequeña cosita medio arrugada, en realidad son dos, pero aquí está solo uno porque estamos viendo un solo lado y lo que hace es producir el semen, o sea como juntarlo todo para que ya sea la eyaculación final que es lo que pasa cuando...pues es la manera en la que se junta el espermatozoide, se eyacula dentro de la vagina para que posteriormente llegue al ovulo y se forma un bebé en dado caso de que se esté planeando un bebe. Bueno estos son, este es el aparato reproductor masculino de la forma interna. Y pues este es el aparato reproductor de la parte externa, lo que está afuera, como pueden ver comenzamos con el vello púbico, sale gracias a que el hueso púbico le manda órdenes al cerebro y empieza a crecer este vello púbico para proteger la piel y absorber el sudor. posteriormente viene el prepucio, el prepucio es una capa de piel o sea todo nuestro cuerpo está lleno de piel, nada más que el prepucio su función es proteger al glande o sea la cabeza del pene para que no tenga...como nuestros órganos están expuestos pues puede que lleguen a tener un accidente o algo así porque como ya mencionamos el glande es muy sensible entonces lo que hace el prepucio es proteger al glande, entonces este lo contrae y siempre lo está protegiendo, excepto cuando hay una relación sexual, pues el pene pasa por la erección, entonces el prepucio se contrae dejando libre al glande y a la cabeza del pene. Posteriormente viene el escroto que como les estaba mencionando, protege al testículo, entonces este, esto es una piel rugosa, incluso ahí también sale vello púbico y lo que hace es proteger al escroto cuando hace mucho frio se contrae hacia dentro del cuerpo para que estén calientes y cuando hace mucho calor pues los afloja y pues están así pues al aire libre o expandidos como se muestra en la imagen. Posteriormente viene el frenillo, el frenillo es como la conexión entre l cabeza del pene y el cuerpo, como lo muestra la imagen, aquí es donde se unen y usualmente vienen en una forma de “v” en la forma en la que están unidos, si no se cuida el frenillo o el

pene pues es ahí cuando aparece el esmegma que es una sustancia blanquecina que apesta y es ahí donde se almacena, bueno ahorita vamos a hablar de eso y si no se limpian cuidadosamente se puede infectar. Y pues el pene o el cuerpo del pene empieza desde el frenillo hasta el abdomen que es de donde se...así es la composición del pene o sea así es como el cuerpo del pene y juntando todo esto se forma el aparato reproductor masculino, el externo.

Y pues bueno los cuidados higiénicos para el pene, pues obviamente debe ser el lavado frecuente, se tiene que levantar el prepucio con cuidado sin agresión ni nada y se usa un jabón neutro y se tiene que tallar por todas partes, por arriba por abajo para evitar el esmegma que es una sustancia que nos sale día a día por el uso de los residuos que se quedan por la orina u otras cosas. ¡Entonces tenemos que cuidarlo porque si no lo cuidamos se va a empezar a infectar y pues nos puede causar una enfermedad, entonces si llegan a ver que esto les irrita o les causa molestias y ya se lavaron pues coméntenlo con el adulto que le tengan confianza y pues tienen que ir con un...ah! ¿Cómo se llama? ¡Ay! Bueno ahorita les digo...este como se llama el que viene siendo el ginecólogo de los hombres.

Rebeca: El urólogo

Gabriel: ¡El urólogo! Perdón, con el urólogo hee bueno con el urólogo. Usualmente se tiene que cambiar el calzón o el bóxer ya sea de algodón o no, que se lo cambien habitualmente ¿Por qué? Porque pues nosotros a través del día hacemos actividades como simplemente caminar o estar en el sillón y pues ¿qué es lo que empieza a hacer? Pues el cuerpo empieza a sudar y a calentarse entonces sino hay un gran espacio para que la sudoración no salga, para que el cuerpo respire, pues entonces lo que pasa es que pueden aparecer bacterias u hongos entonces el uso de un bóxer pues es como usar un día sí, un día no, o sea cambiarlo regularmente, ¿Por qué? Porque también cuando hacemos orina pues se quedan los residuos entre el prepucio y el glande o también se quedan muy pequeños residuos por el ano, entonces usar el mismo bóxer diario pues puede causar irritación o infecciones por eso se tiene que cambiar a menudamente un bóxer por día o un calzón por día, dependiendo del que ustedes usen. Se tiene que secar muy bien el área genital cuando se bañan porque también la humedad causa hongos y bacterias, entonces estos y pueden ir a nuestras áreas genitales exteriores y nos puede causar este pues infecciones o enfermedades y pues igual tienen que secarla muy

bien y no se recomienda usar talcos no desodorantes porque como mencionábamos, pues eran muy aromáticos pues traen sustancias que si esas sustancias las hechas en una parte muy sensible pues no puede causar una gran molestia. Igual si llegan a usar esto, no se recomienda que se usen, no crean que hay como talcos especiales para eso, o sea si empiezan a sentir una irritación o molestia háblenlo con sus padres para que los lleven con el urólogo o el ginecólogo.

Y pues bueno esto es como una presentación pequeñita para que, para los siguientes temas posteriores. Pues obviamente pasa que cuando pues una mujer y un hombre pues están teniendo una relación de pareja o una relación cualquiera, pues empieza un momento en el que se empieza la excitación, entonces pues es cuando se empiezan las relaciones sexuales para que se reproduzcan entre comillas la raza humana. Pues las relaciones sexuales deben ser consensuadas por los integrantes de vayan a realizar el acto sexual, si no son consensuadas es una violación a su cuerpo chicos, nadie les puede tocar sus zonas intimas, eso deben de tenerlo muy presentes, sin el consentimiento de ustedes, nadie se las puede tocar, solamente ustedes las pueden tocar porque es su cuerpo. Estas relaciones deben ser en un lugar seguro e higiénico para evitar accidentes o infecciones de transmisión sexual porque como mencionábamos no solamente es por la relación sexual sino hay muchas maneras de tener una infección de transmisión sexual. Pregúntale a la otra persona si tiene alguna de estas infecciones, esto es importante que siempre le pregunten a la persona con la que vayan a realizar este acto porque esto puede ser perjudicial si alguno de los dos miente, tanto las mujeres como los hombres deben de usar métodos anticonceptivos si es que se desea evitar un embarazo no planeado y ambas partes deben estar de acuerdo en utilizar algún método anticonceptivo si es que así lo desean porque hay veces que si los quieren usar y hay veces en las que no, pero bueno esos son temas que se van a desarrollar a lo largo de las sesiones.

Y pues ahora sí que gracias por su atención y ahora vamos... ¿no sé si tengan alguna duda si no para pasar a la actividad que tenemos planeada para ustedes el día de hoy?

Grupo: No...

Gabriel: Si se siguen viendo la presentación ¿verdad? Es que no puedo ver el chat

Grupo: yo si tengo una duda

Rebeca: Adelante, ¿Cuál es tu duda?

Grupo: ¿Qué tan bueno es que las dos personas utilicen métodos anticonceptivos al mismo tiempo? O sea, si se puede usar por ejemplo condón y DIU

Gabriel: ¡Ah ok! Usualmente se recomendaría que las dos personas usaran la protección para evitar infecciones de transmisión sexual, un embarazo y que se sientan a gusto, pero usualmente, en general, solamente usa un método anticonceptivo que usualmente es la mujer, pero, o sea, es complicado pero lo que se recomienda es que los dos usen método anticonceptivo y que no solamente quede por parte de uno porque esto es una falta de responsabilidad sexual por parte de la persona que se niega a usar.

Grupo: ¿se puede utilizar condón femenino y masculino al mismo tiempo?

Grupo: también existen las pastillas de emergencia y las anticonceptivas ¿no?

En el caso del hombre sería usar condón hay otros métodos, o sea no solamente es el condón, el hombre tiene más...si, si de hecho un condón femenino y un condón masculino...bueno eso se va a hablar en una sesión aparte, pero hay más métodos que el hombre tiene o sea no solamente es el condón que como te digo (inaudible) pero existen las pastillas de emergencia, las anticonceptivas y todo eso, pero posteriormente lo vamos a abordar más a profundidad.

Grupo: muchas gracias y perdón por la interrupción

Gabriel: No, ¡está muy bien Mía! Qué bueno que estos temas te interesen y que conozcas más métodos anticonceptivos y que lo expreses. También está el espermicida, el DIU, el condón femenino, el implante, pastillas, parches, etc., etc.

Grupo: ¿Cuáles son los que se pueden usar para hombres?

Grupo: también existen los parches

Gabriel: ¡ok! Los demás los vamos a exponer posteriormente en las siguientes sesiones porque si no, ya son 3:51 y no nos va a dar tiempo de hacer la actividad. Pero sí que bueno que pongan todo lo que saben y sus dudas para que nosotros se las podamos expresar en las siguientes sesiones.

Entonces pues bueno vamos a pasar a la actividad súper rápido para que sea rápido

—ok, supongo que, si se ve la pantalla, ok vamos a pasar a las actividades, lo que vamos a hacer en esta sesión es este poner el nombre en donde va, el nombre correspondiente al órgano del aparato reproductor. Bueno este es el aparato reproductor, ¿Quién me puede decir, cual es este, el aparato reproductor de quién?

Grupo: ¡Femenino!

Grupo: de la mujer

Gabriel: ¡Ok! ¿Es el interno o el externo?

Grupo: El interno

Gabriel: ¡ok! ¿Cuál es el número 1? ¿Cuál de estos que están aquí, cuál de estas palabras, cuál de estos órganos va en el número 1?

Grupo: las trompas de Falopio

Gabriel: ¡ok! ¡Muy bien! ¿Cuál va en el número 2?

Grupo: útero...creo

Gabriel: ¡sí! ¡Muy bien! Ok ¿Cuál va en el número 3?

Grupo: Los ovarios

Gabriel: ¡ok! ¿Cuál va en el número 4? No...Si no hay ¿Cuál va en el número 5?

Grupo: ¿la vagina?

Gabriel: ¡Sí, si! Va ahí la vagina... ¿Cuál va en el número 6?

Grupo: la vulva

Gabriel: ¡ok! Por ende, el cérvix ¿quedaría en cuál?

Grupo: En el número 4

Gabriel: ¡ok! Y así está el aparato reproductor de la mujer, el interno.

—ok ahora vamos un poquito más difícil, ahora vamos con el externo, voy a hacer esto un poquito más grande. ¡Ok! ¿Cuál va en el número 1?

Rebeca: Igual los hombres pueden participar hee niños

Grupo: Monte de venus

Gabriel: ¡Claro muy bien! ¿Cuál va en el número 2?

Silencio...

Si no se lo saben pueden decir “paso”

Grupo: Mmmm no se...la vulva

Gabriel: heeee no, ese no es el número 2 ¿alguien más o lo pongo yo?

Grupo: ¿uretra?

Gabriel: No, ese no es

Grupo: ¿la vagina?

Gabriel: No ese tampoco es. Bueno el numero dos es el clítoris. ¿Cuál es el número 3? Ya lo habían mencionado antes. El número 3 es por donde se expulsa el pipi

Grupo: La uretra

Gabriel: si la uretra, ¿cuál es el número 4?

Grupo: creo que labios mayores

Gabriel: ¡claro que sí! ¡Estas muy bien! ¿Cuál es el número 5?

Grupo: labios menores

Gabriel: ¡sí! Muy bien ¿Cuál es el número 6?

Grupo: el himen

Grupo: la apertura de la vagina

Grupo: vulva

Gabriel: No, la vulva no es...es la apertura de la vagina. Ok ¿Cuál es el número 7?

Grupo: heee el himen

Gabriel: no, no es ese. Es el que ayuda a la separación entre el ano y la apertura de la vagina

Grupo: el perineo

Gabriel: Cierto es el perineo

Gabriel: ¡ok! El número 8 es por default...

Grupo: el ano

Gabriel: si es el ano, donde nosotros expulsamos las heces fecales... ¿Cuál es el número 9?
Es como la membrana que permite pasar la menstruación y...

Grupo: vulva

Gabriel: no, no es la vulva...

Grupo: ¡ah! el Himen

Gabriel: exacto el himen, es una membrana que se parece a una tela que permite el sangrado de la menstruación y se puede romper ya sea con la primera relación sexual o al realizar actividades físicas. Y por ende todo esto conforma a la vulva. ¡Ok! Seguimos con el aparato reproductor del hombre, el interno ¿Cuál es el número 1?

Grupo: vejiga

Gabriel: ¡Exacto! La vejiga ¿Cuál es el número 2? El número dos es el que está conectado con el testículo y ayuda a transportar a las hormonas, a los espermatozoides... Si no se la saben pasamos al número 3 ¿Cuál es? No. Bueno es la uretra es la que está conectada con la vejiga

Ok número 4 es el que protege a la vejiga y a los órganos internos que también manda ordenes al cerebro para que crezca el vello púbico

Grupo: el hueso púbico

Gabriel: ¡exacto! ¿El número 5?

Grupo: es el pene

Gabriel: ¡claro! ¿El número 6?

Grupo: Glande

Gabriel: ¡exacto! Glande o cabeza, se me olvidó ponerlo. ¿Cuál es el número 7? Ok si no no hay pasamos...

Grupo: vesícula seminal

Gabriel: no, no esa

Grupo: la próstata

Gabriel: no, no es esa. Pero si quieren vamos con la número 8 es la piel que protege a los testículos

Grupo: escroto

Gabriel: exacto, ok el número 9 es el que produce los espermatozoides

Grupo: ¿vesícula seminal?

Gabriel: no es un proceso antes, está pegada a lo que protege al escroto

Grupo: testículo

Gabriel: si es ese, ok. Es el que ayuda, bueno el número 10 ¿si saben cuál es o les doy una pista? Bueno les voy a dar una pista, es el que ayuda a transportar los espermatozoides

Grupo: vesícula seminal

Gabriel: No, de hecho, los transporta a la vesícula seminal

Grupo: el conducto deferente

Gabriel: no, no es ese...bueno es el epidídimo. Ok número 10 el epidídimo lo manda a cierto lugar, ya lo habían dicho varias veces. ¡Vamos no te rindas, ya lo habías dicho!

Grupo: vesícula seminal

Gabriel: Sí, ¡es esa ahora sí! Ok, es este, el que sigue es el número 11 que es el que es una parte sensible que puede dar cáncer en un futuro a los hombres

Grupo: la próstata

Gabriel: ¡claro que sí! Es esa, ok ok ya vimos...ya nada más quedan dos ¿Cuál es el número 12?

Grupo: conducto deferente

Gabriel: exacto y pues por último queda la glándula bulbouretral que produce el fluido de la pre-eyaculación y bueno... ¡ya ven! ¡Si saben!

Y bueno ya, por último, este es mucho más cortito es el aparato reproductor masculino externo ¿Cuál es el número 1?

Grupo: vello púbico

Gabriel: si, vello púbico. Ok ¿Cuál es el número 2?

Grupo: pene o cuerpo

Gabriel: si puede ser pene o cuerpo... ¿el número 3?

Grupo: el escroto

Gabriel: exacto, ¿Cuál es el número 4?

Grupo: el glande

Gabriel: claro que sí, ¿cuál es el número 5?

Grupo: ¿frenillo?

Gabriel: Si es ese y posteriormente queda lo que es el prepucio que es la piel que protege al glande del exterior y así queda el aparato reproductor masculino externo. Y ahora sí, sería todo. Bueno no sé si tengan alguna duda, no sé si mis compañeras quieran decir algo o ustedes quieran decir algo más o les gusto esta actividad o muy "x". Digo no se preocupen este, ya las siguientes sesiones vamos a mostrar más temas porque pues como se dan cuenta todo este hilado de la mano.

Grupo: Me gustó mucho la actividad

Gabriel: Muchas gracias por comentarnos en el chat

Rebeca: igual también si pueden o quieren comentar cómo ustedes viven su menstruación o a los cuantos años se les presento, lo pueden escribir o lo pueden mandar al grupo de whats

Gabriel: sí, claro si gustan compartirlo. Si no podemos dar por terminada esta sesión y nos estaríamos viendo el martes

Sofía: Oye Gabo, alguien en el chat puso que le gustó mucho la actividad y que estuvo muy interesante y que había cosas que no sabía.

Gabriel: ¡Ah sí! Muchas gracias, es que no vi su mensaje completo. Pero muchas gracias por tu comentario. Es bueno que expresen todo lo que piensan y los que saben

Entonces bueno damos por terminada la sesión de hoy y nos estaremos viendo en la sesión del martes.

Grupo: adiós, buen día.

Gabriel: Adiós que tengan buen día.

Grupo: Adiós, que tengan buen día.

Sesión 6: ¿Qué es el sexo?

Coordinadora de la sesión: Rebeca Melchor Duración: 1 hora

En esta sexta sesión con los niños y niñas de primaria se abordó el tema de las relaciones sexuales y las diferentes connotaciones que tiene el sexo ya que no solo nos referimos a este término para describir el coito sexual, sino que además lo utilizamos para definir la condición orgánica femenina y masculina, así como también el deseo sexual entre otros significados.

Se explicó de manera clara la manera en que dos personas de diferente sexo o de un mismo sexo mantienen relaciones sexuales y qué partes del cuerpo intervienen en el acto sexual, también se describieron las reacciones biológicas que tanto el hombre como la mujer experimentan al momento de tener sexo, como lo es la excitación, el aumento del ritmo cardiaco y el orgasmo femenino y masculino. Cabe destacar que se hizo hincapié sobre el tema acerca de que las relaciones sexuales siempre tienen que ser consensuadas por ambas partes y la decisión de comenzar una vida sexual activa debe de ser a su debido tiempo y cuando la persona esté preparada para hacerlo sin presión de algún factor externo a la persona.

Además, se habló de la importancia de utilizar métodos anticonceptivos para prevenir los embarazos no deseados y las infecciones de transmisión sexual.

Debido a que se trataba de un tema incómodo para algunos niños y niñas se trató de hablar de las relaciones sexuales como un acto normal entre dos personas y se dejó en claro que el hecho de tener sexo no solo es con fines reproductivos, sino que también es otra manera de expresar amor, afecto o atracción hacia otra persona.

A la mitad de esta sesión se les cuestiono a los niños y a las niñas cómo fue que sus padres les explicaron lo que es tener sexo y algunos compartieron que en su familia se abordaba muy poco el tema de la sexualidad ya sus padres se sienten avergonzados al explicarles de qué manera tienen sexo dos personas. Otra participante mencionó que sus padres le regalaron a ella y a su hermana un libro acerca de la sexualidad y que en la escuela también se lo habían explicado pero muy vagamente.

Lo que llamó la atención de esta sesión es que hubo algunas participantes niñas que expresaron su incomodidad ante este tema ya que aún no tenían ningún interés en saber acerca del inicio de la vida sexual, pero admitieron que esta información iba a ser útil más adelante cuando fueran un poco más mayores ya que de esta manera podrán tener más prevención y cuidado al momento de realizar el acto sexual.

Más adelante se les preguntó a los niños y niñas acerca de la concepción y de dónde vienen los bebés y si sus padres les habían platicado acerca de la concepción o si en la escuela les exponían este tipo de temas. Los niños y niñas compartieron que sus padres habían abordado este tema de forma caricaturesca, por ejemplo, una participante dijo que su madre le había explicado que los bebés los traía una cigüeña, otra niña compartió que la mujer se tomaba una semilla y esta crecía en su panza hasta formar un bebé, después un niño nos dijo que sus padres le habían explicado como realmente es, es decir, sin utilizar abejitas y flores.

Al término de la ronda de participaciones se expuso el tema de la concepción, las etapas de embarazo y la manera en que las mujeres dan a luz a un nuevo ser. La sesión se finalizó y se les preguntó a los niños y niñas y existía alguna duda o comentario acerca de este tema y nos compartieron que las dudas que antes tenían ya se habían respondido con el tema expuesto con nosotros y nos externaron que en la escuela casi no abordan estos temas, sin embargo,

les agradaba la manera en que el equipo de investigación exponía todos estos temas acerca de la sexualidad.

Sesión 7: Sexualidad

Coordinadora de la sesión: Sofía Duración: 1 hora 14 minutos

Sofía: ¿Quieres tener o no quieres tener?

Grupo: No quiero tener hijos es algo inútil

Sofía: Okay

Rebeca: ¿Y porque te ves como una persona indecisa a futuro?

Grupo: Porque no soy clara en mis decisiones y cuando tomo decisiones a futuro siempre soy insegura o tengo la duda

Sofía: Correcto, dice grupo que ella quiere tener hijos, ¿Cuántos te gustaría tener?

Grupo: 2

Sofía: Dice grupo que quiere tener dos gatitos gorditos

Grupo: yo quiero 2

Grupo: A mí me gustaría tener dos hijos, una niña y un niño

Sofía: ¿Por alguna razón en específico o sólo porque te gustaría tener hijos?

Grupo: Porque tengo una hermana y es super difícil, entonces por eso prefiero una niña y un niño

Grupo: Yo soy la hermana jajaja

Sofía: Dicen en el chat que quieren tener 1, otro dice que quiere 2, otra dice que no le gustaría tener hijos porque es mucha responsabilidad pero que si lo tuviera lo cuidaría

Grupo: Le voy a contar por qué no quiero tener hijos además de por mi futuro, ve que cuando estás en sexto te ponen a cuidar un huevo y pues el mío murió, porque yo estaba sentada en

una mesa con mis compañeras y yo estaba en una silla normal y el huevo en la mesa y vi que el viento soplo y yo en vez de meter las manos nada más lo vi caer y dije pobrecito

Sofia: Jajaja pobre, que triste historia, muy bien, ya que nos compartieron sus decisiones a futuro le voy a pedir a mi compañera Rebe si me puede apoyar con la presentación

Grupo: ¿Puedo hacer una pregunta?

Rebe: Si claro

Grupo: ¿Usted quiere tener hijos? ¿Y por qué?

Sofia: No sé, la verdad si me gustaría tener en un futuro, pero ahorita no, cuando este más grande y más madura

Grupo: Porque así no te sientes tan sola, además son adorables

Grupo: A mi si me gustaría porque a veces juego juegos de ser papá y así y si me gustaría serlo

Grupo: Normalmente la idea de tener hijos se nos hace tierna por la necesidad del ser humano de mantener a la especie

Rebeca: Si, pues existen muchas razones para decidir tener hijos por ejemplo hay personas que deciden tener hijos para llenar un vacío emocional o porque otras personas los presionan a tener hijos como los padres u otras personas de su familia, la decisión de tener hijos debe de ser muy consciente

Aketzalli: Todos los pensamientos son subjetivos y todos tenemos por qué sí y el por qué no, como por ejemplo para nosotros puede ser un no rotundo por todas las experiencias que hemos tenido o para otras puede ser un sí rotundo por todas las experiencias que han tenido, el procrear sabemos que es biológico pero el querer tenerlo va más allá de algo biológico, en mi caso yo puedo decirles que yo no quiero tener hijos, no porque no me gusten, me gustan los niños, pero no me siento preparada para ser mamá porque soy muy egoísta y busco tener otras actividades, pero a lo mejor más adelante puedo decir que si porque cambió de opinión

Grupo: También influye mucho en lo que quieras ser de grande, yo no quiero tener hijos porque yo quiero ser criminalista, abogada y actriz y si yo quiero estudiar esas 3 carreras no

podría tener el tiempo para darle la atención que ellos necesitan, pero yo quiero ser la madrina de los hijos de mis hermanos, porque así ya no sentiré la necesidad de tener un hijo y sé que no les faltará nada

Grupo: Creo que es irracional el querer tener un hijo

Rebeca: ¿Por qué crees que es irracional?

Grupo: A lo mejor y no use la palabra adecuada pero detrás de nuestro deseo real viene algo irracional o algo instintivo para poderlo reproducir un ejemplo de este mismo es que desde pequeña yo tenía el deseo de tener hijos y ahora no, perdón el error

Rebeca: No te preocupes, a veces en psicología estudiamos la maternidad y estas cosas y en la teoría la maternidad no es un instinto y hay mujeres que pueden nacer sin ganas de tener hijos, es algo que tú vas decidiendo a partir de tu contexto y de las cosas por las que vayas viviendo

Sofía: ¿A alguien le gustaría decirnos algo más?

Grupo: Yo, mi hermana dice siempre que ella quiere ser la tía millonaria y soltera

Grupo: Yo digo eso porque por las carreras que yo quiero hacer y más porque tengo un primo que es abogado en criminalística y cuando le dije a mis papas que yo quería hacer eso me dijeron que sí, me han apoyado siempre y me han dicho que haga una segunda carrera por si en una no me va bien y tienen razón, entonces ese es mi sueño, actuación lo quiero hacer al último, entonces sí quiero ser la tía millonaria

Rebeca: Si cada quien tiene sus metas, de chiquitos nos enseñan, más a las niñas, a cuidar al bebé y por eso pensamos que la maternidad es un instinto, pero realmente no, son estereotipos y hábitos que nos van formando desde chiquitos. Igual hay carreras muy demandantes que no te permiten prestarles la atención necesaria, yo no quiero tener hijos porque soy muy indecisa y ahorita no tengo la estabilidad emocional ni financiera para mantener a un bebé

Sofía: ¿Es muy importante que esta decisión la tomen porque ustedes lo quieren y no por satisfacer a alguien más... Puedes poner la presentación Rebe?

Rebeca: SI

Sofía: Mientras tanto, como les dije hoy vamos a hablar de métodos anticonceptivos, ¿ustedes saben que son?

Grupo: ¿Si, son para prevenir embarazos y cuidarnos en las relaciones sexuales no?

Sofía: Exactamente

Grupo: Método para evitar tener embarazos no deseados

Sofía: Así es, sirve para eso, pero también sirven para evitar las enfermedades de transmisión sexual, no todos, pero eso ahorita se los explico. Necesito que me pongan mucha atención porque al final la actividad será un cuestionario y a cada uno le voy a hacer una pregunta, si quieren hagan un resumen o anotaciones, pero que se graben la información

Relatoría de la presentación

Se comenzó explicando que existen 4 tipos de métodos anticonceptivos, los de barrera, los hormonales, los químicos y los naturales, se explicó cada uno, sus usos, tasa de efectividad y se dieron ejemplos de estos, surgieron dudas como

¿Por cuánto tiempo se deben de tomar las pastillas anticonceptivas?

¿Te duele el implante?

¿Duele mucho el anillo vaginal?

¿La mano cabe en la vagina?

¿Se atora el anillo?

Posteriormente se explicaron las infecciones de transmisión, sus causas y consecuencias y cómo prevenirlas, en esta sección la preguntas que surgieron fueron

¿Si quieres tener hijos debes protegerte para evitar una infección de transmisión sexual?

Por último, se dieron las definiciones de ginecólogo y proctólogo y se recomendó asistir a uno para poder conocer su cuerpo de mejor manera

Sofía: ¿Bueno, alguien tiene alguna duda?

Aketzalli: A mí me gustaría decir que sí se pudieron dar cuenta que la mayoría de métodos anticonceptivos son hechos para la mujer, sin embargo, ya existe la vasectomía y la inyección para el hombre, en la vasectomía se hace un corte y es seguro y se puede revertir

Relatoría actividad

Previo a la actividad se realizó una lista con el nombre de cada uno de los participantes y el número de preguntas, cada uno tuvo que decir un número del 1 al 17 y el número que nos dieran sería la pregunta que les tocaría, se realizó la dinámica sin ninguna duda o comentario por parte del grupo. Les preguntamos si en casa o en la escuela ya les habían hablado de estos temas y respondieron que sí, entonces les preguntamos que les habían dicho y sus respuestas fueron

Grupo: No fueron mis papás, pero cuando me llevaron al doctor me dieron un condón y me explicaron cómo funcionaba y como identificar que no está roto y que es importante no abrirlo con la boca sino con la yema de los dedos

Grupo: A mí me dijeron que era algo super natural y que si queríamos tener relaciones sexuales les dijéramos para que lo habláramos más a fondo

Sofia: Exacto, es super importante que tengan la confianza para hablar de estos temas con sus papás o no necesariamente con sus papás, puede ser con un maestro o con un amigo, pero preferentemente con sus papás y en el momento que quieran tener relaciones sexuales tener la confianza de pedirles que los lleven al doctor

Grupo: En mi casa mis papás no suelen hablar de ese tema conmigo

Gabriel: Bueno es que esos son temas todavía prohibidos en esta sociedad en la que nos encontramos, pero poco a poco van a tener que hablar de esto, en la secundaria porque es cuando surgen los cambios del cuerpo

Grupo: A mis mis papás me dijeron que había muchas maneras, las únicas que me explicaron fueron el condón y los parches cuando era más pequeña, después cuando crecí ya me explicaron que eran los anticonceptivos, las pastillas del día siguiente y lo demás lo aprendí investigando

Rebeca: Claro, como dijo Sofí hay muchos métodos anticonceptivos, lamentablemente la mayoría están dirigidos a nosotras las mujeres y son un poco invasivos porque la mayoría son hormonales y estos alteran mucho el ciclo menstrual

Grupo: Creo que hay más anticonceptivos para mujeres porque como ellas son las que desarrollan las hormonas y los espermatozoides por ahí pasan pues es donde a veces se necesita más para que no se produzca un embarazo

Rebeca: Si justamente, pero para que exista un embarazo se necesita de dos células, el óvulo y el esperma, entonces, así como hay muchos métodos anticonceptivos para mujeres también debería haberlo para los hombres, entonces sí, cuídense y utilicen protección

Sofia: ¿Alguien más quiere comentarnos algo?

Grupo: No

Sofia: Bueno pues entonces hasta aquí vamos a dejarlo por hoy, si alguien quiere decirnos algo nos vamos a quedar un rato más conectados mis compañeros y yo, ¿nos vemos el siguiente martes ok? Si alguien quiere que hablemos de un tema en específico nos puede decir y nos organizamos para presentarlo. cuídense mucho, usen protección y que tengan muy bonito fin de semana

Grupo: Adiós

Sesión 8: Orientación Sexual

Coordinadora de la sesión: Sofía Duración: 50 minutos

Sofia: Bien, pues miren en esta sesión vamos a hablar de la orientación sexual ¿Alguien sabe que es la orientación sexual?

Grupo: Si

Sofia: ¿Me podrían definir que es para ustedes?

Grupo: Es el género que te atrae

Sofia: Exacto, le voy a pedir a mi compañero Gabriel que me ponga la presentación de favor

Gabriel: ¿Ya la ven?

Sofia: Si, gracias, existen 3 cosas distintas que muchas personas llegan a confundir que es el sexo, el género y la orientación sexual, ¿saben cuál es la diferencia de cada una?

Grupo: Si, sexo es mujer y hombre, género es lo que te gusta

Sofia: Exacto, el sexo es lo biológico, el cómo nacemos, si con aparato reproductor masculino o femenino, el género es cómo nosotros nos identificamos, puede ser mujer que te identificas como hombre o viceversa y la orientación sexual es lo que te atrae, a una mujer le puede atraer otra mujer o un hombre o ambos y viceversa. La heterosexualidad son las personas que sienten una atracción romántica o física por alguien del sexo opuesto un hombre por una mujer una mujer por un hombre este como les comentaba los hombres heterosexuales pues sienten atracción por las mujeres y las mujeres heterosexuales sienten atracción por los hombres se conoce como heterosexualidad y en la que sigue es la homosexualidad en la homosexualidad pues las personas sienten una atracción igual romántica o física por alguien de su mismo sexo las mujeres por las mujeres los hombres por los hombres a las mujeres que sienten atracción por otras mujeres se les llaman lesbianas y a los hombres que sienten atracción por otros hombres se les conoce como gays y a veces igual el término gay se puede usar tanto para mujeres como hombres

Grupo: Te puede gustar tú mismo sexo

Sofia: La bisexualidad en esta las personas sienten atracción por cualquiera de los sexos puede ser por tu mismo sexo sí en el caso de una mujer puede sentir atracción tanto por un hombre como por una mujer y un hombre pueda sentir atracción por un hombre como por una mujer y puede ser que una persona sienta atracción por un hombre o bueno si una mujer siente atracción por una mujer no necesariamente es homosexual a lo mejor puede sentir atracción por ambos géneros y eso está bien y eso existe y no es como obligatorio que elija solo a un género puede elegir a ambos y y no está mal. La última de la que hablaremos el día

de hoy es la la sexualidad ¿alguna vez habían escuchado esa palabra de asexual? ¿O saben que significa?

Grupo: Si

Sofia: Perfecto, pues este tipo de personas son las que no sienten atracción ni sexual ni física por ningún género. Bueno pues para esto de la orientación creo que es muy importante primero nosotros identificar cuál es la preferencia que tenemos a el otro género o al mismo género y algo que considero que es muy importante es como primero aceptar eso y aceptar que no está mal ni es malo ni tiene algún problema ni va a ocasionar problemas y ya pues platicarlo con alguien al que le tengamos confianza pueden ser nuestros papás nuestros amigos nuestros profesores es quitarla y no evadir eso que sentimos también tampoco está esa no para una persona cómo evadir eso y decir ay no es que me da pena o qué van a pensar de o que van a qué van a decir mis papás a mi familia pues no o sea al final lo que somos si alguien te quiere tanto familia amigo etcétera pues ya va a aceptar no y bueno vamos a hacer una pequeña actividad, les voy a hacer una serie de preguntas y necesito que las respondan por el chat o abriendo sus micrófonos

Cuando veo a un hombre gay yo....

Grupo: Pues nada- es una persona cualquiera-se le debe de respetar-mi papá les dice putos y yo le pego

Sofía: ¿Cómo sabrían que una persona es gay?

Grupo: Porque lo dice y lo expresa- porque a algunos se les nota

Sofia: Exacto, hay gente que piensa que los gays siempre están arreglados o son muy afeminados o hablan de cierta forma y eso no está bien, eso es un estereotipo, a menos que la persona te lo diga, tú no puedes andar por la vida categorizando y ahora, que pasa si ustedes ven a dos mujeres besándose

Grupo: Es normal, a final de cuentas todos somos personas- ella hace lo que quiere con su sexualidad

Sofia: ¿Ustedes que sienten al ver una pareja homosexual?

Grupo: Normal- Me da igual- Me siento feliz porque la gente es feliz

Sofía: Me gustaría saber ustedes que creen, ¿que las personas que son homosexuales nacen así o se hacen?

Grupo: yo opino que así nacemos- Yo opino que las personas pueden elegir lo que les gusta con el tiempo- La verdad uno no sabe, puede ser que lo vio y lo copió o puede ser porque quiso y así nació- Conforme vas creciendo

Sofía: ¿Y si estuviera en sus manos, cambiarían a una persona homosexual o bisexual o asexual?

Grupo: No

Sofía: ¿Por qué no?

Grupo: Yo digo que no se nace así que lo descubres

Grupo: Yo digo que no porque siento que está mal ya que ellos hacen lo que quieran con sus vidas, son libres de escoger lo que quieran

Sofía: ¿Y alguna vez les ha pasado que en algún programa o serie de televisión algún personaje les atraiga? ¿Ya sea hombre o mujer?

Grupo: Si

Sofía: ¿Cómo cuál? ¿Me pueden dar ejemplos?

Grupo: Riu es un perro de un anime, un demonio

Grupo: Flash

Grupo: Nezuko, es una chica

Grupo: A mi mamá le gustan todos los coreanos

Grupo: A mí me gustan todos los de riverdale

Grupo: A mí me gusta Gabriel

Gabriel: Gracias, pues yo soy heterosexual, pero eso no impide que vea a un hombre y acepte que es guapo o tiene buen cuerpo, como la capitán américa, él es wow, yo quisiera tener ese cuerpo, así bien fuerte y no necesariamente tengo que ser gay

Rebeca: ¿Y a los niños que están aquí presentes no les gusta alguien?

Silencia largo

Sofia: ¿De su escuela les gusta alguien?

Silencio

Gabriel: A mí de mi escuela si me gustan muchas chicas, pero por la pandemia ya no las he visto ni las puedo visitar

Grupo: Los de mi escuela están bien feos

Grupo: Los profes si están guapos o sea ustedes

Grupo: A mí en segundo me gustaba un niño, pero ahora que o veo me doy cuenta de que está bien feo

Sofia: También puede ser por la pubertad, a veces uno no es muy atractivo, pero eso con el tiempo cambia y mejora no se preocupen

Grupo: Están guapos ustedes, Sofia, Rebe, Gabo y Aketzalli

Sofia: ¿Gracias y que más nos pueden decir de la orientación sexual, ustedes que opinan?

Grupo: A mí desde tercero me gustaban algunas niñas, pero me daba pena

Sofia: Es normal, todos hemos sentido pena alguna vez

Grupo: Yo opino que somos todos iguales y no por eso los debes tratar diferente

Grupo: A mí en primero yo tenía 3 amigas y en recreo una de las niñas se me acercó y me dijo que le gustaba y las otras dos me dijeron lo mismo, pero solo anduve con una y una vez en la cooperativa nos peleamos porque me dijo que ya no le gustaba y hay otra niña a la que le gusto y todos a cada rato me dicen

Grupo: Me parece que todos somos libres de expresarnos como queramos

Grupo: En este momento no me gusta nadie, me da pena y estoy en mis videojuegos

Grupo: Amor es amor, todos somos libres de estar con quien queramos mientras seamos felices y no hay que juzgar

Grupo: Yo creo que está bien, en mi escuela tengo 4 amigas que son bisexuales, todos tenemos derecho a la igualdad y los valores para no hacer menos a una persona por su orientación sexual

Sofia: ¿Alguien más quiere agregar o decir algo?

Grupo: No maestra

Sofia: Bueno, recuerden que este es un espacio seguro en el que ustedes se pueden expresar y contarnos lo que quieran, no los vamos a juzgar ni vamos a ir a contarle a sus papás, para nada, todo se queda entre nosotros y lo que necesiten recuerden que nos quedamos nosotros un rato más conectado, entonces se pueden quedar en la sesión si así lo requieren y bueno eso sería todo por hoy y el jueves nos vemos, tengan lindo día y cuídense mucho

Grupo: Me gustó mucho la clase, muchas gracias, maestra

Sesión 9: Equidad de género

Coordinadora: Rebeca Melchor Duración: 1 hora

Rebeca: Espero que estén muy bien, hee aquí dice Andrea en el chat “soy nueva en mi escuela y me da pena y aquí es más como para opinar y hablar”. Claro, es igual recordarles que pues este espacio está abierto a que ustedes se expresen libremente y que se sientan con la confianza de externar sus opiniones, sus preguntas, sus dudas y que no van a ser juzgados o criticados por nadie.

Entonces nos da mucho gusto que ustedes se expresen que participen

Grupo: De hecho, yo voy con Andrea en su clase

Rebeca: ¡Ok! Bueno el día de hoy vamos a trabajar con un tema que se llama “equidad de género” no sé si ustedes sepan más o menos qué es lo que significa, tengan más o menos una idea. ¿Sí? Los que saben por favor compartan sus ideas, el micrófono está abierto para ustedes

Grupo: Es como que los derechos de los hombres y las mujeres deben ser respetados y que en cada cosa a los hombres y a las mujeres se les debe de dar lo mismo.

Rebeca: ¡Exactamente! Muy bien, ¿alguien más?

Grupo: Y no por ser mujeres tenemos más derechos ni por ser hombres se tienen más derechos.

Grupo: En pocas palabras igualdad, es tener un trato justo, aunque seamos diferentes.

Rebeca: Muy bien, si, obviamente anatómicamente hablando pues el hombre y la mujer son distintos, pero poseen el mismo derechos y obligaciones, entonces pues en esta sesión les vamos a realizar como un tipo entrevista para que de alguna manera ustedes expresen sus opiniones y nos digan qué piensan acerca de estas preguntas.

Me gustaría mucho que por favor sean muy participativos, que ojalá puedan activar sus micrófonos o si no les es posible que lo escriban por el chat, pero si es por micrófono mucho mejor. Entonces no sé si mi compañero Gabriel me pueda hacer el favor de proyectar la presentación. Igual si se les llega a trabar el audio lo que pueden hacer es desactivar la cámara para que no haya interferencia en la conexión Bueno entonces hoy vamos a platicar sobre la equidad de género y para comenzar me gustaría saber que piensan o ¿cuál creen que es una buena profesión para un chico? O sea, por ejemplo, un chico que es lo que tendría que ser....

Grupo: Militar

Grupo: Cualquiera

Grupo: Policía

Rebeca: ¿cualquiera? Pero a ti qué se te vendría a la mente

Grupo: pues policía porque es hombre

Grupo: Abogado

Rebeca: Los demás qué piensan... ¿A ustedes los chicos qué les gustaría ser de grandes?

Grupo: Piloto de avión

Grupo: odontólogo

Rebeca: las demás personitas ¿cómo cual creen que sea una buena profesión para un chico?
Ustedes creen que por ejemplo un hombre pueda ser ¿enfermero?

Grupo: Si

Grupo: Si también

Rebeca: O maestro, o alguien que por ejemplo trabaje cuidando bebés. A ver Andrea tu primero.

Grupo: Pues puede ser de todo ¿no? solo que están los estereotipos de que pues no pueden ser bailarines o algo así.

Rebeca: Bien Andrea muchas gracias. ¿Ilan ibas a decir algo?

Grupo: que pueden ser lo que quieran

Rebeca: Y por ejemplo chicos ¿a ustedes les gusta bailar o hacer cosas que se supone tienden a ser actividades que atañen a las niñas? Puede ser el baile, o la cocina...

Grupo: A mi gusta cocinar, ayudarle a mi mamá a hacer la comida y otras veces me gusta bailar, pongo alguna música y así.

Rebeca: ¿Y tú Leo?

Grupo: No

Rebeca: ¿Entonces no te gusta nada relacionado con las artes o con el baile y esas cosas?

Grupo: No

Rebeca: ¿Qué es lo que te gusta?

Grupo: pues en especial jugar videojuegos

Rebeca: Muy bien y por ejemplo ¿para ustedes que es ser un chico?

Silencio...

Rebeca: Bueno piénsenlo y lo reflexionamos más adelante. ¿Ahora para ustedes que profesión creen que sea favorable para una mujer?

Grupo: Veterinaria

Grupo: Maestra

Grupo: Maestra de baile

Rebeca: ustedes chicas qué piensan

Grupo: pues que también cualquiera ¿no?

Rebeca: Aja, pero ustedes que les gustaría ser de grandes

Grupo: Abogada

Grupo: Militar

Grupo: Veterinaria o chef

Rebeca: ¿Y creen ustedes que las profesiones que tienen que ver con ser maestras o ser cuidadoras de niños es solamente exclusivas para las mujeres o también puede haber hombres?

Grupo: Si claro que sí, los hombres también pueden ser maestros

Rebeca: Pues si efectivamente estas actividades no son exclusivas de las mujeres. Usualmente estamos como bien acostumbrados a que se les asignen ciertas profesiones a las mujeres que tienen que ver como con los cuidados, como la maestra, enfermera, niñera, estilista, maquilladora etc. Entonces si estamos acostumbrados a mirar a las mujeres para ese tipo de trabajos siendo que también los hombres pueden desempeñar esas actividades.

Grupo: Ningún trabajo u oficio tiene género, así que tanto hombres como mujeres pueden trabajar de lo que sea porque eso es igualdad de género.

Rebeca: Muy bien, que gusto que piensen de esa forma. Y ¿ustedes cómo piensan que debe de ser una chica? Para ustedes ¿qué significa ser chica o mujer, o como les han dicho sus padres como debe de ser una chica.?

Silencio...

Grupo: Pues se puede decir que como quieran

Rebeca: ¿pero ¿cómo es eso? Que es ser niña para ustedes

Grupo: No se...

Rebeca: O por ejemplo como creen que una chica pueda gustarle a un hombre

Grupo: Siendo femenina, aunque no siempre tiene que ser así

Rebeca: Por ejemplo, un chico en qué se fijaría de una niña

Grupo: también podría ser en sus talentos

Grupo: si es buena persona también

Rebeca: también si es capaz de realizar alguna actividad, si es inteligente, si practica algún deporte... ¿a ustedes les gustan los deportes?

Grupo: si

Rebeca: ¿Qué deportes les gusta?

Grupo: a mí me gusta el futbol

Grupo: en la altura, en el cabello, en su forma de ser etc.

Rebeca: ¿Qué otro deporte les gusta? Por ejemplo, a mí me gusta la natación y el basquetbol

Grupo: A mí me gusta la natación, el futbol nunca me ha gustado tanto

Rebeca: A mí tampoco me gusta mucho el futbol ¿a ti te gusta algún deporte Leo?

Grupo: No nada en especial, a mí en lo personal no me gustan los deportes madamas digamos que el futbol

Rebeca: Dice Andrea en el chat que le gusta la natación y a Yaretzi le gusta el box. ¿A ti Alexa te gusta algún deporte?

Grupo: Si, el boxeo y el futbol

Rebeca: Ok muy bien, podemos pasar a la siguiente diapositiva por favor. ¿Y ustedes como creen que debe de ser un chico? O que significa ser un niño

Grupo: Ordenado, ser ordenado

Rebeca: ¿Qué más? Acuérdense que pueden expresar lo que sientan, lo que se le venga a la mente

Silencio...

Rebeca: ¿Qué es lo primero que una mujer se fija en un hombre?

Grupo: en los músculos

Grupo: que sea respetuoso

Grupo: que sea alto y fuerte

Grupo: que sea guapo, lindo, inteligente, alto y con bonito cabello

Rebeca: ¿Y ustedes chicos qué es lo primero en que se fijan en una niña?

Grupo: si esta bonita, si es amable, que me guste estar con ella y platicar.

Grupo: los niños de mi escuela se fijan en el busto de las niñas

Coordinadora: Muy bien, bueno ahorita les vamos a pasar un video y con base a ese video vamos a platicar un rato acerca de lo que piensan

Video

Rebeca: ¿Ustedes que piensan, están de acuerdo con el video, les gusto, hay algo que les molesta?

Grupo: yo no estoy de acuerdo porque es el estereotipo de que las mujeres tienen que ser femeninas, delicadas y que no pueden jugar futbol o esas cosas porque son de hombre

Rebeca: Claro. Y no solamente es exclusivo de los hombres, sino que también las mujeres pueden jugar este tipo de deportes

Grupo: pienso lo mismo

Rebeca: Ustedes creen que, por ejemplo, no sé si ustedes tengan hermanitas o primitas que, si les dejen ayudarle a su mamá, pero a sus hermanos varones no, no sé si les ha pasado

Grupo: Yo no tengo hermanos

Grupo: No, en mi casa siempre ha sido muy parejo, mis hermanas y yo le ayudamos a recoger y limpiar a mi mamá. Y mis tías siempre nos enseñan a que debe de ser todo por igual

Grupo: Yo tengo unos primos que hacen eso, pero al revés, o sea mi primo siempre tiene que ayudarle a su mamá a limpiar y su hermana todo el día está en su cuarto

Rebeca: ¿Y ustedes han visto que sus padres les ayuden a mamá en la casa?

Grupo: No

Grupo: No a mi papá no le gusta hacer quehacer

Grupo: No tengo papá

Rebeca: O sus abuelitos o tíos

Grupo: Mi papá le ayuda a mi mamá a lavar los trastes y barrer

Rebeca: En mi caso a mi hermano casi no lo mandan a hacer limpieza en la casa y a mí sí. Pero se llegó a un trato en donde yo limpiaba la casa y él iba a comprar lo que mi mamá necesite para hacer la comida. Entonces es como si todos participáramos ¿no?

Gabriel: También justo yo quería mencionar que, en mi caso, no...o sea yo se cocinar y todo, se trapear y todo, pero también nos hemos repartido como las labores de la casa y como yo soy el más rápido en ir por las cosas pues a mí me toca ir por el mandado, pero sin ningún problema...no tengo ningún problema en cocinar, entonces también eso es muy cool, también poder variar con las tareas de la casa, no solo quedarnos con una sola.

Rebeca: Si por ejemplo mi hermano a pesar de que no le gusta la limpieza, le gusta cocinar mucho y cocina muy bien o sea tiene muy buena sazón y yo no cocino nada, solo sopa maruchan y este, pero...

Grupo: pero si la maruchan solo hay que calentarla

Rebeca: Si por eso jejeje porque no se cocinar. Bien, entonces seguimos con la presentación este es como un cierto o falso, ¿la mujer debe ganar menos que un hombre si se realiza el mismo trabajo?

Grupo: falso, falso, falso

Rebeca: ¿Por qué creen ustedes que es falso?

Grupo: porque están haciendo el mismo trabajo

Rebeca: Muy bien, Estela, adelante

Grupo: iba a decir lo mismo que Andrea, pero aparte no se me hace justo porque algunas mujeres se arriesgan más que los hombres y es como que no, le tiene que pagar lo mismo a un hombre y a una mujer

Grupo: yo siento que es falso porque, aunque sea mujer le tienen que pagar lo mismo porque están haciendo lo mismo

Rebeca: ¡Claro! Y hay veces que, en muchas ocasiones el salario de la mujer es más bajo que el del hombre ¿no? y esto no es equitativo. Justamente estaba leyendo una noticia en donde muchas actrices de Marvel que hacen personajes de superheroínas estaban alzando la voz porque les estaban pagando menos que a sus compañeros actores porque a estos les pagan más y luego las escenas de acción las hace un doble y en el caso de las actrices a veces ellas no requieren de un doble de acción. ¿Alguien más quiere decir otro comentario acerca de esto?

Grupo: Yo

Rebeca: Si, adelante

Grupo: también que algunas actrices han presentado quejas por acoso sexual de sus jefes o de sus mismos compañeros

Rebeca: Si y no solamente las actrices hay muchos espacios en donde la mujer pues sufre acoso, en la escuela, en el trabajo, en las calles, en la familia incluso y de esto se trata la equidad de género, de respetar tanto al hombre como la mujer y tratarlos por igual. Entonces, chicas, si en algún momento alguien las acosa no duden nunca en levantar la voz. Entonces, ¿alguien más que quiera comentar algo al respecto?

Grupo: No

Rebeca: Ok pasamos a la siguiente. Cierto o falso que los chicos no deben llorar

Grupo: falso

Grupo: falso

Rebeca: ¿porque piensan ustedes que es falso?

Grupo: yo por ejemplo pienso que es falso porque pues todos tienen derecho a expresar sus emociones y no porque un niño lloro o un hombre lloro quiere decir que sea débil

Grupo: yo igual pienso que es falso porque todos tenemos sentimientos y tenemos derecho a expresarlos ya sea tanto hombres como mujeres. Y el hecho de llorar no quiere decir que pierdan el valor de ser hombres

Rebeca: No sé si los chicos que están aquí, incluyendo a Gabo ¿ustedes lloran?

Gabriel: Este, yo si lloro, pero la diferencia es que no me gusta hacerlo como en un lugar público, o sea no me gusta que me vean llorar. O sea, siempre es como en un lugar privado o cuando me encuentro yo solo porque no sé, se me hace incomodo que me vean llorar, pero o sea si lloro, lloro como en privado o lloro cuando voy al psicólogo, entonces es ahí cuando si me presto a llorar, pero no me gusta hacerlo en público porque no me gusta llamar la atención, así como de: “ay ¿ya vieron? Está llorando” y cosas así, pero...

Grupo: Yo también lloro

Grupo: Yo también si lloro

Grupo: yo también como Gabo, yo si lloro, pero en privado

Rebeca: Tú Ian también lloras en privado o en público

Grupo: Donde sea lloro no me da pena

Rebeca: Ah muy bien. Por ejemplo, ustedes como chicos ¿lloran cuando ven una película triste?

Grupo: ay si hay muchas

Rebeca: Si, a ver cuales

Grupo: como la de “la razón de estar contigo”

Grupo: Ah a mí también me hace llorar esa

Grupo: me hace llorar más la segunda

Rebeca: Dice Estela en el chat que a ella tampoco le gusta que la vean llorar.

Rebeca: Dice Andrea yo soy mujer, pero no me gusta llorar frente a todos. Fíjate que también a mí me da un poquito de pena que me vean llorar, usualmente siempre me contengo mis lágrimas y también soy como Gabo que llora así solo en espacios privados

Grupo: tampoco me gusta que me estén preguntando que qué me paso

Rebeca: Si

Grupo: Si porque Andrea y yo íbamos en el mismo y la conozco

Rebeca: incluso hasta uno se empieza a molestar cuando nos preguntan eso ¿Qué tienes? ¿Qué te paso? Y nosotros como de: ¡que te importa déjame en paz!

— ¿A ustedes niñas qué película las hace llorar?

Grupo: uy muchas

Rebeca: A ver díganme de una

Grupo: la de Coco

Grupo: la misma que dijo Leonardo

Rebeca: a mí me hace llorar la de Hachiko

Grupo: yo lloro cuando veo películas en donde les pasa algo a los perros o a los adultos mayores. Es que la verdad yo siempre me he preocupado por ellos y siempre siento feo cuando les pasa algo

Rebeca: Claro, siempre es bueno ser empático con los demás y preocuparnos justamente con las personas más vulnerables

Grupo: A mí me hace llorar la película de “your name”

Coordinadora: ¿alguien más quiere comentar algo?

Aketzalli: A mí me da tristeza la película de “los chicos no lloran” está en Netflix y también hay una que se llama “el panteón de las luciérnagas” y hay otra que se llama “las tortugas también pueden volar” esa es como de guerra y también esta como muy sentimental

Rebeca: A mí la que me hizo llorar mucho fue la de “milagro en la celda 7” y la de “milagros inesperados”

Grupo: si la de milagro en la celda 7 está muy triste

Grupo: a mí las que me hacen llorar son los k-dramas cuando el guapo se va

Rebeca: Muy bien, pasamos a la siguiente pregunta. Cierto o falso, ¿creen que solo las niñas tienen que ayudar en los quehaceres de la casa?

Grupo: falso

Grupo: falso

Rebeca: ¿ustedes les ayudan a sus mamás siempre en la casa?

Grupo: yo si

Grupo: yo a veces

Rebeca: ¿a qué cosas le ayudan a sus mamás?

Grupo: yo le ayudo por ejemplo a a veces lavar los trastes, limpiar la mesa, guardar la ropa, algunas veces también le ayudo a hacer el agua que siempre tomamos y también tender las camas.

Grupo: yo solo recojo mi cuarto, no hago mucho. Nadamas le hecho una limpiadita a los muebles y ya

Grupo: yo si le ayudo a mi mamá. A cocinar, poner la mesa, doblar la ropa, a trapear.

Grupo: Yo quiero ayudar a mi mamá en la cocina, pero no me deja dice que me voy a quemar

Grupo: yo también a veces le quiero ayudar a mi mamá en la cocina, pero me dice que no, no puedes

Grupo: las mamás son muy exageradas

Rebeca: Bueno es que a veces las mamás no les dejan ese tipo de tareas a ustedes porque son riesgosas y quieren evitar accidentes con el fuego

Grupo: pero con aceite puedes cocinar y sin aceite puedes cocinar media cosa

Rebeca: Si, pero principalmente lo hacen por el fuego porque hay niños que se han quemado

Grupo: a mí mi mamá me deja hacer los hot cakes

Grupo: yo no he incendiado nada

Rebeca: Muy bien jeje la siguiente Gabo

Gabriel: Yo quería decir algo respecto a la cocina. Pues ahorita no se preocupen chicos ahorita tiene como 10, 11,12 años y pues yo empecé a cocinar como a los 12. Díganles a sus mamás que les enseñen a cocinar, pero igual esperen un poquito porque aún están muy pequeños y a lo mejor no alcanzan la estufa y así. Pero con el tiempo van a crecer y van a poder ayudar a este tipo de cosas

Grupo: a mí mi mamá me enseñó a cocinar desde los 7 años, no me dejaba agarrar la estufa ni nada, pero me enseñaba como hacerlo

Rebeca: Si mi mamá por ejemplo me enseñaba a picar las verduras y esas cosas. Dice, cierto o falso, que un chico puede jugar con muñecas

Grupo: cierto

Grupo: cierto

Rebeca: si justamente las muñecas no son un juguete exclusivo para las niñas. ¿Ustedes como niños juegan a las muñecas?

Grupo: a mí de chiquito si me gustaba jugar con algunas, por ejemplo, las que tenía mi prima cuando iba a su casa, a veces jugaba con ellas. También me gusta la mujer maravilla

Grupo: Yo prefiero las pistolas de dardos

Rebeca: A mí me gustaban las pistas de carreras, una de hot wheels que eran como de auto lavado y siempre quise esa pero nunca me la trajeron los reyes magos y también me gustaban Max Steel

Grupo: a mí también me gustaban los carritos

Grupo: a mí me gustaba y también me gusta jugar con las casas de Barbie a pesar de que soy niño, me gusta jugar con los mueblecitos y los accesorios

Rebeca: Si también a mi hermano le gustaba jugar conmigo a las barbis. Entonces niños y niñas los juguetes no tienen género siéntanse con la libertad de jugar con cualquier cosa.

Grupo: Yo cuando iba con mi prima no jugaba con sus muñecas ni nada, yo prefería jugar con mis amigos y así. Y ella cuando venía no dejaba que tocara algunos muñecos o juguetes porque era un poco desastrosa y eso que es tres años menor que yo. Pero me costó mucho a parte los juguetes porque acá los venden como a 200 o 250 y nunca deje que los tocara a veces, luego le presto algunos, eso sí, pero le digo que los ponga en su lugar porque luego cuando ella se va tengo que recoger todo lo que ella hizo, tengo que y no la puedo dejar yo quiero estar tranquilo en mi cuarto.

Grupo: a mí también me pasa lo mismo con mis primos

Grupo: Gracias, al fin alguien me apoye

Grupo: siempre que vienen a mi cuarto con mi hermana siempre saca los juguetes y luego luego que se va se sale corriendo y ya se va y ahí me deja todo tirado. Lo tenemos que recoger todo. O luego cuando a veces lo pones a recoger lo dejan en donde quieran

Rebeca: muy bien, ¿alguien quiere compartir algo más? Bueno pasamos a la siguiente. ¿Andrea querías decir algo?

Grupo: Si no se si cuenta, pero a si me pasa a mí con una amiga, me dejaba todo tirado cuando venia

Rebeca: Si a mí igual me pasa con una primita que luego viene aquí a mi casa y quiere agarrar mis muñecas y me entra ansiedad porque siento que me las va a romper

Grupo: si a mí también me pasa lo mismo

Grupo: Si a mí igual me da miedo que agarren mis juguetes que más me gustan

Grupo: a mí todo me da ansiedad

Grupo: o juguetes que te costó conseguir

Rebeca: Muy bien, cierto o falso, que los chicos y las chicas tienen los mismos derechos

Grupo: yesss

Grupo: cierto

Rebeca: Claro que sí, no solamente por que seas chico quiere decir que tengas más derecho sobre la mujer o viceversa. Entonces pues nos da mucho gusto saber que ustedes tienen ya conocimiento de este concepto de igualdad de género y que piensen que las mujeres no solamente pues sirven para ciertas tareas o cosas. En verdad muchas felicidades niños y niñas. Y bueno ahora sí pasamos a la breve exposición y primeramente para entender un poco acerca de este concepto de igualdad de género es importante explicar qué es el género. El género se refiere a las ideas, normas y comportamientos que la sociedad, las instituciones educativas, la iglesia, el trabajo etc. establecen a cada sexo y el valor y significado que se les asigna. El género agrupa ciertos roles o ciertas tareas tanto para el hombre como para la mujer y estos pueden ser modificados y cambiados, por ejemplo, el sexo biológico no se puede cambiar porque ya naces así a menos que te realices una intervención quirúrgica, el género si puede ir cambiando y justamente todos estos roles pueden ir variando, antes las mujeres tenían como rol el cuidado de los hijos y el hogar y ahora actualmente vemos a mujeres trabajadoras que sacan adelante a su familia ellas solas. Y todo esto también tiene que ver con los estereotipos como lo menciono Andrea, en la sociedad o en el entorno en el que vivimos siempre hay ciertas tareas o características que a un hombre y a una mujer les atañen. Estos estereotipos son modelos o conductas que define como debe de ser y comportarse un hombre y una mujer, cómo debe de pensar, vestirse, sentirse etc. estamos como que bien acostumbrados a que a la mujer siempre se le vea como la que tiene que cocinar, lavar, cuidar y criar a los hijos y por otra parte a los hombres siempre se les ve como que siempre tienen que trabajar, proveer a su familia, ser la figura de autoridad y castigo para los hijos y esas cosas ¿no? son características que se les van asignando a cada sexo. Aquí tenemos un comentario que dice: “es como la sociedad dice que tienen que ser los hombres y las mujeres”. Claro, igual siempre a las mujeres siempre nos dicen que tenemos que ser delicadas, calladitas, vestarnos “decente”, no tenemos que ser groseras. Y también en los hombres siempre les dicen que no deben de llorar ni demostrar sus sentimientos, tienen que ser rudos, ir al gimnasio y así.

Entonces si es como estas conductas y este deber ser para ambos sexos. Y bueno, ya para definir un poco el concepto de igualdad de género es la distribución justa de los recursos y del poder en la sociedad, es decir, si a una le pagan “x” cantidad de dinero también el hombre tiene que percibir los mismos si se realizar las mismas actividades en el trabajo. Si los hombres tienen derecho a votar pues también las mujeres. La equidad de género permite las mismas oportunidades, condiciones y formas de trato sin dejar de lado las particularidades de cada uno de ellos y que se garanticen sus derechos por igual sin distinción. Por ejemplo, el derecho al voto, la libre decisión de vestir como quieras, elegir nuestra orientación sexual y pues este concepto es justamente importante porque actualmente en el ambiente en el que nos desarrollamos existe mucha violencia y acoso contra la mujer y contra otros sectores vulnerables de la población. Entonces hay que ir cambiando poco a poco nuestra manera de pensar y respetarnos como iguales. No sé si alguno de mi compañero desea comentar algo...

Gabriel: Si pues justamente como lo comentábamos hace rato a mí me gusta cocinar y no por el hecho de ser hombre quiere decir que está mal. O sea, y como les dije yo no soy gay, pero me gusta ver la ropa de mujer porque se me hace muy llamativa y porque casi la ropa de hombre es muy neutral y está muy interesante debemos de tener derecho al voto, como vieron, la semana pasada sus papás, sus hermanos, primos y así salieron a votar y eso es algo que al principio las mujeres no tenían acceso, pero con el paso del tiempo se luchó y se logró que las mujeres también votaran. Entonces cuando llega el momento en el que ustedes lleguen a votar pues si hagan valido ese derecho.

Rebeca: Muchas gracias, Gabriel, no sé si alguno de ustedes tenga duda o nos quiera compartir algo, si les gusto esta sesión o no.

Grupo: Me gustó mucho la actividad y el video

Rebeca: Si no hay algún otro comentario iremos cerrando la sesión de hoy

Grupo: A mi si me gustó mucho

Rebeca: Muchas gracias, entonces nos vemos la próxima semana y les agradecemos mucho su participación y que se tomen el tiempo de conectarse con nosotros.

Sesión 10: Derechos del Cuerpo

Coordinadora de la sesión: Aketzalli Jiménez Duración: 1 hora 09 minutos

La sesión inició con la presentación de unas diapositivas, el contenido de la presentación se dividió en tres partes: Derechos del Cuerpo, Ley general de derechos de niñas, niños y adolescentes y Derechos Sexuales. En la primera sección se habló sobre la importancia del decir sí o no ante ciertas situaciones que pueden llegar a poner en peligro la integridad física y psicológica de las niñas y niños, por otro lado, se les explicó que no por el hecho de tener una minoría de edad quiere decir que tienen que aceptar todo lo que el adulto les dictamine y menos si se trata de abusos hacia ellos y ellas. En el apartado número dos se les explicó la ley de una manera en la que pudieran extraer el mejor de los contenidos, la información utilizada fue adquirida del marco teórico antes presentado, por último, en el apartado tres se presentaron todos los derechos sexuales con una breve explicación. (El contenido de las diapositivas se anexará al final de la presente investigación).

La primera pregunta utilizada para abrir al dialogo fue ¿A ustedes les han dicho que no pueden opinar por qué están chiquitos? Y todos respondieron que sí y de repente una niña dijo: “Me dejan escuchar, pero me dicen que no hable porque es algo que no entiendo, pero hay veces que, si entiendo, pero si ha habido muchas veces que si me han limitado a participar”.

Siguiendo con esto Aketzalli hablo sobre la participación infantil y la gran importancia que tiene la voz de los niños en la participación ciudadana. Las y Los niños quedaron un tanto sorprendidos al saber que existe una institución donde consideran la opinión de las niñas, niños y jóvenes.

A continuación, se continuará a escribir de manera textual las participaciones y dialogo que se tuvo con las niñas y los niños.

Aketzalli: ¿Cómo se sentirían si en la escuela después de ver un tema les preguntaran que actividad propusieran para reforzar lo aprendido?

Grupo: Rara

Grupo: No sabría que responder

Grupo: Raros, Raras

Grupo: No sobria que decir porque no estoy acostumbrada a que me pregunten que quiero hacer.

Aketzalli: Ok ... a ver si ahorita les digo ya vimos 14 derechos sexuales ¿qué actividad creen que podemos hacer?

Grupo: A mí me gustaría debatir el tema entre todos para saber qué opina cada uno para que podamos participar, pero saber bien bien que opina cada uno de nosotros

Grupo: Estoy de acuerdo con (nombre de la niña)

Grupo: también podría ser que usted diga un concepto y le digamos de que derecho está hablando y así

Aketzalli: ¿Cómo una adivinanza?

Grupo: Exacto si

Grupo: Que mencionemos los temas que vimos hoy que votemos y con el más votado hagamos la actividad

Aketzalli: Ok ... esa sería otra propuesta perooooo para poner llevar a cabo todo lo que me están proponiendo necesito que si hablen prendan sus micrófonos sus cámaras expresen lo que piensen porque para la actividad que quieren hacer del debate pues necesitan hablar por ejemplo decir yo estoy a favor o no yo estoy en contra y así como se empieza a poner buena la situación jaja entonces vamos a iniciar con el primer derecho, pero ... ¿si van a hablar?

Grupo: Si

Grupo: Me da pena, pero está bien

Aketzalli: Tranquila que no te de pena recuerda que aquí no te vamos a juzgar todos podemos cometer errores todos nos podemos expresar todos podemos dar nuestra opinión libremente

Grupo: está bien

Aketzalli: Ok entonces ¿quieren que les ponga los derechos en orden o al azar? Van a elegir tres derechos para debatir

Grupo: Al azar

Aketzalli: (Pasa las diapositivas al azar y las detiene) “Derecho a los servicios de salud y derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva” ¿Quién está a favor y quien en contra?

Grupo: A favor porque todos tenemos derecho a que por ejemplo si tenemos una parte de mala de nuestro aparato reproductor todos tenemos derecho de ir y que nos revisen y que nos digan que tenemos mal para que cuidarnos mejor

Coordinadora: Muy bien que buen argumento (menciona el nombre del participante) haber quien más está a favor o en contra

Argumentos del grupo a favor

Grupo: Yo estoy a favor porque como dice (nombre del niño) tenemos el derecho de saber que está mal con nuestro cuerpo para poder atenderlo

Grupo: Haber pues porque es el cuer... es nuestro cuerpo y podemos hacer de cierta forma lo que queramos con él, pero con cierta limitación y pues al final de cuentas nosotros decidimos que hacer con el

Grupo: A favor porque así prevenimos enfermedades de todo tipo hasta sexuales y si las tenemos la podemos tratar a tiempo antes de se hagan más grandes

Grupo: Porque así podemos saber si si o no por ejemplo si voy al doctor ¿qué qué pasa? Y me brindan toda la información

Aketzalli: Todos los argumentos presentados estuvieron super sustentados muy bien también mis compañeros Gabo Rebe y Sofí pueden participar eh ... siguiente derecho “Derecho a la igualdad” comencemos

Grupo: A favor

Gabriel: En contra

Aketzalli: Haber vamos a escuchar el primero argumento a favor de (nombre de la niña) y después el argumento de Gabo para saber porque está en contra

Grupo: Pues porque todos somos iguales y pues porque no se (se ríe) creo que sería injusto... pues... ¡Ay! No sé es que no se dar argumentos (tono de nerviosismo)

Aketzalli: No te preocupes tranquila haber hagámoslo juntas dices que porque todos somos iguales haber ¿iguales en qué sentido?

Grupo: Si pues en que todos somos personas y tenemos sentimientos entonces todos tenemos derecho a la igualdad

Aketzalli: Muy bien haber Gabo ¿Por qué estás en contra?

Gabriel: Yo estoy en contra de que todos debemos de ser tratados por iguales porque hay gente que se esfuerza más que otra entonces pues sinceramente yo creo que gente que no se esfuerza nada no debería tener la misma igual que yo tal vez que yo me esfuerzo más y hago más que las otras personas entonces yo por eso estoy en contra

Aketzalli: A ver chicos de todos los que estaban a favor que le responderían a Gabriel

Grupo: Tiene un poco de razón, pero aun así estoy a favor porque aún que hagan uno más que otras al final de cuentas todos tenemos los mismos derechos algún ejemplo es que el que se esfuerza más y puede hacerlo lo tratan bien, pero si uno no se esfuerza a veces pudiera ser porque no tiene la capacidad de hacerlo

Grupo: No pues si tiene razón

Aketzalli: Haber ... porque dices que si tiene razón

Grupo: Pues es que yo en un punto medio

Grupo: Pues Esta bien, pero a veces uno no ve el esfuerzo del otro y puede haber peleas

Aketzalli: Ok... pero también tenemos que tomar en cuenta en que ámbito se está viendo esto de la igualdad

Rebeca: Acuérdense de la sesión pasada que hablamos sobre la igualdad de género y esas cosas...

Grupo: Pues si igual como por ejemplo en el trabajo que a todos les paguen igual pues hacen el mismo trabajo ¿no?

Grupo: Tal vez tú ves que no se esfuerza, pero tal vez hasta llora de tanto esfuerzo, pero tiene razón Gabo a veces personas que no hacen nada o lo hacen mal no merecen lo mismo que alguien que si se esfuerza

Aketzalli: Yo creo que sí, pero acuérdense que ahorita el derecho de la igualdad lo estamos abordando en los derechos del cuerpo y los derechos sexuales...

Sofía: Yo si estoy del derecho de la igualdad y si como dices pero esto de que hablan del esfuerzo y esto que dice mi compañero Gabo eeeee pues hay gente que se esfuerza más y logra lo mismo que la otra persona que no se esfuerza pero pues igual o sea hay como muchas mmm formas de verlo hay gente que tiene como los recursos económicos o los recursos materiales para lograr esas cosas y no se esfuerzan y las logras bien y hay otras personas que se esfuerzan muchísimo y que llorar y que sufren y que logran lo mismo pero yo creo que eso no... no tiene nada que ver con lo que estamos hablando del derecho a la igualdad porque pues al final de cuentas todos somos seres humanos todos nacimos de la misma manera y...tenemos el mismo derecho que todos no es como que yo me esforcé más que Gabriel entonces yo si tengo derecho a votar y Gabriel no ¿me explico? ese es como mi punto de vista

Gabriel: Bueno ahora que lo mencionas así yo no lo había pensado de esa forma yo solo lo pensaba desde mi propio beneficio, pero creo que si tal vez es porque yo nací en un lugar privilegiado entonces creo que por eso tengo ese pensamiento, pero creo que al discutirlo con otras personas o con ustedes los niños me hacen pensar que tal vez no es correcto este pensamiento que tengo de igualdad

Grupo: En conclusión, todas las personas tenemos los mismos derechos a pesar de nuestro esfuerzo.

Aketzalli: Exacto, todas las personas tenemos los mismos derechos, pero por otro lado aprendimos que está bien cambiar de opinión porque por ejemplo si mi compañero gabo no hubiera dicho su argumento tal vez no hubieran pensado en una contraparte entonces también es bueno escuchar una contra parte elijamos el ultimo derecho “Derecho a la participación en las políticas sobre sexualidad y reproducción”

Grupo: A favor porque tú tienes el derecho a opinar sobre las cosas que están en tu cuerpo y por ejemplo si te hacen a un lado ahí ya están violando tus derechos porque tú tienes derecho a opinar sobre ti

Grupo: Yo estoy a favor yo estoy a favor porque tenemos derecho a saber sobre la sexualidad de la reproducción humana y de las infecciones de transmisión sexual y todo eso porque si no supiéramos no sabríamos como atenderla o cuales son los síntomas o que se hace en distintas situaciones sobre ese tema

Grupo: Estoy a favor porque todos podemos opinar es algo que me gusta el derecho a la expresión

Aketzalli: (Explica lo que es una política para que entiendan un poco mejor el derecho) Ok para ir cerrando con la sesión del día de hoy respóndanme ¿Alguna vez se han sentido ignorados?

Respuestas:

Si

Si

Uy muchas veces

Demasiadas veces

Coordinadora: Haber ... uno por uno arguménteme su respuesta

Respuestas:

Niña: Pues es que luego yo estoy así con la familia ¿no? y todo, pero de repente quiero como que decir algo asa cuando todos están callados, pero luego empiezan a hablar y no le toman importancia y no me responden.

Niño: A mí me pasa que cuando voy a casa de mi primo él y mi hermano me ignoran y me hacen a un lado y me llaman a jugar casi cuando ya nos vamos

Niña: A mí lo que me pasan es que están hablando de un tema y yo opino algo y yo he sentido que no le hacen tanta importancia a mi comentario y pues si siento como que Ah mejor me callo

Niña: Mis abuelos me ignoran solo me escuchan cuando les conviene, pero ya me acostumbré

Niña: Luego están callados y yo quiero hablar y luego no me ponen atención

Niña: Luego vienen unos primos y me dicen que juego con ellos, pero yo no quiero y les digo que no y les da igual que les diga que no y me obligan a jugar con ellos

Aketzalli: Muy bien la pregunta que les acabo de hacer es para traer la importancia que ustedes tienen su opinión también es importante y si es muy común que nos ignoren y es muy lógico que lo percibamos y no está bien que nos acostumbremos a que nos ignoren o nos den una mala respuesta en todos nuestros núcleos debe de existir la reciprocidad y no dejen que comentarios hirientes apaguen su energía de expresar lo que sienten o quieren decir debemos de mentalizarnos que es importante lo que decimos y lo que sentimos.

De tarea se dejó realizar un dibujo.

Sesión 11: Violencia sexual

Coordinador de la sesión: Gabriel González Duración: 1 hora y 10 minutos

La sesión comenzó como todas las demás que hemos tenido, lo principal que se les dijo a las niñas y los niños que esta es nuestra penúltima sesión del taller y que la próxima sesión que tendríamos será la última del taller, llegando así la conclusión del taller de educación sexual integral, a lo cual es que la reacción inmediata de las niñas y niños fue tristeza dado que el taller les ha encantado y que les emociona tomar clases, una vez explicado todo esto comenzó la sesión 11 del taller teniendo como tema principal la violencia sexual.

Antes de pasar a exponer el tema de día, se les pregunto a las niñas y niños ¿qué si tenían conocimiento sobre este tema? y si fuese así que nos expresaran todo lo que sabía de este tema. A lo que expresaron que es cuando alguien violenta tu cuerpo sin tu consentimiento, alguien que te toca alguna parte de cuerpo. Ante estas palabras, reafirmamos nosotros que estaban en lo correcto respecto al concepto o idea de la violencia sexual y que en la sesión

del día de hoy les íbamos a enseñar muchas más cosas al respecto a la violencia sexual, como reconocerla y como evitarla.

Una vez explicado todo esto, mencionamos como forma de recapitulación de todas las sesiones que tuvimos en el taller de educación sexual integral eran para llegar a este punto final de reflexión, enseñarle a las niñas y niños a conocer sus emociones, su cuerpo y el cómo funciona, la importancia de respetar a otras personas y sobre todo el que sepan que tienen derechos humanos y de las niñas, niños y adolescentes. Llegando a la conclusión de que necesitaban todo este conocimiento de las sesiones pasadas para que ellos mismos no sufran un abuso sexual y si es posible que en un futuro que ellos mismos puedan ayudar a alguna compañera o compañero de su calle, de la escuela con este conocimiento que se les dio en este taller. Mencionándoles que México tiene el lugar número uno en abuso infantil, haciendo énfasis en la importancia del taller y la insistencia en que participaran en el taller.

Comenzamos con la exposición sobre el tema de violencia sexual, aclarándoles a las niñas y niños que tenían todo el derecho de expresar sus dudas o comentarios respecto al tema, iniciamos con “el acoso” mencionando que no es una actividad normal y que proviene por parte de una persona a otra con un constante hostigamiento que le genera a la persona que lo recibe una incomodidad en el ambiente que comparte con esta persona, el objetivo del acoso es que la persona acceda a realizar alguna acción con la que no está de acuerdo en realizar, como una labor de trabajo que no le corresponde, una transferencia bancaria e incluso una tarea, el acoso puede darse en la familia, en la escuela y en el trabajo. Una vez terminada la explicación de este tema, les mencionamos a las niñas y niños que, si tenían una duda, a lo que respondieron que no. Con esta respuesta en mano comenzamos con “el acoso sexual” consiste en que la persona que lo ejerce hacia otra persona tiene la intención de forzarla a tener relaciones sexuales de una manera agresiva-pasiva a través de estafas, chantajes e intimidaciones para conseguir su cometido, en esta acción no se llega al contacto de los genitales (penetración del pene a la vagina), va más por el rumbo de tocar cualquier parte del cuerpo de una forma inadecuada a la acostumbrada y sin nuestro consentimiento, de igual forma reafirmamos que esto se puede dar en la familia, en la escuela y en el trabajo. Al igual que en la ocasión pasada las niñas y niños no tuvieron nada que comentar al respecto.

El siguiente tema en explicar fue el de “la violación” a lo que preguntamos que si sabía sobre el tema, tanto las niñas y niños expresaron que si conocían al respecto del tema, lo que nos comentaron fue que era cuándo una hombre viola a una mujer, cuándo un hombre mete su pene a la fuerza la vagina de una mujer o en su ano, ante estas explicaciones comenzamos diciéndoles que estaban en lo correcto, pero no en su totalidad dado que les faltaba conocer que la violación se puede dar de otras maneras. Mencionamos que la violación es la penetración en la vagina, el ano y la boca hacia una persona que no lo desea o que no está consciente de lo que pasa en ese momento, puede darse hacia una persona que se encuentra intoxicada por las drogas y el alcohol e incluso hacia una persona discapacitada mentalmente o físicamente, también agregamos que la penetración no solamente es con el pene, sino que puede ser cualquier objeto que sea introducido por la vagina, el ano y la boca sin el consentimiento. Agregamos en la explicación del tema el concepto de “estupro” el cual consiste en que una persona mayor de edad mantiene relaciones sexuales con una persona menor de edad, pero teniendo el consentimiento del menor de edad, este tipo de casos no es normal y que en algunas ocasiones se da entre las chicas de 15 a 17 años siendo buscadas por jóvenes adultos de 18 a 24 años. El grupo no expreso ninguna duda al respecto del tema.

Pasamos con el tema de “abuso sexual” el cual, de acuerdo con la UNICEF en el año 2018, menciona que son prácticas sexuales hacia una niña, niño o adolescentes como el tocar sus órganos sexuales o el pecho de las niñas, exponer los genitales a hacia ellos, masturbarse enfrente de ellos, llegando a la violación por la fuerza, por chantaje, amenazas o abuso de confianza que se da por parte del agresor, a lo cual se les hizo énfasis que el abuso sexual se maneja en cuatro etapas las cuales son: seducción, incitación, guardar el secreto y divulgación. “La seducción” consiste en ganarse la confianza de la víctima mediante juegos o charlas de su interés para llamar la atención de la niña, niño o adolescente que vaya a ser su víctima para seducirla poco a poco para llegar al punto de “la incitación”, esta se define como las acciones por parte del agresor hacia la víctima a través de juegos eróticos, caricias o besos fuera de lo normal, el tocamiento de los genitales, esto con el fin de hacerlo normal para la víctima y no sospeche del acto que va a suceder posteriormente que sería el abuso, una vez cometido el abuso, este le pedirá a la víctima “guardar el secreto” sobre el abuso sexual por que paso esto lo hace mediante amenazas o engaños para que no se descubra el abuso y el agresor sexual siga aprovechándose de la situación durante días o años, esto

dependerá cuando llegue la etapa de “la divulgación” esta consiste en revelar el abuso sexual que recibió la víctima, haciéndolo público, esto pasa cuando la víctima se cansa del abuso o es descubierta por una tercera persona que no forma parte del abuso, no siempre se llega a esta etapa en el momento que pasa el abuso, suele ser revelado el secreto en la vida adulta de la víctima. Ante toda esta información tomamos un pequeño descanso dado que sentimos que era mucha información que procesar para los niños, pero ellos mismo decidieron optar por seguir con el tema, porque en efecto no tenían conocimiento de estos conceptos.

Con los ánimos del grupo por seguir interesados en el tema, seguimos con el tema de “características de un(a) agresor(a) sexual” una de las cosas principales que les mencionamos fue que no existe un perfil o un tipo de agresor sexual dado que cada persona es diferente y única que está idea o concepto lo hemos trabajado mucho en el taller, mencionamos que el rango de edad de los agresores sexuales suele ser de los 25 a los 50 años, pero recalamos que pueden ser menores de edad e incluso mayores de edad, en este momento un niño del grupo menciona que él piensa que los ancianos tiene mayor probabilidad de que ellos sean agresores sexuales dado que ya no tienen una vida sexual activa y que por este motivo podría ser hacer que ellos cometieran estas acciones. A lo cual mencionamos que podría ser una probabilidad o característica para tomar en cuenta, mencionamos también que pueden ser mujeres las que agreden sexualmente, ocultan su forma de ser ante otros adultos para evitar ser descubiertos y buscan mucho el contacto visual con niños, principalmente sus víctimas suelen ser niñas, niños o adolescentes en una situación vulnerable ya sea económica, física, mental, etc.

En este punto ya vamos rumbo a la recta final con la exposición, mencionamos principales características de una víctima: Señales de alarma ¿Cómo detectar si una niña, niño o adolescente están sufriendo abuso sexual? Les mencionamos la importancia de reconocer estos factores porque ellos podrían darse cuenta si una amiga o amigo podría estar pasando sobre estos aspectos, comentamos que existen los indicadores físicos y emocionales, puesto que ellos solo sabían que existían consecuencias físicas como golpes, moretones, entre otras cosas, solo se imaginaban el llorar y la tristeza no tenían más conocimiento sobre los indicadores emocionales, los indicadores físicos fueron los siguientes: Ropa interior manchada con sangre o rota, golpes, dolor en el área genital o desgarramiento, infecciones

urinarias frecuentes, enuresis, olor extraño en el área genital, dificultad para caminar o sentarse, inflamación en los genitales, infecciones de transmisión sexual y embarazo. Mientras que los indicadores emocionales fueron los siguientes: Depresión, ansiedad, miedo a estar solo/sola, cambios repentinos de conducta, dificultad para asistir a clases, conductas agresivas, rechazo hacia los padres, comportamientos sexuales que no corresponden a su edad, excesivo interés a temas sexuales, es decir, hacer preguntas demasiado explícitas del coito, regresión a una etapa anterior al desarrollo e intento de suicidio o suicidio consumado.

A los niños les interesó mucho la explicación sobre ambos indicadores, no se imaginaban que las víctimas podrían pasar todas situaciones al ser abusadas o abusados sexualmente, ya para terminar con la exposición y poder pasar con la actividad planeada para la sesión de hoy, comenzamos a exponer el tema de “¿cómo prevenir el abuso sexual infantil?” comentamos que esta información les serviría al grupo, para ellos mismos y para un futuro cuando sean jóvenes adultos para utilizarlo con sus primas, primos, sobrinos, sobrinas, etc. Mencionamos factores de suma importancia para nosotros, pero no son los únicos, hay más, pero estos son los más recomendables:

Tanto como padres y madres se involucren con su hija(s) o hijo(s).

Búsqueda profesional de una persona o institución que maneje estos temas

Brindar un entorno seguro, con amor, respeto y comunicación.

Enseñanza en la diferenciación de contacto físico.

Importancia del consentimiento.

Tener a un adulto de confianza.

Conocer con quiénes juegan o platican en redes sociales.

Conocer nuestros derechos de la sexualidad

Tener una vigilancia sobre los celulares, tabletas, computadoras

Una vez explicada toda esta información comenzamos con la actividad de la sesión, la cual corresponde al tema anteriormente expuesto, la actividad consiste el coordinador a cargo de la actividad mencionara algunas situaciones y el grupo como el equipo investigador tomarán

un plumón y tendrán que hacerse una raya/palito en la mano o brazo cuando se sientan identificados con las situaciones mencionadas, mientras se tienen la cámara apagada para así no saber cuáles fueron las situaciones por las que han pasado. Las situaciones que se mencionaron fueron 16 siendo estas:

A mí me han dicho que soy fea/feo.

Me han hecho enojar.

Yo he molestado a alguien.

Me han hecho bullying.

Me he peleado a golpes con mis amigos.

Me he sentido mal por pleitos en casa.

He llorado de tristeza.

Yo me he burlado de alguien por su físico.

Se han burlado por mi físico.

Siento que algún extraño me ha seguido.

He visto un abuso en alguna serie.

Me siento identificado con algún personaje de una serie que fue abusado o bulleado.

Mis amigos/amigas me cuentan sus problemas.

No me siento a gusto con mi cuerpo por comentarios que he recibido.

Tengo algún familiar con el que no me siento a gusto con su presencia.

Me han tocado sin mi consentimiento.

Una vez terminada la actividad todos prendieron su cámara y mostramos el resultado de las rayas en nuestra manos, dado que cada uno fue mostrando su mano, el integrante del grupo con menos rayas tuvo 8 y el integrante que tuvo más rayas tuvo 14, podemos concluir que tanto el grupo y el equipo investigar ha pasado mínimo por la mitad de estas situaciones, les hicimos énfasis que todos somos personas y que hemos pasado por situaciones que no son

cómodas para nosotros y que si podemos brindar ayuda lo debemos hacer ya sea comentándole a un adulto de confianza como sus padres, maestros, etc. Una vez finalizada la sesión les recordamos que la siguiente sesión sería la última del taller y que nos dejaran su nombre en chat para una sorpresa que les daríamos para la última sesión, ya que dimos las instrucciones termino la penúltima sesión del taller.

Sesión 12: Cierre

Coordinadores de la sesión: Sofía Carricart, Gabriel González, Aketzalli Jiménez y Rebeca Melchor Duración: 1 hora y 20 minutos

Aketzalli: Mmmm a ver primero va Aitana

Grupo: Yo pienso que Gabo es una persona muy divertida, que Rebeca es muy tierna, que Sofí es muy graciosa y que Ximena es súper alegre.

Aketzalli: Soy Aketzall y, pero gracias, Aitana.

Rebeca: Aket, hay un comentario en el chat.

Aketzalli: ¿lo puedes leer por favor, Rebe?

Rebeca: Dice, “yo siento que mis profesores, ustedes, son muy guapos, pacientes, inteligentes, amigables, buena onda y que van a pasar con 10 su proyecto...o 100 no sé cómo lo calificuen.” Muchas gracias por tu comentario.

Aketzalli: Muchas gracias por tu buena vibra. Ok la siguiente es Andy... ¿no está Andy? Bueno la esperamos...la posponemos. Sigue Yaretzi

Grupo: Ok, yo siento que la virtud de esta Sofía es que es alegre y de Gabo que es inteligente, de esta Rebeca que es muy linda y de Aket que es muy...bueno no es tan sociable porque no, pero tiene buen humor, pero cuando se enoja es de un humor tolerable porque se tolera, pero bueno esas yo siento que son sus cualidades.

Aketzalli: Gracias Yaretzy. La siguiente es esta Xime.

Grupo: Soy Ximena, este, Rebeca yo siento que eres muy buena persona hee sabes escuchar, no te conozco bien, pero siento que así eres. De Sofía yo siento que eres muy buena persona,

muy amigable, sabes platicar bien, te sabes expresar. De Gabo siento que eres una persona muy...no sé, muy amable, muy buena. De Aketzally, tienes humor fuerte, como dijo Estela, cuando te enojas eres muy fuerte, pero muy buena persona.

Aketzalli: Gracias. Ahora vamos con... Ian, creo que ya lo puso aquí...puso Rebeca es lista y amigable, Gabo es listo y dedicado, Sofía es positiva, alegre y decidida, Aket es lista, divertida y sociable. Ok, Muchas Gracias Ian.

Sofía: Te das cuenta de que a todos les dijo listos menos a mí jajaja...Sofía es divertida, y ya. Pero si soy inteligente, no parece, pero sí. Dice Andy que qué le preguntaron porque está fallando su celular.

Aketzalli: Ahhh si ya le preguntamos

Sofía: Ay creo que ya la sacó... Ahhh no ahí esta

Aketzalli: En el chat o ustedes por Whats lo leen porque yo no tengo ahorita chats entonces... Pero, tocaría Leo.

Grupo: Que Gabo es divertido, que Sofía es lista, que Aketzally es bonita y que Rebeca es positiva

Aketzalli: Muchas gracias, Leo, en verdad muchas gracias, subiste mi autoestima. ¡Ahora ah! Mía nos los escribió ¿verdad? Tocaría Xime

Grupo: Ahhh pues yo siento que Rebeca es muy buena persona muy amable, siento que Sofía es muy divertida y como que siento que sabe sacar mucho tema de conversación, siento que Aketzalli es muy atenta con las personas que quiere y siento que Gabo es igual divertido y como sarcástico y así.

Aketzalli: ¡Perfecto! No se dejen engañar, Gabo es el más regañón de todos nosotros, no se crean, no se crean, pero no le digan que les dije jajajaja. La última y para cerrar con broche de oro sería esta Alexa

Sofía: Te escribieron en el chat

Alexa: Aquí estoy, hee pues de Sofía siento que es muy divertida y muy alegre, de Aketzalli es igual muy divertida y es muy lista, de Gabo también siento que es como un poco regañón y también que es muy listo y de Rebe que es muy bonita y que es muy lista y divertida

Aketzalli: Muchas Gracias chicos y chicas, agradecemos mucho sus comentarios porque, aunque no lo parezca, nosotros nos llevamos día con día algo de ustedes. Al finalizar nosotros las sesiones compartimos todo lo que vimos de ustedes y cada una de sus participaciones, siempre nos llevamos algo de ustedes. Tal vez ustedes piensen que nosotros fuimos sus profesores, pero la verdad es que no, ustedes fueron nuestros profesores y aprendimos demasiado de ustedes. Ustedes le pusieron vida a este taller y a estas pláticas. Ahora...ah mira, Andy ya mando su participación dice “Rebeca eres buena persona, positiva y alegre, Sofí eres divertida, inteligente y organizada, Gabo eres trabajador y buena persona, Aket positiva y paciente.” Muchas gracias.

Y bueno como les estaba diciendo, entonces día con día nosotros nos llevamos una enseñanza de ustedes, nosotros, no crean que van a quedar en el olvido, no, porque estamos viendo que ustedes tienen mentalidades que van hacia delante, que van hacia el futuro. Ahora, es muy normal que cada uno de ustedes pues tenga su propio favorito, es muy normal porque igual nosotros como estudiante tenemos a nuestro profesor favorito y créanme que agradecemos demasiado el tiempo que nos brindaron porque por ejemplo yo pude ver que Leonardo siempre estuvo en el mismo lugar, que Yared cambiaba constantemente de espacios, que Xime rara la vez prendía su cámara, que Alexa también rara la vez prendía su cámara pero cuando le gustaban las clases o algo así la prendía y participaba, entonces nos llevamos mucho de ustedes. No sé si mis compañeros quieran agregar algo más pero antes de finalizar, le cedo la palabra a Gabo porque si se dieron cuenta, es el único integrante hombre de nuestro equipo, entonces creemos que él les va a decir unas palabras muy bonitas, entonces los paso directamente con él.

Gabriel: Este, Gracias Aketzally jejeje. Hola, chicos, me voy a quitar tantito el guante, bueno mejor lo dejo. Hee bueno realmente les queremos agradecer mucho a ustedes por el tiempo que se tomaron, por su compromiso, por la responsabilidad que tuvieron porque realmente para nosotros hacer un taller de educación sexual integral, cuando se dio a conocer entre nuestros compañeros pues muchos nos apoyaron, también los profesores, pero así como hubo

muchas personas que nos apoyaron también hubo personas que nos criticaron y que nos dijeron que estábamos haciendo algo mal, algo incorrecto o que simplemente no íbamos a tener un resultado, entonces este, pues fue un conflicto un poco más en mi porque no sabía si lo que estábamos haciendo realmente estaba bien o estaba mal pero fue cuando decidimos hacer el taller, entonces que vaya a pasar lo que tenga que pasar y fue cuando lo decidimos hacer y o sea realmente nosotros estamos muy contentos porque desde la primera sesión se vio el compromiso con ustedes, también con sus padres, con sus madres de que realmente estaban interesados en el tema. Es muy difícil como estudiante de universidad escoger un tema para desarrollarlo y sobre todo escoger un tema para desarrollarlo a los niños o adolescente como son ustedes y realmente nos estuvimos preparando todos los días discutiendo el orden de las sesiones para darle sentido a todo el taller, estuvimos buscando asesores y esto lo hicimos porque 1. Nos gustó el tema, 2. Al presentar cada sesión notábamos que a ustedes les gustaba a través de sus comentarios que nos decían que les gustaban las clases o que cierto tema les gusto más que otro, eso en verdad nos encantó a nosotros y nos motivaba a seguir buscando temas, buscando actividades porque si se dan cuenta hubo sesiones que fueron más dinámicas que otras ¿no? unas eran más informativas y otras eran como más dinámicas. Entonces pues eso era un reto para nosotros ¿no? buscarles actividades a ustedes de forma virtual porque todo esto que nosotros hacemos lo hacemos de forma presencial, con ustedes ahí en persona lo cual lo hace más divertido, más ameno, mucho más disfrutable y tener este contacto cerca.

Pero pues ahora que estamos en pandemia pues si fue un reto para nosotros pues realmente acercarnos a ustedes, que ustedes hablaran, que les gustaran las actividades fue todo un reto, pero eso no significa que no se pudo, de hecho, neta, estamos muy contentos porque el día que ustedes nos pidieron una segunda parte del taller fue como de: ¡woow! O sea, estamos haciendo un buen trabajo porque a los niños les gusta entonces este, en verdad estamos muy agradecidos por su tiempo...

Grupo: A mi si me gustaría que haya otro...

Aketzalli: ¡Ahh sí! Ya voy a acabar jeje, ya ahorita les damos la palabra a ustedes. Entonces estamos muy agradecidos en verdad porque se tomaran el tiempo de no solo escucharnos sino de aprender y que sepan que esto es un beneficio para ustedes y que pues esta información

que les estamos dando tal vez y les esté sirviendo poco pero ya posteriormente créanme que les va a servir y se van a dar cuenta porque va haber escuelas o cosas así que les dan la información incorrecta o simplemente no se las dan y nosotros tratamos de darles toda esta información a manera que ustedes nos entiendan y aprendieran, entonces estamos muy agradecidos con ustedes en verdad. Y como dijo Aketzally también nosotros, tal vez aparentemente les estábamos enseñando, pero realmente aprendemos de ustedes también, como...si como niños o sea realmente aprendimos, por ejemplo, esta dinámica de volvernos a disfrazar es como volver a la infancia tal vez para nosotros. Entonces no sé, ahorita les voy a dar la palabra a ustedes para que nos digan cómo se sintieron en este taller y leeré sus mensajes en el chat. También si algún padre de familia está allí que también nos pueda decir como vieron el taller, si les gusto, si sienten que le faltó algo más. Esto es muy positivo para nosotros para poder reflexionarlo y llevárnoslo para mejorar estas dinámicas, entonces les dejo la palabra a ustedes para que nos compartan sus sentires.

Gabriel: dice Mía “A mí me encantaría tener mil sesiones con ustedes”. —A nosotros también nos encantaría tener más sesiones con ustedes, pero por cuestiones de tiempo no se puede. “Sus clases fueron las mejores, dice Aitana y bueno nos pueden ir diciendo los que quieran, si les gusto, si no les gusto...”

Grupo: Yo al principio me sentí incomoda por los temas que íbamos a ver, pero ya al final vi que no y me gustó mucho y me gustaría que hubiera una segunda parte porque me gusta mucho como nos explican los temas de la manera que los aprendimos.

Gabriel: Ok, muchas gracias, Ximena. Este ahora sí, vas Ian

Grupo: A mí me gustó mucho porque dieron buena información y nos explican bien, nos dijeron muchas cosas que en la escuela no nos decían y no conocíamos.

Gabriel: Muchas gracias, si esa era la intención, darles la información de manera que ustedes le entendieran. Heee dice Mía “me pareció un muy buen trabajo, me encanta como enseñan, los considero mis amigos” muchas gracias por tus palabras Mía.

Grupo: A mí me gustó mucho el taller fue muy divertido y aprendí nuevas cosas

Grupo: Este... ¿puedo hablar?

Gabriel: Si, adelante

Grupo: pues a mí me gusto el taller porque me enseñaron cosas que no te enseñan porque piensan que eres niño y no tienes interés en ciertas cosas ¿no? pero me gusto, estuvo bueno y me gustaría que si hubiera otra parte con más temas.

Gabriel: Muchas gracias, si, les explicamos que los temas que abarcamos son por la edad en la que se encuentran y por cuestiones de tiempo, pero si hay muchos temas que van...no tanto al tema de la educación sexual, pero si van muy ligados, pero también son muy difíciles de comprender y de explicar todavía y dice Yartezy “yo creo que estuvieron muy interesantes los temas que tocaron, son buenos explicando y muy atentos ya que cuando teníamos dudas siempre nos explicaban”, muchísimas gracias. Dice Andy “muchas gracias por el taller, me gustó mucho, me cayeron muy bien, explican muy bien los temas, contestan las dudas y nos tienen paciencia. Nos enseñaron cosas nuevas que nos servirán en un futuro”. Muchas gracias por tus palabras Andy.

Sofía: Oigan también lo que les comentaba Gabo, si sus papis están por ahí y pudieran decirnos algo, si les contaban o ustedes platicaban con ellos, qué opinan del taller, sil es gusto, si pudieran alguno de sus papis apoyarnos estaría...pues se los agradeceríamos

Gabriel: dice Aitana “son muy buenos explicando”, muchas gracias, Aitana

Silencio 10 seg

Grupo: Mi mamá si quiere decir algo...

Gabriel: adelante

Grupo: considero, buenas tardes a todos...he considero que pues si es un tema complicado tal por, como decían ustedes por las edades de los pequeños y los adolescentes heee también se complica aún por la pandemia y pues yo creo que sería lo padre tenerlo pues de manera presencial pero bueno, así son estas situaciones por el momento. Pero yo considero que fue un tema pues complicado porque no es fácil, porque a veces uno como padre ¿no? hablar como ustedes encuentran las palabras para hacerles llegar esa información a los hijos a veces un tanto nos cuesta trabajo como papás explicarles pero, considero que el tema estuvo bien, lo explicaron con la mejor manera y pues lo más importante que los chicos estuvieron con

ustedes pues aprendieron de, y pues muchas felicidades por tomarse también el tiempo para dar a conocer estos temas tan complicados y perdón, y felicidades porque ya casi terminan su carrera, esperemos nos inviten a su graduación jajaja. Gracias, chicos

Gabriel: muchas gracias por sus palabras y si esperamos que si no graduemos bien jeje. Muchas gracias. Entonces pues ya antes, para terminar la sesión, nuestra última sesión del taller ¿no les molestaría que tomáramos una foto con todos disfrazados? O sea, si, si se sienten incomodos pues no la tomamos, pero a nosotros nos gustaría porque es como un recuerdo muy lindo para nosotros y también para ustedes. Igual les vamos a dar unos reconocimientos, pero esos se los vamos a hacer llegar en la semana para que presuman con sus amigos “mira yo tome un taller de educación sexual y tú no”, es como una devolución de todo lo que aprendieron aquí, darles un certificado de que tomaron un taller con nosotros y pues vamos a ver qué es lo que dicen en el chat. “sí se van a graduar bien porque explican muy bien y son inteligentes” Muchas gracias.

Sofía: Oye Gabo, me mando mensaje la mamá de Andy y dice que anda un poquito ocupada pero que que bueno que nuestro taller salió muy bien y que muchas felicidades por prepararnos para dar el taller con tanta responsabilidad, que gracias a todos y todas y que somos muy padres.

Gabriel: muchas gracias jejeje, le dices a tu mamá Andy, que muchas gracias. Entonces bueno para tomarnos la foto tienen que prender su cámara y vamos a tomar una captura de pantalla.

—Entonces ahí va... a la cuenta de 3 sonrían. 1...2...3. Espérenme, voy a tomar dos, así como las mamás que luego toman muchas fotos. Ahí va otra, pueden hacer otra pose si quieren, ahí va, 1...2...3. ¡Listo!

Muchas gracias por su participación chicos, aprendimos mucho de ustedes y ahora si yo no sé si mis compañeras quieran decir algo, yo creo que sí, Aketzally yo creo que va a ser la primera así que te dejo la palabra.

Aketzalli: Bueno, mi agradecimiento va también para los papás, no sé si algunos estén cerca, algunas mamás, algunos padres, tutores, hermanos mayores de edad que estén cerca porque hablar de sexualidad no es fácil, dejar que sus hijos e hijas tomen un taller en donde se hable de infecciones de transmisión sexual, de violaciones, de cómo evitar una violación, de cómo

evitar un abuso, de cómo evitar un embarazo, es algo complicado tal vez para papá o para mamá ¿no? porque a lo mejor es esa parte de, mi hijo, mi hija (inaudible).

Entonces ese es mi agradecimiento hacia los padres, hacia las madres que nos permitieron explicarles estos temas a sus hijos e hijas, también a los niños porque no se quedaron con dudas, creo yo, si externaban todas sus inquietudes, si externaban lo que querían aprender, en verdad yo les agradezco a ambas partes no solamente a los niños, sino también a las madre y padres que nos brindaron la autorización de poder compartir nuestro último proyecto de investigación, en verdad ustedes se llevan algo sumamente importante para nosotros que es nuestra tesis, nuestro último trabajo, en verdad es muy emotivo al menos para mí decir que con estas personas si se abrieron y si se dieron la confianza de decir les dejo a mis hijos en sus pantallas para que les resuelvan las dudas que tengan, en verdad muchas gracias, también a los niños y a las niñas y a los jóvenes porque ya están a punto, algunos ya están en la secundaria y muchos a están a punto de pasar, en verdad gracias y me agrado mucho conocerlos en verdad.

Rebeca: Creo que Fer quería decir algo, muchas gracias Aketzally por tus palabras.

Grupo: solo quería decir que me gustó mucho este taller, que yo lo volvería a tomar, que aprendí mucho, que reforcé los temas que también yo ya sabía y nada pues agradecerles a todos mis compañeros, decirle a Yaretzy que a pesar de que no la conozco me cae muy bien, decirles a mis compañeros que “Hola” no se en que escuela vayan pero que todos me cayeron muy bien y pues ya.

A Mía no la conozco, pero sé que es amiga de Andy así que te mando un saludo.

Grupo: Gracias Fer, igual.

Rebeca: Muchas gracias Fer, pues a mí también me gustaría agradecerles a ustedes niños y niñas por tomarse el tiempo de asistir a estos talleres, también igual agradecerles a sus padres por permitirnos a nosotros de alguna manera hablar de temas de sexualidad porque pues sabemos que aún son temas como que un poquito fuertes. Igual también recordarles que todos estos temas de sexualidad y todas estas cosas de nuestro cuerpo pues no debemos de sentirnos avergonzados porque pues siempre es bueno saber de estas cosas porque en un futuro nos van a servir de mucho, no solamente en el ámbito sexual sino como lo vimos en la primera

sesión pues de responsabilidad afectiva, de ser empáticos con las demás personas y pues también me, me llevo un pedacito de cada uno de ustedes, la verdad me sorprende mucho la capacidad que, más bien el conocimiento que tienen ustedes y que ya tienen como noción de algunas cosas y pues son unos chicos muy inteligentes y pues muchas gracias de verdad, agradecemos mucho su participación y pues esperemos que se pueda hacer otra sesión para que entre ustedes se conozcan ¿no?

Grupo: perdón por la interrupción, pero alguien de casualidad sabe ¿cómo quitar pomada de la campana de la computadora?

Grupo: pues con un trapo

Sofía: con toallitas o papel higiénico

Grupo: Gracias, perdón jeje

Gabriel: Bueno aprovechando voy a leer lo que puso Mía en el chat “Gracias por su paciencia estoy muy feliz porque son mis maestros yo me llevo de ustedes todo mi aprendizaje y su paciencia, los quiero mucho.” Muchas gracias

Silencio...

Gabriel: Vas Sofí, no sé si quieras decir algo

Sofía: Si, perdón me distraje. Hee pues si este, igual ya les dijeron muchas cosas pero al principio que inicio el taller todos, los cuatro estábamos muy nerviosos y con forme fue avanzando fuimos agarrando más confianza y nos empezamos a tranquilizar más porque vimos que, como dice Rebe, o sea que tienen, igual, creo que yo me puedo incluir en el pensar que como estaban chiquitos no iban a entender muchas cosas pero conforme fue avanzando yo dije o sea saben más que yo y aprendo más de ustedes y son unos niños muy inteligentes con unas capacidades increíbles todos ustedes y la verdad nos sorprendieron muchísimo, muchísimo y les agradecemos mucho que nos hayan apoyado en esto, sabemos que ustedes tiene clases en las mañanas y entrar a otra clase en la tarde como que qué flojera pero, pues me gusta y nos gusta que les haya gustado a ustedes y que incluso nos estén pidiendo un segundo taller y pues muchas gracias por ayudarnos en nuestro trabajo, ya les contaremos

como nos fue y ya es esto, darles las gracias a sus papás por permitirlos estar escuchando estos temas porque no mucha gente se prestaría a eso.

Grupo: ojalá un día conozca a Mía a Gabo y a Sofí y a todos

Sofía: ¡Si claro! Algún día. Bueno les agradecemos mucho si participación si algún día requieren de alguna cosa sus papás tienen nuestros teléfonos y ahí vamos a estar nosotros

Gabriel: si, así como lo dijo mi compañera si algún día necesitan algo aquí vamos a estar, muchas gracias, así finalizamos el curso de educación sexual integral.

Grupo: ¡Adiós! Gracias por todo

Bibliografía

- ***Acoso Sexual.*** *Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo.* (s. f.). Comisión para la igualdad de oportunidades en el empleo. Recuperado 9 de mayo de 2021, de <https://www.eeoc.gov/es/acoso-sexual>
- **Adolescere** (2017) “La pubertad” <https://www.adolescenciasema.org/category/revista-adolescere/>
- **Aguilar, R. (2020)** “*Católicos en México*”, *El Economista*, consultado el 5 de febrero del 2021, recuperado de: <https://www.eleconomista.com.mx/opinion/Catolicos-en-Mexico-20200116-0102.html>
- **Anatomía Sexual Masculina.** (s/f). Recuperado el 8 de junio de 2021, de Plannedparenthood.org website: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/salud-y-bienestar/anatomia-sexual-y-reproductiva/cuales-son-las-partes-de-la-anatomia-sexual-masculina>
- **Araujo, G.; Fernández L. (1996).** “*La entrevista grupal como herramienta de la investigación cualitativa*”. En: *Para comprender la subjetividad. Investigación cualitativa en salud reproductiva y sexualidad*, I. Szasz y S. Lerner (coords.). México: Colegio de México.
- **Baz, M. (1996).** “*El cierre de un proceso grupal*”. En: *Intervención grupal e investigación.* Colección Tipi, número 4, Departamento de Educación y Comunicación. México: UAM-Xochimilco.
- **Bleichmar, H. B. (1980).** “*Introducción al estudio de las perversiones: La teoría del Edipo en Freud y Lacan*” (primera edición ed.). Nueva Visión.

- **C. (2018, 14 mayo).** *¿Qué es el Acoso Sexual?* Red de Periodistas con visión de genero. <http://www.redperiodistasgenero.org/que-es-el-acoso-sexual/>
- **C. (2020, 30 marzo).** “*Pelvic Floor Muscle Training for Men in Spanish.*” Continenence Foundation of Australia. <https://www.continence.org.au/information-incontinence-spanish/pelvic-floor-muscle-training-for-men>
- **CALES Red de salud mental. (S/f).** *¿Qué es la responsabilidad afectiva?*. 16 de febrero del 2021, de CALES Red de salud mental Sitio web: [https://cales.com.ar/que-es-la-responsabilidad-afectiva-concepto/#Origen del concepto responsabilidad afectiva](https://cales.com.ar/que-es-la-responsabilidad-afectiva-concepto/#Origen_del_concepto_responsabilidad_afectiva)
- **Ciclo menstrual. (2015, abril 12).** Recuperado el 6 de junio de 2021, de Marca.com website: <https://cuidateplus.marca.com/reproduccion/fertilidad/diccionario/ciclo-menstrual.html>
- **CNDH. (2016)** “*Cartilla de Derechos sexuales de adolescentes y Jóvenes*” <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>
- **Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2017).** “*HOSTIGAMIENTO SEXUAL y ACOSO SEXUAL*” (Comisión Nacional de los Derechos Humanos ed.). CNDH.
- **Copasmenstruales.com (s/f).** “*¿Qué son las copas menstruales? ¡Descúbrelo aquí!*” Recuperado el 8 de junio de 2021, website: <https://www.copasmenstruales.com/content/22-que-son-las-copas-menstruales>

- **CURSO DE COURSERA “SEXUALIDAD, MÁS ALLÁ DEL SEXO” DE LA UNIVERSIDAD DE LOS ANDES** https://www.coursera.org/programs/universidad-autonoma-metropolitana-on-coursera-oo8cr?adgroupid=80812414991&adpostion=&campaignid=6498299943&collectionId=&creativeid=381997145979¤tTab=MY_COURSES&device=c&devicemodel=&gclid=Cj0KCQjwuL_8BRCXARIsAGiC51BojRnDEtmn-9qrBjRlavGHkJ_M0Jhmk-pJvxePMomLEdVPs5GRdKsaAgkGEALw_wcB&keyword=courseera&matchtype=e&network=g&productId=0815zSP7EeWXzxJxfIL00w&productType=course&showMiniModal=true&utm_content=93-BrandedSearch-Latam&utm_medium=sem&utm_source=gg
- **Del Fresno, M. (2011).** “*Netnografía. Investigación, análisis e intervención social online*”. Barcelona: UOC.
- **Del Pilar, N. Huesca, G. Martínez, T. Portilla, A. Solís, A. Rodríguez, G. Luna, L. (2020)** *Implicaciones de las relaciones sexuales en la adolescencia*, Ciencias Naturales sexto grado, p37-38 Secretaría de Educación Pública.
- **DIARIO CONTRA REPÚBLICA (2021, 16 septiembre)** “*México primer lugar de la OCDE en embarazo adolescente*”. <https://www.contrareplica.mx/nota-Mexico-primer-lugar-de-la-OCDE-en-embarazo-adolescente-202116948>
- **Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública. (2020).** “*Ciencias Naturales Cuarto Grado*” (primera edición ed.) [Libro electrónico]. SEP.

- **Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública. (2020).** “*Ciencias Naturales Quinto Grado*” (primera edición ed.) [Libro electrónico]. SEP.
- **Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública. (2020).** “*Ciencias Naturales Sexto Grado*” (primera edición ed.) [Libro electrónico]. SEP.
- **Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública. (2020).** “*Formación Cívica y Ética Cuarto Grado*” (primera edición ed.) [Libro electrónico]. SEP.
- **Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública. (2020).** “*Formación Cívica y Ética Quinto Grado*” (primera edición ed.) [Libro electrónico]. SEP.
- **Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública. (2020).** “*Formación Cívica y Ética Sexto Grado*” (primera edición ed.) [Libro electrónico]. SEP.
- **Denzin N. K. (1989)** The Research Act (3. a ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall
- **Díaz, S., & Schiappacasse, V. (2017).** “*¿Qué y cuáles son los métodos anticonceptivos?*” Santiago de Chile: Instituto Chileno de Medicina Reproductiva.
- **Donnadieu, L.; Corona, Y.; Rocha H. (2009)** “*Escucha emocional y la importancia del desahogo*”. En: Niñas y niños: actores de la democracia en las relaciones familiares. México: UAM-Xochimilco.

- **El universal. (2020, 13 noviembre).** “México, el primer lugar mundial en abuso sexual infantil.” <https://www.eluniversal.com.mx/nacion/mexico-el-primer-lugar-mundial-en-abuso-sexual-infantil>
- **Fausto-Sterling, A. (s/f).** “*Sex/ Gender: Biology in a social world*”. Routledge en Curso “*Representaciones culturales de las sexualidades*” en Semana 2: Introducción a los conceptos de sexo/ género (Parte I), de la Universidad de Barcelona
- **Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2021, septiembre).** “*Educación sexual integral*”. <https://www.unfpa.org/es/educaci%C3%B3n-sexual-integral>
- **Freud, S. (1905)** “*Tres ensayos sobre teoría sexual y otras obras*”.
- **Freud, S. (1924)** “*El yo y el ello y otras obras*”
- **Fundación Huésped. (2019, 18 marzo).** “*Educación sexual integral.*” <https://www.huesped.org.ar/informacion/derechos-sexuales-y-reproductivos/tus-derechos/educacion-sexual-integral/>
- **Garduño, V (2018).** “*Educación sexual: una polémica persistente*”, Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación México, consultado el 23 de enero del 2021 recuperado de: <https://historico.mejoredu.gob.mx/educacion-sexual-una-polemica-persistente/>
- **Geertz, C. (1992).** “*La interpretación de las culturas.*” Barcelona: Gedisa.
- **Gil, R. (2017).** “*Protocolo de prevención del abuso sexual infantil a niñas, niños y adolescentes*”. Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/306450/Protocolo_Prevenccion_Abuso_Sexual_2017.pdf

- **Guías de la Salud. (2020, 21 septiembre).** “Una guía para utilizar tu primer tampón.” Center for Young Women’s Health: <https://youngwomenshealth.org/2007/07/27/tu-primer-tampon/>
- **Hernández, L (2015)** “Inician la vida sexual entre 12 y 15 años.” Excelsior. Recuperado el 07/06/21 de: <https://www.excelsior.com.mx/nacional/2015/01/18/1003289>
- **Ibarra Juárez, G., & Lozano Mendoza, E. (2016, marzo).** “Taller: Educación sexual en niños pequeños” [Diapositivas]. Circulo infantil. http://cmas.siu.buap.mx/portal_pprd/work/sites/circulo_infantil/templates/3/1/Taller%20marzo%202016%20sexualidad.pdf
- **J. E. Adrián y E. Rangel (s/f)** “LA TRANSICIÓN ADOLESCENTE Y LA EDUCACIÓN” <https://www3.uji.es/~betoret/Instruccion/Aprendizaje%20y%20Personalidad/Cursos%2012-13/Apuntes%20Tema%201%20La%20transicion%20adolescente%20y%20la%20educacion.pdf>
- **Joveneshoy.org (s/f)** “¿Qué es el himen?”. Recuperado el 8 de junio de 2021, de website: <https://www.joveneshoy.org/61/569/que-es-el-himen>
- **Lamas, M. (2000).** “Diferencias de sexo, género y diferencia sexual.” Cuicuilco, vol. 7, p.0.
- **Loredo-Abdalá, A., Vargas-Campuzano, E., Casas-Muñoz, A., González-Corona, J., & de Jesús Gutiérrez-Leyva, C. (2017).** “Embarazo adolescente: sus

causas y repercusiones en la diada". Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social, 55(2), 223-229.

- **Malo, P. Antonio (2007)** "*Teoría sobre las emociones*". Enciclopedia filosófica online <https://www.philosophica.info/voces/emociones/Emociones.html>
- **Martínez, B. (2020)** "*Sin apoyo del padre, el 70% de las madres solteras en Puebla,*" El Sol de Puebla, consultado el 19 de enero del 2020, recuperado de: <https://www.elsoldepuebla.com.mx/local/sin-apoyo-del-padre-el-70-de-las-madres-solteras-en-puebla-4755868.html>
- **Martínez Iñiguez, J. E., Tobón., S., & Romero Sandoval, A. (2017, abril).** "*Problemáticas relacionadas con la acreditación de la calidad de la educación superior en América Latina.*" Innovación Educativa, Vol.17 (SciELO). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1665-26732017000100079&script=sci_arttext
- **Martínez, S. (2019).** "*México, primer lugar en abuso infantil, según la OCDE*".La Jornada. https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2018-11/AbusoSexual%2BANexoM%C3%A9dico_Digital_Nov2018.pdf
- **Medlineplus Información de salud para usted (s/f).** "*Cuello uterino*". Recuperado el 8 de junio de 2021, de gov website: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002317.htm>
- **Medline plus Información de salud para usted** "*Enfermedades de transmisión sexual*", consultado el 19 de enero 2020 recuperado de: <https://medlineplus.gov/spanish/sexuallytransmitteddiseases.html>

- **Medline plus información de salud para usted (s. f.).** “Útero”. Recuperado 3 de abril de 2021, de https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/19263.htm
- **Medline plus Información de salud para usted (s. f.).** “Violencia sexual”. Recuperado 7 de mayo de 2021, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001955.ht>
- **M. Güemes-Hidalgo, M.J. Ceñal González-Fierro, M.I. Hidalgo Vicario (2017)** “*Pubertad y adolescencia*” <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>
- **Mike G Law - Criminal Defense Attorney. (2021, 24 septiembre).** “*Delitos sexuales de Florida: ¿Qué es el estupro?*” website: Mike G Law. <https://www.mikeglaw.com/abogado-de-delitos-sexuales-en-tampa/que-es-el-estupro/?lang=es>
- **Miranda, G. O. (2019, 7 mayo).** “*Cuidado e higiene de los aparatos reproductores*”. ABC Color. <https://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/escolar/cuidado-e-higiene-de-los-aparatos-reproductores-1268445.html>
- **Moral de la Rubia, José; Ramos Basurto, Sandra Machismo. (s/f)** “*victimización y perpetración en mujeres y hombres mexicanos Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*”, vol. XXII, núm. 43, junio, 2016, pp. 37-66 Universidad de Colima Colima, México.
- **Navarro, J. (2017, febrero).** “*Definición de Estupro.*” Definición ABC. <https://www.definicionabc.com/derecho/estupro.php>

- **Ochoa, A. (26 / 11 / 2020).** “Escuchar a la infancia, la consulta infantil como mecanismo de participación para las niñas y los niños en el contexto escolar.” Revista Electrónica Educare (Educare Electronic Journal), EISSN: 1409-4258 Vol. 25, 1-18.
- **Organización Internacional del Trabajo. (s/f).** “El hostigamiento o acoso sexual” [Diapositivas]. Género, salud y seguridad en el trabajo Hoja informativa. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-san_jose/documents/publication/wcms_227404.pdf
- **Organización Mundial de la salud (2020)** “Prevención del aborto Peligroso” <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/preventing-unsafe-abortion>.
- **Organización Mundial de la Salud (2018)** “La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: Un enfoque operativo.” recuperado el 29/01/2021 en: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>
- **Órganos genitales externos femeninos. (s/f).** Recuperado el 8 de junio de 2021, de Msdmanuals.com website: <https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/salud-femenina/biolog%C3%ADa-del-aparato-reproductor-femenino/%C3%B3rganos-genitales-externos-femeninos>
- **Pedrido Nanzur, V. (2017, marzo).** “El derecho a la educación sexual integral (ESI)” | DELS. Argentina.gob.ar. <https://salud.gob.ar/dels/entradas/el-derecho-la-educacion-sexual-integral-esi>
- **Perez, I (2020)** “¿Sabes qué es la intesexualidad?.” Ciencia UNAM. Recuperado el 29/01/2021 en: <http://ciencia.unam.mx/leer/963/-sabes-que-es-la-intersexualidad#:~:text=A%20esas%20personas%20se%20les,sexual%20en%20la%20etapa%20embrionaria>.

- **Rebollo, L. (2021, 27 septiembre).** “*Todos los años hay 10 mil embarazos de niñas menores de 15 años en México: UNFPA*”. NACIONES UNIDAS MÉXICO. <https://www.onu.org.mx/todos-los-anos-hay-10-mil-embarazos-de-ninas-menores-de-15-anos-en-mexico-unfpa/>
- **Revista del Consumidor. (2020, marzo).** “*Toallas sanitarias femeninas*” [Diapositivas]. Estudios de Calidad Profeco. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/538780/ESTUDIO_CALIDAD_TOALLAS_SANITARIAS_FEMENINAS.pdf
- **Roche Pacientes. (s. f).** “*¿Qué son los ovarios?*” Recuperado 8 de junio de 2021, de <https://rochepacientes.es/cancer/ovario/que-son-ovarios.htm>
- **Rodríguez Collar, T. L. (2014).** “*Diagnóstico y tratamiento de los tumores del epidídimo.*” *Revista cubana de medicina militar*, 43(3), 352–369.
- **Rojas, L. (2014, julio 1).** “*El suelo pélvico.*” Recuperado el 8 de junio de 2021, de <https://www.ensuelofirme.com/pelvico-perine-funciones-que-es/>
- **Romero, J. P. (1992).** Enfermedades de transmisión sexual. *Revista peruana de Ginecología y Obstetricia*, 38(13), 30-41.
- **Sánchez, C. (2003, 1 febrero).** “*Perfil del agresor sexual: estudiando las características psicológicas y sociales de los delincuentes sexuales de nuestras prisiones*”. <https://journals.copmadrid.org/apj/art/86109d400f0ed29e840b47ed72777c84>
- **Secretaría de Salud. (2020).** “*Jornada Nacional de Sana Distancia*”. México.
- **Sitio oficial del OCDE:** <https://www.oecd.org/>

- **Soriano Fernández, H., Rodenas García, L., & Moreno Escribano, D. (2010).** “*Criterios de elegibilidad de métodos anticonceptivos: nuevas recomendaciones*”. Revista Clínica de Medicina de Familia, Vol. 3(3), 206-216.
- **Suárez, L. y López, G. (1999).** “*LA INFLUENCIA DE LA SOCIEDAD EUGENICA MEXICANA EN LA EDUCACIÓN y EN LA MEDICINA SOCIAL.*” Laboratorio de Historia de la Biología - Facultad de Ciencias - UNAM (México), Vol. 2 (UNAM), 51–84.
- **UNICEF (2018),** “*Los derechos de la infancia y la adolescencia en México*” <https://www.unicef.org/mexico/media/1791/file/SITAN-UNICEF.pdf>
- **UNICEF (2018),** “*Abusos sexuales y embarazo forzado en la niñez y adolescencia*”. https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org.argentina/files/2018-11/AbusoSexual%2BAnexoM%C3%A9dico_Digital_Nov2018.pdf
- **U.N.I.C.E.F. (2021, 25 noviembre).** “*ONU México hace un llamado a eliminar todas las formas de violencia sexual contra las mujeres y las niñas*”. UNICEF. <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/onu-m%C3%A9xico-hace-un-llamado-eliminar-todas-las-formas-de-violencia-sexual-contra>