



Entornos  
**Protectores**

**MÓDULO 3**

**DERECHOS SEXUALES  
Y REPRODUCTIVOS**  
Y PREVENCIÓN DEL EMBARAZO  
EN LA ADOLESCENCIA



GOBIERNO DE COLOMBIA



## MÓDULO 3

# DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS Y PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA



GOBIERNO DE COLOMBIA

---

## **Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)**

### **Karen Abudinen Abuchaibe**

Directora General

### **Alejandro Gómez López**

Subdirector General (E)

### **Cristina Venegas Fajardo**

Directora de Niñez y Adolescencia

### **Diana María Sáenz Giraldo**

Subdirectora de Gestión Técnica para la Atención a la Niñez y a la Adolescencia

### **Juan Manuel Pulido Villegas**

Subdirector de Operación para la Atención a la Niñez y a la Adolescencia

### **Equipo técnico Estrategia “Construyendo Juntos Entornos Protectores”, producción y revisión**

Mery Medina

Melissa Acuña

Luisa Betancourt

Andrea Luna

Diana Franco

Marbely Ospina Díaz

Gustavo Vargas

Lina María Herrera

Diana María Garavito

Jorge Jaramillo

### **Coordinación editorial**

#### **María Magdalena Forero Moreno**

Jefe Oficina Asesora de Comunicaciones (E)

#### **Grupo Imagen Corporativa**

### **Corrección de estilo, diagramación y diseño**

Oficina Asesora de Comunicaciones

Segunda edición julio 2017

# CONTENIDO

---

<b>1. PRESENTACIÓN</b>	<b>5</b>
------------------------	----------

---

<b>2. CONSIDERACIONES TÉCNICAS DEL MÓDULO</b>	<b>6</b>
---	----------

---

<b>3. OBJETIVOS DEL MÓDULO</b>	<b>57</b>
--------------------------------	-----------

---

<b>4. METODOLOGÍA</b>	<b>58</b>
-----------------------	-----------

---

<b>5. EVALUACIÓN</b>	<b>71</b>
----------------------	-----------

---

<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>72</b>
---------------------	-----------

---

<b>ANEXOS</b>	<b>74</b>
---------------	-----------

---

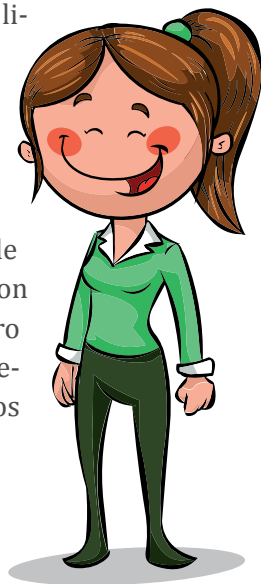


# I. Presentación

Este módulo es una invitación a reconocer y comprender aspectos esenciales para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes relacionados con el cuerpo, la sexualidad, la vivencia de las emociones, las relaciones de género, los derechos sexuales y los derechos reproductivos.

La vida y las relaciones familiares se van tejiendo y destejiendo cada día en contextos particulares y a partir de aciertos y equivocaciones, afrontando nuestra propia historia, descubriendo posibilidades de ser personas adultas para criar y acompañar de manera amorosa, respetuosa y responsable a los niños, niñas y adolescentes que están bajo su cuidado y protección.

Como padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos siempre hay oportunidades de aprendizaje a través de los espacios de interacción y en las dinámicas de relación con niños, niñas y adolescentes. La educación para la libertad y el ejercicio de los derechos de todos es la acción más poderosa para evitar que se repitan historias de maltrato, de abuso sexual, de prácticas inequitativas en las relaciones entre hombres y mujeres, de prácticas excluyentes en la enorme diversidad de los seres humanos. Todas estas vivencias son generadoras de infelicidad y sufrimiento, pero son evitables si conocemos, asumimos, respetamos y promovemos nuestros derechos y los de los demás.



## 2. Consideraciones Técnicas del Módulo

### PRIMERA PARTE:

- A. Aprendiendo a ser padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos

No quiero que mi hija pase por lo que yo pasé”...  
” Voy a darle a mi hijo lo que yo no tuve”.  
”Debemos ser amigos de nuestros hijos”

En el ejercicio de aprender a ser padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos es relevante tener claro lo que se entiende por cada uno de estos conceptos. Estos han sido determinados como aquellos roles sociales en donde la maternidad y la paternidad son temas regulados por la sociedad; así se ha definido históricamente quién o quiénes serán los cuidadores y socializadores de aquellos niños, niñas y adolescentes que se van integrando a la sociedad y harán parte de la generación adulta del futuro.

Como punto de partida, y conforme a lo estipulado por la sociedad, se reflexiona y considera que los cuidadores y socializadores indicados son el padre y la madre y a quienes les corresponde la ejecución de unas funciones concretas definiendo así su rol. Los que a su vez han recibido diversas valoraciones a través de la historia, donde estos (cuidadores y socializadores indicados) han variado por las excepciones de desprotección de algunos padres o madres. La paternidad y la maternidad no se limita a una exclusiva realidad biológica, ya que éstas necesitan de un reconocimiento social; a su vez la capacidad reproductora está dotada de significados en contextos socio históricos específicos<sup>1</sup>.

1. Tomado y ajustado del documento “APUNTES HISTÓRICOS DE LA PATERNIDAD Y LA MATERNIDAD” Amparo Micolta. Biblioteca Digital Uni Valle. Valle del Cauca, Colombia, p. 90 - 91.



## Ojos que ven... corazón que siente

Dado que cada padre, madre, cuidador, docente y agente educativo asumen roles diferentes, es importante tener en cuenta algunos consejos y lecciones de vida para optimizar el buen ejercicio de esta labor:

- La primera lección de vida está en reconocer que no hay padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos perfectos, así como no es posible aspirar ni desear que lo sean los niños, las niñas y adolescentes también lo sean. La perfección no está al alcance de la condición humana, las personas con sus capacidades y limitaciones están en permanente cambio.
- La segunda lección está en comprender que en toda relación humana hay conflictos, contradicciones, dudas, maneras de interpretar la realidad y certezas, lo que implica necesariamente poner en consideración los pensamientos, actitudes y sentimientos valorados como buenos o malos, dando paso al reconocimiento de los niños, las niñas y adolescentes tal y como son para construir relaciones amorosas, basadas en la igualdad, la aceptación, el respeto y el entendimiento mutuo.
- La tercera lección es asumir que la manera de ser padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos fue aprendida y por tanto puede ser desaprendida para fortalecer las buenas prácticas y transformar las que no se desean repetir porque hicieron daño y dejaron huellas de dolor, haciendo posible estos anhelos: “No quiero que mi hija pase por lo que yo pasé” ...” Voy a darle a mi hijo lo que yo no tuve” ...”Debemos ser amigos de nuestros hijos”



## B. Entre ángeles, demonios y personas

¡Qué tal éstas conversas!: “Mi hija es un alma de Dios” ... “Mi hijo es terrible, desjuiciado, es un diablo” ... “No entiendo a mi hija, está en la edad de la caca” ... “Gracias a Dios y al cielo mis hijos son una pilera” ... “Como le parece mi hijo se mariquió por andar con otro que era lo mismo” ... “Que decepción, mi hija me contó que disque es lesbiana y tan chiquita” ... “¡sí! ... definitivamente se están acabando los valores”

Ser niño, niña o adolescente no es tarea fácil, pues no solo deben responder a sus propios intereses sino también a las expectativas de padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos de acuerdo a lo que se espera que sean en la vida.

Los niños y las niñas desde su nacimiento son seres humanos íntegros, que tienen capacidades, habilidades, talentos, sueños, anhelos, temores, dudas, sentimientos, intereses particulares, temperamentos y maneras propias de expresar sus emociones. Cada etapa de su desarrollo les permite madurar física, emocional y mentalmente; en este proceso van haciendo aprendizajes y comprensiones de la vida, de sí mismos y de sus relaciones. Cuando el padre, madre, persona cuidadora o docente es consciente de esto, podrá articular lo que piensa con lo que hace, y desde esta acción consciente, reconocer y comprender QUE:



### Ojos que ven... corazón que siente

- Los niños, niñas y adolescentes no son perfectos, ni adultos en miniatura. Todos y todas son personas con derechos, capacidades y habilidades particulares para

construir su propia vida y aportar a la vida familiar, comunitaria y del ámbito escolar.

- Cada niño, niña y adolescente es un ser único que se desarrolla a su propia manera y a sus propios ritmos de acuerdo con su condición genética, por sus habilidades y capacidades, pero sobre todo a los medios que le ofrezcan la familia y la sociedad.
- La Convención sobre los Derechos del Niño contiene aspectos que guían la comprensión de por qué los niños y las niñas son seres humanos con derechos, portadores de potenciales, así como de necesidades particulares y responsabilidades. La frase común que dicen los adultos: “Ahora no se les puede decir nada...con ese cuentico de los derechos”, NO es real. Por el contrario, los derechos son orientadores para facilitar la convivencia armónica, por eso es importante que los conozcan y practiquen, incluidos niños, niñas y adolescentes.
- Toda forma de exigencia exagerada y sobreprotección con niños, niñas y adolescentes sin tener en cuenta sus intereses y capacidades de acuerdo al desarrollo y etapa por la que trascurren, conlleva generalmente a situaciones de agresión, maltrato, conflicto, sufrimiento y culpa tanto para unos como para otros. La exigencia exagerada y sobreprotección, entendida como aquellas acciones que los padres, madres, cuidadores, docentes o agentes educativos realizan creyendo que los niños, las niñas y los adolescentes son un ser débil, falto de experiencia y faltos de capacidades para resolver situaciones cotidianas, evitando que se expongan a las posibles situaciones de riesgo en las que puedan sufrir algún prejuicio.
- La sobreprotección es practicada habitualmente por padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos

de niños, niñas y adolescentes con discapacidad, llevando consigo que, por desconocimiento, se vulnera el ejercicio de muchos derechos por parte de esta población.

- El oficio de niños, niñas y adolescentes es SER, la tarea de padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos es reconocer y acompañar el desarrollo de sus talentos y capacidades de acuerdo a sus intereses en la aceptación de lo que SON, para que puedan vivir y creer y crecer en sus sueños.

### C. Desde el amor y la autonomía

“Cada uno es cada cual y cada cual tiene sus mañas- decía la abuela cuando nos veía peleando por esas bobadas. Ahora creo que la abuela y todos en mi familia tenían la culpa de nuestras peleas. Eran tan o más infantiles que nosotras y se la pasaban haciendo comparaciones. Quién habló primero, quién sacó mejores notas, a quien quieres más: a tu papá o a tu mamá, a tu tío o a tu tía. Eso se aprende de los adultos, yo creo. Y, en el fondo, uno se la juega. Uno le apuesta al “me quiere mucho... poquito... nada”. Cae en la trampa de ser el más... el más lo que sea para que lo quieran. Y de pronto descubre que nada de eso sirve para nada” Yolanda Reyes

Para que niños, niñas y adolescentes se enfrenten a la responsabilidad que significa crecer, requieren que se brinde el espacio para desarrollar capacidades para tomar decisiones por sí mismos de manera gradual y eso implica el desarrollo de la autonomía. Y esto ¿qué significa?, ¿cómo se va cultivando en los niños, las niñas y los adolescentes?

La autonomía es la capacidad para tomar decisiones reconociendo los límites, asumiendo la responsabilidad consciente por las acciones y tener confianza en que pueden resolver las cosas por sí

mismos; implica razonar, analizar para tomar posición frente a las distintas situaciones de la vida en los diferentes contextos como el familiar, el educativo y el comunitario.

La Convención de los Derechos del Niño dice que “La autonomía del niño en el ejercicio de sus derechos es progresiva en virtud de la evolución de sus facultades”, eso significa que las personas no nacen autónomas, ni la autonomía aparece súbitamente con la mayoría de edad, sino que es un aprendizaje continuo que se va logrando de acuerdo con las condiciones que tengan en la convivencia con padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos, así como con otros niños y niñas. Adicionalmente, se hace énfasis en que para las personas con discapacidad es posible tomar decisiones autónomas con apoyo.



### Ojos que ven... corazón que siente

De esta manera, es importante tener en cuenta algunos consejos para que niños, niñas y adolescentes construyan su autonomía, para esto, necesitan desarrollar tres aspectos muy importantes para la vida de todas las personas:

- **Auto-conocimiento:** es decir, conocerse a sí mismos, reconociendo su cuerpo, sus emociones, sus deseos, sus cualidades y sus limitaciones.
- **Auto-estima:** que significa tener un concepto positivo de sí mismo, valorándose como lo que son, sintiéndose confiados y seguros con lo que hacen, que merecen gozar de la vida y la felicidad, así como saber que son reconocidos y valorados por los demás.
- **Auto-control:** es lo mismo que auto-regulación, y es la capacidad para controlar por sí mismos los impul-

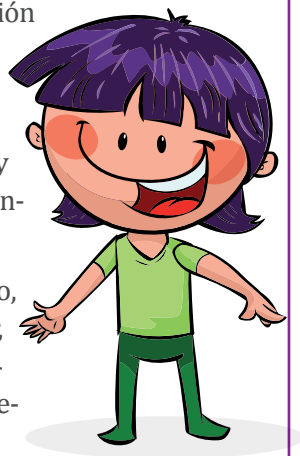
sos y comportamientos para adaptarse al mundo en el que viven, reconociendo de manera gradual las consecuencias de sus actos al articular la razón, los sentimientos y la norma .

En tal sentido, padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos deben crear ambientes libres de prejuicios, que propicien la inclusión, accesibles para el cuidado y la crianza basados en el amor, el afecto, la atención a las necesidades y el respeto a los intereses, diferencias y diversidad que caracteriza a niños, niñas y adolescentes, lo cual les permitirá sentir confianza y seguridad en las personas que los están criando y acompañando.

El Estado colombiano por medio del artículo 13 de la Ley 115 de 1194 en el numeral “d” pretende garantizar, por medio de todos y cada uno de los niveles educativos, el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas encaminadas a: “(...) d) Desarrollar una sana sexualidad que promueva el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la construcción de la identidad sexual dentro del respeto por la equidad de los sexos, la afectividad, el respeto mutuo y prepararse para una vida familiar armónica y responsable. (...)”

De igual manera, se necesita la construcción de límites e identificación de las responsabilidades como una herramienta básica para la crianza, pues contribuye al fortalecimiento emocional de niños, niñas y adolescentes orientándolos en el crecimiento de su auto-regulación.

Ayudar a construir límites requiere: tiempo, amor y paciencia; es enseñar, no castigar, ni mucho menos maltratar. Aunque parezca que no, niños, niñas y adolescentes necesitan sentir que tienen límites porque eso



les da seguridad, fortaleza, sensación de tranquilidad y pautas para ir encontrando su propio camino. Su ausencia la interpretan como falta de interés y afecto por parte de sus padres, madres o cuidadores.

La construcción de límites e identificación de deberes de manera conjunta con niños, niñas y adolescentes, así como la garantía de su cumplimiento, incrementan las relaciones de confianza, fortalecen la autoestima, el autoreconocimiento y la autorregulación, fundamentales para ejercer la autonomía.

Los niños, niñas y adolescentes necesitan aprender que:

- Pueden equivocarse.
- Frente a una decisión que tomen hay consecuencias que los afectan a ellos y ellas, a otros y otras.
- Tienen la inteligencia para resolver las situaciones que la vida les ofrece.

De esta manera, y poniendo en práctica estos consejos, se podrá reconocer como eje fundamental la autonomía. Esta hace parte de los derechos sexuales y reproductivos, donde están contenidos todos los derechos humanos enfocados desde la sexualidad y desde la reproducción, en donde se evidencian entre otros, el derecho a la libertad sexual, a la intimidad, a la libertad de pensamiento, a la vida e integridad personal, a la información, a la autonomía reproductiva y a la salud. La dignidad como parte fundamental de la autonomía y como derecho básico que se fortalece en el reconocimiento de su aporte a los procesos de desarrollo humano. \*

\* Tomado y ajustado del documento “Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos” Ministerio de Salud y Protección Social, Profamilia, Organización Internacional para la Migraciones - OIM. Bogotá, Colombia, p. 36.

## D. ¡No lo duden! Somos sexuados

- ¿Por qué será que las personas adultas...
- ¿Creen que los niños y niñas son asexuados?
- ¿Creen que los niños, las niñas y los adolescentes con discapacidad son asexuados?
- ¿Los castigan y les dicen: puerco, cochina, eso no se hace, cuándo los niños y niñas exploran y reconocen su cuerpo?
- ¿Les da vergüenza y miedo hablar de sexualidad con los niños y con las niñas?
- ¿Usan a las cigüeñas o a las semillas para explicar la procreación?
- ¿Se imaginan que todo el tiempo los y las adolescentes tienen relaciones sexuales?
- ¿Creen que la sexualidad es genitalidad y riesgo?
- ¿Les enseñan sobre el cuerpo y su sexualidad unas cosas a los niños y otras a las niñas? (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

La sexualidad es una de las dimensiones del desarrollo de las personas, se vive y expresa a través del cuerpo, las hormonas, la herencia, pero fundamentalmente se construye mediante procesos de aprendizaje a lo largo de la vida, desde que se nace hasta que se muere, constituyéndose en una experiencia vital para todos los seres humanos. Dado que no es un instinto, sino que es aprendida, es diferente y diversa en cada persona.

La sexualidad cumple varias funciones en la vida pues a través de ella las personas sienten, se comunican, expresan de múltiples maneras sus afectos, sentimientos, emociones; reciben y dan placer a través de las palabras, caricias, miradas y establecen diferentes niveles de intimidad. Además, puede cumplir con una función reproductiva, para garantizar la perpetuación de la especie humana. Asimismo, es una



fuerza vital que se construye y se transforma a través de las distintas relaciones que se establecen como seres sociales y sexuales con otros y otras en diferentes contextos. Por ello, cada persona se forma una idea única y particular sobre la sexualidad y desde ella educa.



Adicionalmente, la sexualidad implica entenderse como aquella condición prioritaria para el desarrollo humano, por lo tanto, debe estar alejada de cualquier carga moral y tratarse desde el ámbito de los derechos y el respeto por las personas, quienes son el centro y en el cual gravitan las políticas desde una moral laica. Se asume que la sexualidad es una condición característica de cada individuo, que está en permanente proceso de transformación y construcción y por ende se mantiene por las condiciones sociales asumidas y expresadas de manera diversa<sup>2</sup>.

### Ojos que ven... corazón que siente

De esta manera, es importante tener en cuenta que:

- Hablar de sexualidad con niños, niñas y adolescentes es un aprendizaje para las personas adultas y no requiere que sean especialistas en el tema.
- Todas las personas saben sobre sexualidad porque la aprendieron en el curso de sus vidas a través de las experiencias e interacción con sus familias, donde viven o vivieron y en sus contextos escolares.
- Solo se necesita ser conscientes y responsables de la información y las ideas positivas o negativas que transmitan en la vida cotidiana frente a las inquietu-

2. Tomado y ajustado del documento "Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos" Ministerio de Salud y Protección Social, Profamilia, Organización Internacional para la Migraciones - OIM. Bogotá, Colombia, p. 46 - 47.

des y expresiones de la sexualidad de niños, niñas y adolescentes.

- Las preguntas que se hacen niños, niñas y adolescentes sobre el sexo y la sexualidad no significan que ya hayan iniciado relaciones sexuales; son una manifestación de interés propia de las personas en estos momentos de su vida.
- La sexualidad es una dimensión vital en el desarrollo de los niños, las niñas y los adolescentes. Si se educan en el conocimiento, cuidado, respeto y autorregulación de su cuerpo y sus emociones, se logra un desarrollo integral, donde el ejercicio de la sexualidad sea desde la autonomía. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)



## E. Convivamos con la diversidad

“Las mujeres son de la casa, los hombres de la calle”  
 ... “No llore, parece una nena” ... “Siéntese como una señorita” ... “Los hombres en la cocina huelen a rila de gallina” ... “Las niñas son lindas y los niños inteligentes”  
 ... “los niños son desobedientes “...” parece retardado... no sabe nada”  
 ...”no invite a esa de la silla de ruedas porque perdemos el campeonato”  
 ...” cuidado con ese que tiene sida” ...” los costeños son perezosos” ...” los

paisas son ladrones” ...” los pastusos son bobos” ...” los indígenas son brutos” ...” los pobres huelen a feo y tienen piojos” ... (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

Cada persona es diferente y por lo tanto cuenta con una identidad diferente, relacionada con la dignidad humana; las condiciones y características de estas identidades conforman grupos, los cuales, en concordancia a la garantía de los derechos de igualdad y libertad deben ser reconocidos y respetados sin discriminación alguna. Esto configura el concepto de “cero discriminaciones” por condición de sexo, género, orientación sexual, identidad de género, cultura y otros.<sup>3</sup>

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos, como cualquier derecho humano, son inherentes a cada persona, sin importar su diversidad y están asociados al derecho a la intimidad y respeto a la confidencialidad (regulado desde la Ley Estatutaria), la cual garantiza confidencialidad de toda la información suministrada en el ámbito del acceso a los servicios de salud y de las condiciones de salud.<sup>4</sup>

En la sociedad actual hay cada vez más personas de diversos orígenes: del campo, de la ciudad, de otras regiones y otros países, de distintas etnias como afros e indígenas; otras viven con alguna discapacidad, están en situación de pobreza o son víctimas de la violencia. Todas estas personas son hombres o mujeres de diferentes edades y con diferentes características físicas y emocionales: personas altas, personas de baja estatura, personas con

3. Tomado y ajustado del documento “Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos” Ministerio de Salud y Protección Social, Profamilia, Organización Internacional para la Migraciones - OIM. Bogotá, Colombia, p. 47 - 48.

4. Ídem.

sobrepeso, personas delgadas, personas rubias, personas alegres, personas homosexuales, personas bisexuales, entre otros.

Esta gran diversidad exige estar cada vez más preparados para aceptar que todas las personas por su origen étnico o social, su procedencia, orientación sexual, con discapacidad<sup>5</sup> o si son víctimas del desplazamiento, todos son seres humanos y como tal tienen los mismos derechos. Cuando esto no se tiene en cuenta, se da lugar a los abusos de autoridad, pues unas personas se sienten con más poder sobre otras y muchas veces pretenden someterlos a su voluntad. Por ejemplo: los adultos sobre los niños, los hombres sobre las mujeres, los jefes sobre sus trabajadores, etc. De la misma manera, se da origen a los “prejuicios” que son las opiniones o ideas que se crean acerca de una persona o de un grupo sin realmente conocerlos, estableciendo relaciones de rechazo, de discriminación o de exclusión.

Uno de los retos importantes para padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos es lograr formar a niños, niñas y adolescentes en condiciones de igualdad y libres de prejuicios, pues está demostrado que se nace sin capacidad para rechazar a nadie, esto es algo que se aprende a muy temprana edad. Si en el ambiente donde ellos y ellas crecen, escuchan y ven este tipo de comportamientos, antes de cumplir los tres (3) años de edad, ya lo habrán incorporado en su mente y empezarán a reproducirlos. Y por el contrario, si se desarrollan en ambientes en los que comparten con niños, niñas y adolescentes diversos, aprenderán que la diferencia hace parte de la diversidad humana y la inclusión se dará de manera natural.

Un aspecto muy importante en este sentido son los mensajes conscientes o inconscientes que dan padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos en cuanto al rol social que ejercen los hombres y las mujeres, pues afecta de manera significativa las

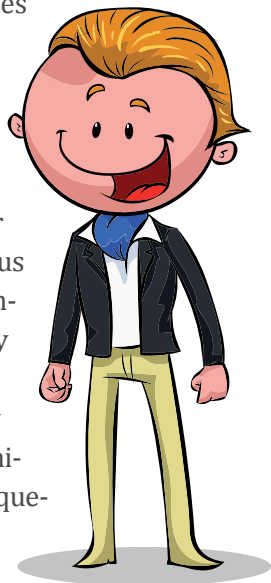
---

5. Término acogido de acuerdo a la Ley 1346 de 2009 ‘por medio de la cual se aprueba la “Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad”

relaciones cotidianas en las familias, escuelas y comunidades; dichos mensajes pueden manifestarse en violencia física y psicológica contra las mujeres desde que son niñas y contra las personas con orientación sexual e identidad de género diversa.

Aunque se han evidenciado transformaciones en la forma de las personas, es común que, en las familias, en la comunidad, en los jardines y escuelas, los niños y las niñas escuchen expresiones y perciban actitudes que dejan mensajes sobre cómo deben ser y comportarse niños y niñas de acuerdo a los roles determinados socialmente de acuerdo a su sexo, asumiendo que es éste el que determina la capacidad de ser y hacer de las personas.

Para el caso de los niños varones se les obliga que sean “hombres de verdad”, y esto tiene que ver con que sean fuertes, que no lloren ni expresen sus sentimientos, que jueguen con pistolas, carros, entre otros. A las niñas, “el sexo débil”, se les exige y obliga a que sean sumisas, juiciosas, obedientes, a ayudar a los oficios de la casa, a cuidar a los otros y otras, a planchar, a jugar con muñecas, a ser femeninas, entre otros. Estos lenguajes machistas se van quedando en sus cuerpos, emociones, pensamientos y van orientando sus comportamientos.



### Ojos que ven... corazón que siente

Es importante tener presente que:

- No existen sentimientos masculinos o femeninos, existen sentimientos humanos.
- Cuando se naturaliza -por ejemplo- que la ternura y la capacidad de cuidado es de las mujeres, se genera una carga fuerte para ellas y una limitación para

la construcción del vínculo afectivo de los hombres hacia sus parejas, sus hijos e hijas, y sus amistades\*. Lo anterior, también se traduce en una discriminación para los hombres que deciden vivir y expresar su emocionalidad.

- Es necesario tener en cuenta que el no reconocimiento de la diferencia va generando ventajas, desventajas y privilegios entre las personas, que en general afectan el desarrollo equilibrado de las capacidades humanas, y sobre todo, lleva a aprendizajes profundamente inequitativos que generan confusiones, conflictos y violencia.
- Si en la crianza padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos promueven relaciones de respeto e igualdad entre las personas, niños, niñas y adolescentes aprenderán a reconocer y valorar la diferencia como una riqueza para la vida y no como un motivo para la desigualdad y la violencia.
- La diversidad es la fuerza de las razones y acciones humanas que nos ayudan a reconocer que todas las personas tienen los mismos derechos y merecen nuestro respeto y consideración independiente de su forma de pensar y ver el mundo. Reconocer y sentir la diversidad como una riqueza para la vida, empieza en los entornos protectores. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)



\* Guías para la facilitación de procesos educativos integrales en sexualidad para Adolescentes y Jóvenes” de Plan International. Oficina Regional para las Américas. - ROA- Panamá. 2014.

## F. Una crianza con amor desde los derechos sexuales y derechos reproductivos

“¿Después de todo, en dónde empiezan los derechos humanos universales?

En los pequeños lugares, cerca al hogar...”

Eleanor Roosevelt

En el lenguaje cotidiano, la palabra “derechos” tiene diferentes significados y varios de ellos no se relacionan específicamente con normas, leyes, tratados, sino más bien con aquellas cosas que podemos o no hacer, sentir, pensar y con aquellas que nos parecen justas o injustas<sup>6</sup>.

Los derechos humanos son valores y principios que permiten la convivencia entre los individuos, entre ellos y el Estado, basados en el reconocimiento de que la vida, la igualdad, la libertad y la dignidad, les corresponden a todos y cada uno de los seres humanos, sin distinción de edad, etnia, sexo, orientación sexual, condición social, económica, religiosa, o situación particular por discapacidad, desplazamiento, entre otras.

Todas las personas experimentan en el curso de sus vidas el sentimiento de que alguien pudo reconocer o vulnerar algo que consideraban un derecho, lo cual puede generar alegría plenitud o bienestar, o impotencia, rabia o dolor. Los derechos se aprenden en los espacios familiares, en el barrio, en el grupo de amigos, en el colegio; no son solo las leyes, normas y marcos jurídicos sino las interacciones con los otros en los contextos de relación los que dan vida al reconocimiento y a la garantía de los derechos.

---

6. Plan Internacional. Oficina Regional para las Américas. -ROA. “Guías para la facilitación de procesos educativos integrales en sexualidad para Adolescentes y Jóvenes” de Panamá. 2014 p.28.

Desde la infancia, algunos padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos van facilitando y promoviendo la vivencia y el aprendizaje gradual de los derechos; pero otras y otros, quizá por desconocimiento o por sus creencias, los niegan y vulneran en las relaciones que establecen con niños, niñas y adolescentes, basadas en el autoritarismo y no en el reconocimiento de la igualdad, generando muchas dificultades en la construcción de la autoestima, la autorregulación y la autonomía, aspectos esenciales para la toma de decisiones en todo momento de la vida.

El reconocimiento de que niños, niñas y adolescentes son seres sexuados y que por el hecho de ser personas y de existir tienen derechos, incluidos los derechos sexuales y los derechos reproductivos, permite una crianza sin violencia que fortalece el ejercicio pleno, seguro y responsable de la sexualidad y contribuye al establecimiento de relaciones familiares basadas en la igualdad, la libertad, la confianza y la dignidad.

Por ello, como una herramienta fundamental para el desarrollo integral y el acompañamiento en los procesos formativos y educativos de sus niños, niñas y adolescentes, es importante conocerlos, comprenderlos y hacerse conscientes que estos derechos se deben ejercer en todos los espacios de la vida cotidiana tanto pública como privada, en las relaciones de pareja, en la familia, en la escuela, en el trabajo, en la vida comunitaria y en la calle; el Estado no es el único responsable de la garantía de los derechos. En primer lugar, está la familia, la escuela, la sociedad y por último (pero no menos importante) el Estado.

Se propone la lectura y reflexión sobre los derechos sexuales y reproductivos de tal manera que se convierta en una oportunidad para reconocer qué tanto los han ejercido en sus propias vidas, y para que formen parte de las conversaciones y prácticas cotidianas con los niños, las niñas y los adolescentes.



## DERECHOS SEXUALES<sup>7</sup>

- Reconocerse como seres sexuados, es decir, reconocer que los seres humanos tenemos realidades propias y únicas de un ser humano.
- Fortalecer la autoestima y autonomía para adoptar decisiones sobre la sexualidad.
- Explorar y disfrutar de una vida sexual placentera, sin vergüenza, miedos, temores, prejuicios, inhibiciones, culpas, creencias infundadas y otros factores que impidan la libre expresión de los derechos sexuales y la plenitud del placer sexual.
- Tomar la decisión de vivir la sexualidad sin violencia, coacción, abuso, explotación o acoso.
- Escoger las y los compañeros sexuales.
- Tener pleno respeto por la integridad física del cuerpo y sus expresiones sexuales.
- Decidir si se quiere iniciar y mantener la vida sexual o no.
- Tener relaciones sexuales consensuadas, de común acuerdo.
- Decidir libremente si se contrae matrimonio, se convive con la pareja o si permanece sola o solo.
- Expresar libre y autónomamente la orientación sexual bien sea homosexual, bisexual o heterosexual.



7. Tomado y ajustado del documento "de la A a la Z en Derechos Sexuales y en Derechos Sexuales y Reproductivos. Para funcionarios y funcionarias con énfasis en violencia intrafamiliar y violencia sexual. Defensoría del Pueblo y otros. Bogotá, Colombia, p. 23 a 25.

- Protegerse del embarazo y de las infecciones de transmisión sexual -ITS-.
- Tener acceso a servicios de salud sexual de calidad.
- Tener información oportuna, veraz y completa sobre todos los aspectos relacionados con la sexualidad.

## DERECHOS REPRODUCTIVOS<sup>8</sup>

- Decidir libre y responsablemente el número de hijos y el intervalo entre ellos, y a contar con información, educación y medios para lograrlo.
- Decidir, hombres y mujeres de manera libre y responsable la posibilidad de ser o no ser padres o madres.
- Decidir libremente el tipo de familia que se quiere formar.
- Acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables y eficaces, incluyendo la anticoncepción de emergencia.
- Contar con la información suficiente para decidir sobre la Interrupción Voluntaria del Embarazo - IVE cuando la salud física o mental de la mujer esté en peligro, cuando la vida del feto es inviable por enfermedad o malformaciones, o cuando el embarazo es producto de un abuso sexual.
- Las mujeres no deben sufrir discriminaciones o tratos desiguales en la familia, en el colegio, ni en el trabajo por razón del embarazo o maternidad.
- Tener acceso a servicios de salud y atención médica que garanticen una maternidad se-



8. Ídem

gura, libre de riesgos durante la gestación, parto y lactancia y maximizar las posibilidades de tener hijos e hijas sanas.

- Contar con servicios educativos e información para garantizar la autonomía reproductiva.

## G. Voces y silencios frente a las violencias (abuso sexual y violencias de género)

[...] Ella tenía cinco hijos, ella era sola, ella se iba a aventurar a la calle, a buscar la comida para sus hijos. Ese día llegó ella del trabajo y encontró que los más pequeños le habían botado un maíz, al ver que el más grande estaba ahí le dijo ¡Te voy a pegar! Ay mami porque me pegas así, si yo a ti no te hecho nada. Cuando le dijo así, se me partió el alma. Se me quedó grabado eso del pelao. Pero se me quedó grabada la lástima, el dolor, el sentimiento con que él le decía a su mamá. Ese otro día me puse a lavarle los pañitos a la hija mía y empecé le...le...le hasta que al fin encontré, el golpe de la canción (¿Por qué me pegas mamá? Canción de la Cantora Etelevina Maldonado).

La violencia de género es aquella que refleja la desigualdad existente en las relaciones de poder entre varones y mujeres, la cual se efectúa en la subordinación y desvalorización de lo femenino frente a lo masculino y viceversa. Responder a las costumbres de un sistema simbólico en la sociedad, que determina un conjunto de prácticas cotidianas concretas, que niegan los derechos de las mujeres y hombres conllevando al desequilibrio y la inequidad existentes entre los sexos.<sup>9</sup>

9. Tomado y ajustado del documento "VIOLENCIA DE GÉNERO: UN PROBLEMA DE DERECHOS HUMANOS". Nieves Rico. Consultora de la Unidad Mujer y Desarrollo de la CEPAL. p. 5 - 8.

## SEGUNDA PARTE: CORAZONADAS Y COMPRENSIONES

NIÑOS Y NIÑAS DE SEIS (6) A NUEVE (9) AÑOS

### Nacimos y somos sexuados

¿Cómo nacen los bebés? Mami se me estiró el pene, ¿Qué hago? ¿Cómo entra el bebé dentro de la barriga? ¿Dónde estaba yo antes de llegar a tu barriga? ¿De dónde vienen los bebés? ¿Por qué las niñas no tienen pene? ¿Por qué los niños no tienen vagina? ¿Por qué ese niño tiene color café? ¿Por qué mi amiga María tiene dos mamás? Lucas tiene dos papás y mis amigos se burlan de él ¿Por qué mi papá se fue? ¿Por qué mi amiga no tiene papá ni mamá? ¿Por qué se besan así?

### Ojos que ven... corazón que siente

Para tener en cuenta:

- El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar en cumplimiento a las disposiciones del Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098 de 2006) y frente al restablecimiento del derecho a las víctimas de violencia sexual, no se debe olvidar el rol del Instituto, al que se le debe dar aviso de la ocurrencia de un caso que comprometa a una persona en la niñez o la adolescencia para activar los mecanismos de protección respectivos.

### Pretextos para conversar

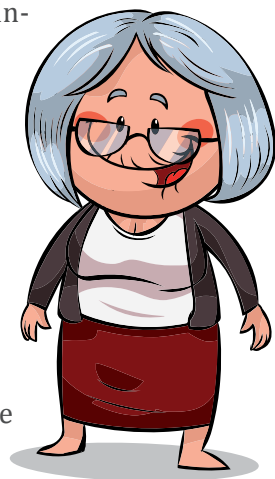
“Entra en la habitación de su hijo y lo encuentra tocándose el pene: se queda sorprendida y le dice: “eso no se toca, son cochinas. Levántate y lávate las manos y no se te ocurra volver a hacerlo”

Este relato es un ejemplo de las expresiones que muchas personas aún les dicen a los niños y las niñas frente a su proceso de autoexploración y reconocimiento de su cuerpo.

Los padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos deben saber que los comportamientos de exploración y juego con los genitales son una manifestación de salud, de buenas relaciones de auto reconocimiento y expresión de la curiosidad natural de los niños y las niñas, así que no debe ser causa de preocupación o alarma.

Es importante conocer que la sexualidad en los niños y las niñas se expresa a través de la curiosidad, de los juegos y el interés por el cuerpo desde edades tempranas:

- Alrededor de los dos (2) años se despierta la curiosidad por sus propios genitales y por los cuerpos desnudos de las personas adultas de su familia observándolos cuando se están bañando, vistiendo o escuchándolos detrás de las puertas cuando están haciendo el amor. Este interés persiste hasta cerca a los seis (6) años.
- Entre los dos (2) y los cuatro (4) años participan espontáneamente en juegos de baño tocando los genitales de sus amigos y amigas sin malicia, ni vergüenza. Se pueden sentir fascinados por los genitales de los varones adultos por su gran tamaño.
- A partir los seis (6) años, aún persiste el interés por los cuerpos desnudos de otras personas y amplían el conocimiento del propio cuerpo con la integración de sus órganos genitales. Les gusta imitar comportamientos de pareja como besarse o tomarse de las manos, jugar al papá y a la mamá; se despierta su curiosidad por el embarazo y el nacimiento y hablan de las partes privadas del cuerpo utilizando malas palabras, aunque no comprendan su significado.



- Recordar que es a través del cuerpo que se experimentan sentires, deseos, placer, atracción, emociones, amor, afecto hacia uno mismo y hacia otras personas. Estos aspectos son fundamentales para lograr el desarrollo integral armónico.
- Para el caso de niños y niñas con discapacidad, es importante que padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos, reconozcan que al igual que los niños, las niñas sin discapacidad, tienen derechos sexuales y reproductivos, y que por su condición particular no dejan de tener los mismos sentimientos y curiosidades que los demás niños, niñas y adolescentes.
- La censura, el castigo, la prohibición, generan una percepción inadecuada del cuerpo, el placer y el deseo, llevando a que consideren la sexualidad como algo malo, sucio o pecaminoso, dando lugar al surgimiento a la culpa, temores y prejuicios.



### Ojos que ven... corazón que siente

De esta manera y para tener en cuenta por parte de padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos:

- Reconozca que todas las partes del cuerpo son maravillosas e importantes ya que cada una cumple funciones necesarias para la vida. Por lo tanto, llámelas por su propio nombre y evite dar mensajes negativos sobre la autoexploración de los genitales diciendo que son sucios y que es malo tocarlos.
- Sea consciente que las expresiones de la sexualidad de los niños y las niñas, son producto de la curiosidad propia de la edad y no tienen carácter malicioso ni perverso, por lo tanto, no deben prohibirse ni ignorarse.

- Cuando los niños y las niñas realicen expresiones relacionadas con su sexualidad en espacios públicos, trasmítale tranquilidad y confianza, explicándole que se trata de algo íntimo y por lo tanto no es recomendable hacerlo en público. De esta manera contribuye con el fortalecimiento de su autonomía, así como de la valoración, respeto de su propio cuerpo y a su vez el respeto por los demás.
- Observe que los juegos y exploraciones sexuales los vivan con familiares, amigos y vecinos de edades y desarrollos similares, que lo disfruten sin malicia y sin presiones. Esté alerta cuando estos juegos les generen malestar a los niños o las niñas porque pueden estar siendo presionados y esto afecta su desarrollo.

## B. NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES DE DIEZ (10) A CATORCE (14) AÑOS

### Nuestros cuerpos se transforman

“Cuando creíamos que teníamos todas las respuestas, de pronto, cambiaron todas las preguntas”. M. Benedetti

¿Qué se siente cuando a uno le llega la menstruación? ¿Por qué dice mi papá que si uno se masturba le salen pelos en las manos? ¿Cómo hago para saber si mi pene es normal? Nunca he besado a nadie ¿Cómo sé que lo haré bien? ¿Por qué no me puedo poner el piercing y hacerme el tatuaje? ¿Por qué será que nadie me entiende en esta casa? Cuando veo a Leo siento mariposas en el estómago... ¿Qué hago? ¿Será que soy lesbiana? Siento algo cuando Lina me acaricia el pelo. ¿Por qué los hombres se vuelven geis? ¿A qué edad uno se enamora? Estoy enamorada de mi profe de matemáticas ¿a quién le cuento? ¿Por qué sentimos

celos? ¿Cómo puedo saber cuándo están abusando de mí? “Las niñas no deben masturbar su cuerpo” ¿Es normal que mis senos sean tan pequeños, o tan grandes?

### A. Nuestro cuerpo, nos pertenece y nos sorprende

Mi ombligo parece un caracol. El de Carlos es una cazuelita, el de Luis una estrella, y el de Jorge, una rana que salta. El ombligo es el centro. Mi hermana Gabriela se puso un arete en el ombligo. ¿Pensará que es su oreja? Los ombligos no oyen, pero sienten. Cuando hago un berrinche mi ombligo se sacude. Y cuando siento miedo parece que tuviera mariposas y hormigas. Pero yo sé un secreto. Si respiro hasta adentro y se llena el ombligo, me vuelvo entonces fuerte, y el berrinche se va, y el miedo vuela lejos. Elsa Cross (México)

### Pretextos para conversar

El cuerpo es más que una suma de órganos y sistemas, es un soporte vital ya que contiene la energía, los pensamientos, las emociones, los sentimientos. La historia de cada persona, lo que cada uno es, lo que hace, las relaciones que establece, ocurren en el cuerpo, y todos ellos son elementos claves para la vida humana.

### Cambios físicos, emocionales y relacionales

Alrededor de los diez (10) y catorce (14) años, niños, niñas y adolescentes inician la pubertad, etapa en la que se da el mayor crecimiento corporal e importantes cambios emocionales, todo lo cual sucede de manera gradual pero muy rápida, lo que hace que éste se convierta en un momento muy significativo para sus vidas.

Cada persona es única e irrepetible, por lo tanto, cada ser humano vive estos cambios en distintos momentos y de diferente manera, por eso algunas niñas y niños empiezan más pronto que otros; unas lo viven más rápido y otros más lento.



En las niñas la pubertad empieza alrededor de los diez (10) años y termina entre los dieciséis (16) y diecisiete (17). Los cambios físicos más notorios, son el crecimiento de los senos, el ensanchamiento de las caderas, se definen notoriamente los muslos y de manera marcada se define la cintura, aparece vello en el pubis y en las axilas. Se presenta el primer sangrado menstrual, que no es una enfermedad sino parte del ciclo de desarrollo e indica que inicia su capacidad reproductiva.



En los niños empieza cerca de los doce (12) años y termina alrededor de los veinte (20). Se manifiesta con el estirón del cuerpo, ensanchamiento de los hombros, aumento de musculatura, crecimiento de los testículos y del pene, aparición del vello en la cara (barba y bigote), pubis y axilas, engrosamiento de la voz, inicio de las eyaculaciones y por tanto de la capacidad reproductiva.

Ellos y ellas se preocupan mucho por su apariencia física de la cual se sienten inseguros, experimentan gran necesidad de pertenecer y ser aceptados por un grupo de amigos o amigas preferencialmente del mismo sexo, aunque algunos pueden aislarse. Sus emociones son intensas y cambiantes siendo normal que pasen de la alegría a la tristeza y al mal genio. Expresan sentimientos contradictorios hacia los padres, las madres, cuidadores, docentes o cualquier persona que les signifique una figura de autoridad, falta de interés en las actividades familiares, aunque aún sienten la necesidad de compartir sus inquietudes con ellos y ellas. Surgen los primeros amores reales y los amores platónicos y es en esta época que algunos tienen sus primeras relaciones sexuales. Muchos niños, niñas y adolescentes ante el desconocimiento de sus derechos sexuales y reproductivos, y ante la falta de afecto, son engañados y abusados sexualmente.

Para algunos adolescentes con discapacidad, la pubertad puede adelantarse o atrasarse, adicionalmente puede darse o no, y en el caso de darse, puede que no se den todos los cambios citados anteriormente. Los cambios se dan, no solo a nivel físico, sino también a nivel mental. Aunque muchos adolescentes con discapacidad sientan lo mismo que sus pares sin discapacidad, no es fácil expresar sus sentimientos, porque en muchos casos son sus padres y cuidadores los que han tomado su voz, y son quienes se han encargado de invisibilizar su sexualidad, negando el ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos. El inicio de las relaciones sexuales puede darse años después que sus pares sin discapacidad. En muchos casos nunca se dan, debido a que ha sido negada la posibilidad por parte de su familia.

Todos estos cambios hacen que niños, niñas y adolescentes se sientan extrañados con su propio cuerpo, con las nuevas sensaciones y emociones que experimentan, pues están aprendiendo a conocerlas y manejarlas, frente a lo cual requieren mucha comprensión, paciencia y trato amoroso de las personas adultas que los rodean.

Una labor importante de padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos es continuar en el proceso de fortalecimiento de su autonomía, facilitando espacios de comunicación, precisando la información y generando condiciones seguras para que ellos y ellas conozcan su cuerpo, las diferencias con los cuerpos de otros y otras, comprendan los cambios que están viviendo, así como la importancia de aceptarlo, cuidarlo, respetarlo y hacerlo respetar de los demás. De esta manera pueden vivir esta etapa de su vida con más seguridad y tranquilidad.

### Ojos que ven... corazón que siente

Para tener en cuenta: Sobre los cambios

- Comprenda que los cambios del cuerpo y las emociones que están experimentando los niños, las ni-

ñas y los adolescentes en esta etapa, requieren consolidar lazos de confianza, contar con una actitud comprensiva y amorosa que les permita hacer esta transición de la niñez a la adolescencia de manera más tranquila y segura.

- El establecer vínculos de confianza, permitirá que se puedan abordar temas sexuales sin tabúes, en entornos seguros, para que los niños, las niñas y adolescentes aprendan de fuentes seguras sobre el tema, y sean menos vulnerables.
- Crea en las capacidades de los niños, las niñas y los adolescentes y acompáñelos a crecer y ser, a que puedan disfrutar de su cuerpo reconociendo todos sus potenciales, pero también sus limitaciones, sin que estas sean impedimentos sino motivación para hacerlo desde la moderación y la sensatez.
- Continúe realizando acciones que incrementen sus habilidades para el autocuidado, posibilitándoles experiencias y oportunidades para que, de acuerdo con su edad, se cuiden así mismos, a otros y otras.
- En el caso de los niños, las niñas y los adolescentes en donde, por sus condiciones particulares, las labores de autocuidado son ejercidas por otros, es importante que posean el conocimiento para que puedan determinar si quién lo realiza, lo hace debidamente o si incurre en malas prácticas.
- Tenga en cuenta que los cuidados y autocuidados forman parte de la autonomía, y que, para el caso de las personas con discapacidad, es posible ejercer la autonomía aun contando con apoyos.



Culpa, es un sentimiento antiguo, ancestral que aprendimos desde la niñez, se transmite de generación en generación. A veces nos ayuda a ser conscientes de las cosas que hacemos y decimos a los demás, a nosotros mismos. A veces nos genera sufrimientos innecesarios. Aprendamos a vivir sin ella. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

Nuestra primera relación con el cuerpo es aprender a conocerlo y cuidarlo. Lo podemos hacer cultivando el amor que está dentro de nosotros, reconociendo y cambiando pensamientos y emociones que hacen daño, respetarlo y aceptarlo tal como es, como parte de la diferencia que caracteriza la diversidad de los seres humanos confiando siempre en nuestro poder de la inteligencia y las capacidades que poseemos. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

## B. Mis amigos, mis amigas y yo.

Todos me dicen que me debo asimilar, Que debo escoger,  
Que con el tiempo me voy a acostumbrar, Pero me resigno  
a ser un títere, Y les voy a demostrar... que yo puedo ser la  
voz de mi misma identidad. Fragmento de “La Mujer del  
Otro Lado”. Sylvia Mejía

## Cambios físicos, emocionales y relacionales

Alrededor de los diez (10) y catorce (14) años, niños, niñas y adolescentes buscan mayor independencia frente a sus padres incrementando la toma de sus propias decisiones en relación con lo que quieren ser y hacer. Se incrementa su interés por pertenecer a grupos con los cuales se sienten identificados para afianzarse en su propia identidad y desde ahí construir nuevas visiones del mundo, así como los valores que orientarán su vida familiar, social y sexual.

Es importante tener presente que niños, niñas y adolescentes con discapacidad, también buscan independencia, sin embargo, por requerir apoyo y en algunos casos, por la sobreprotección de sus padres, la búsqueda de dicha independencia puede verse limitada.

Sentirse parte de los grupos de su interés los expone a ser influenciados o presionados por ellos, lo cual puede tener efectos positivos, por ejemplo, motivarse a realizar actividades deportivas o artísticas, mejorar su rendimiento escolar, establecer nuevas relaciones sociales. Sin embargo, esta presión también puede llevarlos a tomar decisiones o realizar actividades perjudiciales para sí mismos o a los otros.

Una fuerte autonomía basada en el autoconocimiento, la autoestima y el reconocimiento de sus capacidades de auto-regulación, es una condición básica para pertenecer a los grupos de interés, afianzando su identidad a través de estas relaciones, sin dejar de ser en esencia lo que ellos o ellas mismas son. Este aspecto es muy importante para las personas con discapacidad, ya que en esta etapa de preadolescencia e inicio de la adolescencia, pueden desarrollar sentimientos respecto a sus diferencias y como éstas influyen en su relación con los demás. Estos aspectos se convierten en una fuerza potente para cuidarse y protegerse frente a las presiones de grupo que pueden poner en riesgo su salud, su vida o su dignidad, como el embarazo a temprana edad, consumo de sustancias psicoactivas, la pertenencia a pandillas, entre otros.

### Ojos que ven... corazón que siente

- Tenga presente que los niños, las niñas y los adolescentes manifiestan sus emociones, intereses y deseos a través de su cuerpo y lenguajes propios de esta edad. Tatuarse, ponerse piercing, raparse media cabeza, ponerse en el cabello todos los colores

del arco iris, al igual que escuchar reggaetón, baladas o rock, bailar break-dance, salsa o hip-hop, no son una moda, sino que hacen parte de la búsqueda de identidad y sentido de pertenencia grupal.

- Los niños, las niñas y los adolescentes con discapacidad son ante todo niños, niñas y adolescentes y tienen gustos como sus pares y que tengan discapacidad no debe excluirlos de estas prácticas propias de su edad. Los padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos, deben buscar apoyar sus decisiones, teniendo presente que no afecten su integridad, pero que sean parte de su crecimiento.
- Recuerde que, en esta etapa, los niños, las niñas y los adolescentes están en un fuerte proceso de cambio que les genera sentimientos y comportamientos contradictorios. Aunque ellos y ellas se sientan con toda la fuerza para enfrentarse solos al mundo y no expresen de manera explícita la necesidad de apoyo, lo real es que requieren acompañamiento, para hablar y sentir el respaldo necesario de quienes comparten sus diferentes contextos y así sentirse más seguros y protegidos.
- Hágales sentir confianza en su capacidad para tomar decisiones y apóyelos sin agredirlos ni imponer sus criterios, siempre pensando que estas son oportunidades para equivocarse y hacer aprendizajes importantes para sus vidas.
- Recuerde que la sobreprotección por parte de padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos, aunque no sea mal intencionada, puede llevar a que se vulnere el ejercicio de los derechos de los niños, las niñas y los adolescentes.

- Recuérdale a los niños, las niñas y adolescentes que ellos y ellas tienen derechos y responsabilidades que deben conocer y ejercer en todo momento, incluso cuando están con sus amigos y amigas, pues estos se convierten en herramientas potentes para enfrentar la presión de grupo. El que niños, niñas y adolescentes conozcan sus derechos, se convierte en una gran herramienta para su protección.

### Ojos que ven... corazón que siente

- Todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a\*:
  - Ser diferentes: siendo como quiere ser, reconociéndose como un ser único.
  - Tomar decisiones sobre su salud y su cuerpo.
  - Tener sus propios valores haciendo lo que considera correcto sin tener que explicar por qué lo hace.
  - Buscar sus propias soluciones sin que sean impuestas por los demás.
  - Elegir quién le gusta, independientemente de las opiniones de los demás.
  - Tomarse todo el tiempo del mundo para tomar decisiones personales.
  - Expresar libremente sus sentimientos y opiniones sin agredir a los demás.
  - Elegir sus amigos y amigas sin presiones.
  - No ser una persona perfecta, equivocarse y cambiar de opinión sin sentirse culpable.

- Decidir libremente y sin presiones qué hacer con su dinero y sus pertenencias.
- Ignorar los consejos cuando siente que no le gustan o no le ayudan a resolver la situación.
- Que le respeten su vida y su dignidad, no ser violentado y defenderse cuando así lo hagan.
- Buscar ayuda cuando sienta que la necesita, sin que se sienta cobarde.

\* Tomado y adaptado de: Miguel Roa Polo. Cómo hacer frente a la presión de grupo. CEAPA. Madrid-España. 2014

## C. ¡Esta sexualidad me asombra...!

La adolescencia es “una época ligera en la que descubres cosas bonitas: el valor de la amistad, el amor, el sexo” Javier Álvarez -cantante español

### Pretextos para conversar

Niños, niñas y adolescentes entre los diez (10) y catorce (14) años, están entrando en la adolescencia, y todos los cambios que experimentan en las formas y funcionamiento de su cuerpo hacen que la sexualidad se convierta en un tema central de sus intereses, preocupaciones, fantasías, imaginarios y conversaciones. Empiezan a utilizar diferentes opciones para acceder a información como internet, revistas y conversaciones con sus amigos y amigas.

Niños, niñas y adolescentes con discapacidad también buscan acceder a dicha información, pero puede que debido a las dificultades que se presentan para acceder de manera autónoma, son sus padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos quienes deberían crear con ellos relaciones de confianza para que puedan acceder a dichos contenidos de manera segura.



Estas búsquedas se hacen más evidentes generando angustia en padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos ya que los niños y las niñas pasan del interés sobre los cambios físicos para adentrarse en el campo del placer y del erotismo, buscando la excitación a través de las fantasías sexuales, el uso de material erótico, el autoerotismo o masturbación y a veces la exploración sexual con otros niños y niñas. Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad también tienen éstos mismos deseos, sin embargo, muchos padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos los consideran como “seres asexuados” negando la posibilidad de desarrollo y crecimiento en este aspecto como parte de los derechos sexuales y reproductivos que tienen al igual que sus pares sin discapacidad.

Una adecuada educación para la sexualidad no es solo responsabilidad de los Establecimientos Educativos, empieza por casa y debe estar basada en el acceso a información completa, precisa y apropiada para su edad en relación con su cuerpo y su sexualidad, pero también en brindarles desde el cuidado y la crianza, todas las posibilidades para desarrollar las capacidades de conocerse, quererse, valorarse, auto cuidarse y para tomar decisiones sobre el control de su cuerpo y sus emociones.

Es clave tener en cuenta que muchos estudios en el mundo han demostrado que tener una adecuada educación para la sexualidad, no conduce a niños, niñas y adolescentes a tener mayor actividad sexual, sino que, por el contrario, permite que se conozcan a sí mismos, se auto valoren y autoregulen, haciendo de ellos y ellas personas con mayor capacidad para ejercer su sexualidad con autonomía, disfrutándola como parte de sus capacidades humanas, sin hacerse daño, ni dañar a otros y otras.



## ADOLESCENTES DE QUINCE (15) A DIECINUEVE (19) AÑOS<sup>10</sup>

### AUTONOMÍA: La magia para ejercer nuestra sexualidad

“Me faltaban todavía tres meses para cruzar la línea fatídica de los trece años, y en la casa ya no me soportaban como niño pero tampoco me reconocían como adulto” Gabriel García Márquez

### ¿Qué hago con mis preguntas?<sup>11</sup>

¿A qué edad se pueden iniciar las relaciones sexuales? ¿Cuánto dura una relación sexual? ¿Qué se siente perder la virginidad? ¿Quién inventó las poses atrevidas? ¿Por qué los hombres y las mujeres se masturban? ¿Cuántas veces hay que tener una relación sexual para quedar embarazadas? ¿Cuándo las mujeres se excitan qué se les para? ¿Es normal que se atraigan dos hombres, dos mujeres? ¿Es verdad que con condón no se siente igual?

#### A. ¿Por qué dicen que soy adolescente?

“Es que los adolescentes de hoy no son como los de antes... no tienen valores, no piensan en nada, no respetan a nadie ni siquiera le tienen temor a mi dios...” Pia

### Pretextos para conversar

Es común escuchar entre padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos que los niños, las niñas y los adolescentes “son un dolor de cabeza” “solo causan problemas” “son irresponsables e inmaduros” y se asume que “adolecen de capacidades” para to-

10. Las acciones que implementa el Gobierno Nacional están encaminadas al trabajo con adolescentes de hasta 19 años, pero por la misionalidad del ICBF solo se establecen acciones con adolescentes de hasta 18 años.

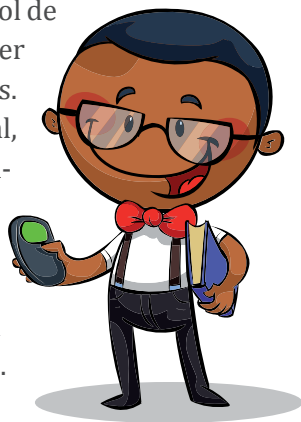
11. Tomadas de Fundación Los Pisingos. Por una vivencia sana de la sexualidad. Las huellas de una experiencia, Bogotá, 2007, p.42,43

mar decisiones sobre su vida y su sexualidad. Esto conlleva a que se subvaloren sus capacidades reales y a que se asuman actitudes que no favorecen el fortalecimiento de su autonomía.

Lo cierto es que en esta edad ellos y ellas continúan en pleno proceso de crecimiento y maduración. Cuando pasan por los quince (15) años, en general ya están más adaptados a los cambios de su cuerpo y hay mayor aceptación de su imagen corporal, pero sus estados de ánimo siguen alterados porque ellos y ellas se sienten poderosos, con todas las capacidades para enfrentarse a la vida y a sus riesgos. Por su parte las personas adultas creen poco o no creen en los y las adolescentes, ni en sus criterios y decisiones, lo que profundiza las contradicciones con los adultos incluidas sus familias, y se incrementa el desafío a la autoridad.

Para los adolescentes con discapacidad, esta es una etapa compleja, ya que por las diferencias que los caracterizan pueden sentirse excluidos de las dinámicas sociales con sus pares sin discapacidad. El empoderarse de su realidad, de quienes son, es de gran importancia para asumir su paso a la vida adulta.

Con el tiempo va retornando la calma: hacia el final de la adolescencia, cerca de los diecisiete (17) años, y dependiendo en gran medida de las oportunidades para fortalecer su autonomía, logran mayores habilidades para el control de sus impulsos, para tomar decisiones y resolver conflictos estableciendo sus propios límites. Consolidan el logro de la identidad personal, tienen más claridad sobre sus planes de estudio y trabajo, alcanzan mayor capacidad de autocuidado y cuidado mutuo, suelen tener su “primer amor verdadero” y buscan más estabilidad en las relaciones de pareja, bien sean con personas de otro o de su mismo sexo.



En muchos casos, la sobreprotección por parte de sus padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos hacen que sus habilidades para tomar sus propias decisiones y resolver conflictos no se desarrollen, ya que dichas decisiones son tomadas por otros y no por ellos mismos.

Para algunos padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos esta etapa representa un duelo, una especie de extrañamiento en el cual “desconocen a sus niños y niñas”, pero para ellos también implica desprenderse de las seguridades que le daban su niñez, sus juegos, amigos, amigas, sus juguetes, para aceptar que sus cuerpos, emociones, maneras de pensar y hacer, cambian y ello implica conflictos y silencios.

### Ojos que ven... corazón que siente

- Recuerde que los que hoy somos adultos, ayer fuimos adolescentes y esto implica ponerse en el lugar de ellos, en esta etapa; y ser capaces de revisar las prácticas de crianza para lograr reconocerlos, aceptarlos y relacionarse con ellos y ellas como personas con derechos, con necesidades y expectativas particulares.
- Confíe en que, al finalizar la crianza y el proceso de formación de los adolescentes sí estuvo basada en relaciones afectivas, en el reconocimiento, confianza y respeto mutuo, ellos tendrán herramientas para concretar sus proyectos de vida, logrando objetivos importantes para su vida personal, afectiva y sexual en la adultez, lo cual les permitirá:
  - Identificar y vivir de acuerdo a sus propios valores; tomar responsabilidades por su propio comportamiento.
  - Tomar decisiones asertivas y desarrollar un pensamiento crítico.

- Tener claro que su desarrollo humano incluye la sexualidad.
- Interactuar con todos los géneros de manera respetuosa y apropiada.
- Afirmar su propia identidad de género y orientación sexual respetando las de los demás.
- Apreiciar su propio cuerpo y disfrutar de su propia sexualidad a lo largo de la vida expresándola en formas congruentes con sus propios valores.
- Expresar amor e intimidad de formas adecuadas.
- Desarrollar y mantener relaciones significativas evitando relaciones de explotación, manipulación o subordinación.
- Mostrar habilidades para la comunicación que le permitan relacionarse con familia, amigos, amigas y parejas.
- Identificar y apropiarse herramientas de auto-control que faciliten la expresión y manejo de sentimientos y emociones en diferentes contextos.

La experiencia: todos los seres humanos vinimos a hacer un aprendizaje y para ello desde antes de nacer fuimos organizando nuestro equipaje con capacidades y limitaciones, las cuales vamos nutriendo de distintas maneras reconociendo que todas las relaciones y las crisis son oportunidades para vivirlas desde el sentimiento del aprendiz. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

## B. ¡Yo solo le digo que se cuide... usted verá!

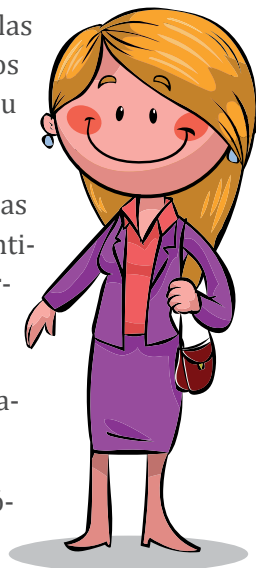
“Daniel sirvió dos tragos...Me dijo que estaba linda, me abrazó y empezamos a besarnos mientras sonaba un helicóptero en la canción... su sonido se fue metiendo entre mi piel, martillando entre mi cabeza y aturdiendo mis emociones ...nos seguimos besando con más fuerza y yo me dejé llevar por unos abrazos salvajes...sólo quería gustarle y que me amara así, con esa intensidad, también quería parar, quería tomar un poco de aire para controlar mejor lo que pasaba, pero no me atrevía, a la vez me sentía bien en ese descontrol, o sea, no sabría explicarlo...” Yolanda Reyes

Los seres humanos somos seres sexuados desde que nacemos hasta que morimos, entonces: ¿por qué es difícil para los adolescentes entender que son seres sexuados, o es difícil para los padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos entenderlo?

Hay que tener certeza de que sus experiencias amorosas, afectivas y eróticas no se concentran exclusivamente en tener relaciones sexuales, pues lo esencial para ellos y ellas en esta etapa de sus vidas es explorar sus cuerpos y sus emociones como camino para afianzar su identidad.

Sin embargo, lo más seguro es que ellos y ellas tendrán relaciones sexuales con o sin el consentimiento de su familia. Por lo tanto, lo más importante, antes que prohibir y amenazar, es educar y formarlos para el ejercicio de una sexualidad autónoma, es decir: plena, sana, responsable, placentera y segura.

Como se ha visto desde el principio de este módulo, este es un aprendizaje que viene desde



la niñez. Pero es claro que no solo debe darse información a los adolescentes sobre el tema, sino que padres, madres, cuidadores,

### Recuerde...

El amor... todos y todas lo vivimos, tenemos la duda y la certeza de ¿qué es el amor? cada amor es único, diferente, cambia con la vida, con las personas que nos encontramos, nos plantea dilemas, acertijos, duelos, formas de estar y ser. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

### Ojos que ven... corazón que siente

Tenga en cuenta que todas las formas de cuidado, protección, formación y educación que se realiza en la adolescencia son buenas prácticas para el bienestar y la salud incluida la salud emocional, sexual y reproductiva. Entre los aspectos que deben conversar con ellos y ellas se incluyen los siguientes:

- La prevención es una responsabilidad de la pareja, no solamente de la mujer.
- Los embarazos en mujeres menores de 15 años son un riesgo muy grande para la vida de la adolescente y del bebé, pues su cuerpo y su mente no están lo suficientemente maduros y fuertes.
- Para el caso de niños, niñas y adolescentes, la única forma de prevenir embarazos no está en practicar la esterilización, ya que esta conlleva a la vulneración del ejercicio del derecho a tener una familia. La esterilización debe ser un proceso que se lleve a cabo con la autorización de las propias personas con discapacidad, debe ser una decisión informada. Se debe tener presente que la esterilización no es la única forma de prevenir embarazos, ya que esta los previene de manera radical haciendo más vulnerables a las niñas y

adolescentes a quienes se les practica, de experimentar violencias sexuales y de contraer enfermedades de transmisión sexual.

- Todo acto sexual con menor de catorce (14) años es considerado violencia sexual y por ende es definido por la ley como un delito, por lo tanto, no debería haber ninguna mujer embarazada a estas edades.
- Los embarazos en mujeres entre quince (15) y diecinueve (19) años tienen menos riesgos para la salud, pero madres y padres requieren estar preparados emocionalmente y contar con los recursos necesarios para asumir esa gran responsabilidad.
- Para prevenir los embarazos a temprana edad, hay dos opciones y decisiones: no tener relaciones sexuales o utilizar métodos anticonceptivos. Como se trata de respetar cualquier decisión de los y las adolescentes, hay que darles a conocer los métodos de anticoncepción para que puedan escoger y eso requiere de la asesoría especializada, porque hay muchos, no todos son efectivos y algunos no son recomendables para las adolescentes. Asimismo, es clave identificar los métodos “naturales” (aspirina, luna llena, coito interrumpido, el ritmo), pues ninguno de estos tiene una efectividad científicamente comprobada, no son confiables y decidir usarlos puede generar riesgos para la salud y el bienestar de quienes los usan.

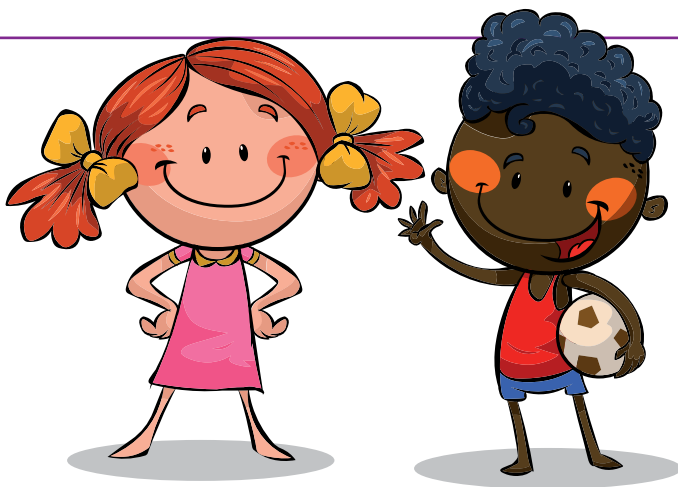
### Ojos que ven... corazón que siente

- Los adolescentes tienen el derecho a opinar sobre las decisiones que los afecten, tienen derecho a tomar decisiones con apoyo por parte no solo de sus padres,



madres, cuidadores, docentes o agentes educativos, sino de profesionales expertos en el tema.

- Promover que siempre que tengan relaciones sexuales con contacto genital, utilicen el condón pues además de prevenir embarazos, es la medida más efectiva para evitar las infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH.
- Infórmeles que hay dos medidas de emergencia para la prevención de embarazos que forman parte de los derechos a la salud sexual y reproductiva de todas las colombianas, incluidas las mujeres adolescentes:
  - Anticoncepción de emergencia o pastilla del día después que se utiliza hasta 72 horas luego de una relación sexual no protegida o cuando se presenta un fallo en el método de anticoncepción utilizado.
  - Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE) cuando la salud física o mental de la madre está en peligro, cuando la vida del feto es inviable por enfermedad o malformaciones o cuando el embarazo es producto de un abuso sexual.



docentes y agentes educativos deben informarse para brindar una información adecuada. ¿Cuáles cuidados van a promover? ¿De qué necesitan hablarles? ¿Quiénes pueden ayudar en esta tarea?

#### D. ¡Entre amores y desamores

“Mamá tampoco entiende qué le veo yo a ese muchacho que no aporta nada, que no me conviene. Yo no sé qué le veo, yo sólo sé que un día lo vi, que yo estaba en los 15 de Paula, que tenía un vestido y un amor, que tenía una vida por delante y un mundo armado y que todo me cambió... Yo tampoco sé si era un ángel o un rubí, yo a veces creo que no es un ángel sino un demonio que me empuja a donde él quiere, pero no tengo más remedio que seguirlo, no tengo más remedio que quedarme al lado del teléfono, esperando que se digno llamarme” Yolanda Reyes

### Pretextos para conversar

La organización de la vida afectiva, social y sexual de los y las adolescentes forma parte del ejercicio de su libertad y autonomía.

En esta edad, ellos y ellas están afianzando sus propios sentimientos, ensayando roles de pareja, siendo esta una experiencia que puede cambiarles sus proyectos de vida, bien hacia el encuentro con el amor basado en el respeto, la confianza, la solidaridad, la igualdad, o por el contrario, en una experiencia amarga y dolorosa de la cual pueden salir llenos de desesperanza frente al amor, desconfianza frente a las otras personas y en ocasiones con consecuencias lamentables derivadas de la violencia y los malos tratos. Por eso, es importante que los adolescentes con discapacidad, así como sus pares, estén empoderados acerca de quiénes son, para que puedan tomar decisiones seguras.

En el mundo en que adolescentes y jóvenes están viviendo, es común que todavía se le den significados diferentes al amor depen-

diendo de si es una mujer, un hombre, y ni se diga, cuando manifiestan una orientación homosexual.

De las mujeres se espera recato, ternura, fidelidad, entrega, compromiso y por encima de todo, preservar su virginidad; en los hombres no se ve mal que sean coquetos, tengan varias novias: “unas en serio y otras para rumbiárselas”, que tengan relaciones sexuales para mostrar que son varones, pero eso sí que no vayan a embarazar a ninguna. El amor y los noviazgos entre adolescentes homosexuales se califican siempre como anormalidad, vicio, enfermedad o pecado.

Cuando estas ideas orientan las acciones de cuidado y crianza terminan por hacer mucho daño a todos y todas, pues impide que cada persona tenga la oportunidad de vivir, experimentar y aprender del amor, el noviazgo, la vida en pareja en condiciones de igualdad y respeto, libre de barreras, de prejuicios y discriminación. Las experiencias amorosas y de pareja de los adolescentes pueden ser fuente de tensión y conflictos, pero el arte es conver-

### Ojos que ven... corazón que siente

- Posibilite espacios amables y seguros que faciliten las conversaciones con los adolescentes sobre amores, desamores, temores, alegrías y dolores.
- Escuche con verdadero interés, evite la cantaleta y las frases que maltratan y ofenden: “es que ese muchacho que tiene de novio hasta mariguano será” ...” usted no está en edad para esas cosas de noviecitos, dedíquese a estudiar es lo que ha de hacer” ...” vea a ver si se deja acomodar un embarazo de esa muchachita con la que anda” ...” le queda terminantemente prohibido ir a la fiesta con esa compañía...” (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)

- Evite dar consejos sin sentido y hacer comparaciones inapropiadas que les puedan crear falsas expectativas e inseguridad, afectando su capacidad de analizar y decidir: “Mire que su amigo sí se consiguió una noviecita muy juiciosa, muy de la casa... en cambio esa que usted tiene...”, “haga como yo, que mantenía a raya a su papá y mire los años que llevamos...”
- Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad deben ser reconocidos como pares y se debe superar la mirada en donde se ve a las personas con discapacidad como “menos”.
- Converse y comparta experiencias que les ayuden a comprender las múltiples posibilidades que la vida brinda para experimentar relaciones, entendiendo que todos los sentimientos no son iguales, que toda atracción no termina en enamoramiento, que el hecho de estar enamorado o enamorada no significa que ya hay noviazgo y que no siempre los noviazgos son para toda la vida.
- Refuerce la idea que cualquiera que sea la relación que establezcan, en cualquier nivel de intimidad, ésta debe ser placentera, basada en la igualdad, la confianza y el respeto mutuo.
- Hágalos comprender que, en nombre del amor, NUNCA permitan expresiones ni comportamientos que atenten contra su dignidad, tranquilidad, ni seguridad. Nadie los puede obligar a continuar con una relación que les haga daño o en la que ya no quieren estar.
- Hágalos comprender que, en nombre del amor, NUNCA permitan expresiones ni comportamientos

tos que atenten contra su dignidad, tranquilidad, ni seguridad. Nadie los puede obligar a continuar con una relación que les haga daño o en la que ya no quieren estar. Hágales comprender que, en nombre del amor, NUNCA permitan expresiones ni comportamientos que atenten contra su dignidad, tranquilidad, ni seguridad. Nadie los puede obligar a continuar con una relación que les haga daño o en la que ya no quieren estar.

### Ojos que ven... corazón que siente

- Refuerce en los adolescentes que, si en sus relaciones ocurre alguna de las siguientes situaciones\*, no se queden callados, sino que se alejen y busquen ayuda, confiando en la protección que pueden brindarles los padres, las madres, los cuidadores, los docentes o agentes educativos:
  - Insultos, gritos, ofensas.
  - Chistes despectivos, burlas, humillación.
  - Intentar controlar las relaciones con amigos, amigas, familia.
  - Exigir acceso o control al celular, Facebook y otras redes virtuales.
  - Criticar o controlar la forma de vestir.
  - Comparar de manera destructiva con otras personas.
  - Caricias agresivas que hagan daño.
  - Presión para mantener relaciones sexuales.
  - Obligar a asumir conductas y actos que no se desean.
  - Celos, amenazas para terminar la relación.

- Estén siempre atentos a los cambios de comportamiento y estados de ánimo de los adolescentes para brindar apoyo, porque es usual que las personas, incluso adultos y adultas, tengan dificultad para reconocer y aceptar que están siendo afectados por una relación violenta, ya que nadie espera ser agredido por la persona que ama.
- Acompañe y comprenda a los adolescentes cuando terminen con sus parejas, evitando minimizar sus sentimientos con expresiones como: “no te preocupes”, “ella se lo pierde”, “ya verás cómo mañana se te va a pasar y te vas a estar riendo”, “hay tantos hombres en el mundo”, “no llores...” \*\*. El dolor y la angustia que experimentan por la pérdida es grande y necesitan expresarla.

\* Tomado de: Relaciones afectivas en la adolescencia. Amor vs Violencia. Defensoría del Pueblo, Plan Nacional en Materia de Derechos Sexuales y Reproductivos, Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA). Caracas-Venezuela. 2013. P. 11 y 12

\*\* Tomado y ajustado de: <http://goo.gl/4AKRUv> El adolescente y las relaciones de pareja [citado noviembre 14 de 2015]

tirlas en oportunidades para el diálogo y la negociación partiendo de la comprensión de las necesidades, preocupaciones y expectativas de cada situación particular.

#### D. Estamos embarazados... ¿qué hacemos? “Voy a ser padre y madre adolescente”

“Cuidarla tanto para que ahora me salga con esto” ... “Tanto que le dije y no hizo caso” ... ¿Por qué abrió las piernas si ya se le había advertido?” ... “Se le acabó la vida” ... “la embarró” ... “Yo sabía que, si usted seguía así, iba a meter las patas” ... “Yo le dije que no fuera a salir con cuentos” ... “Eso no es un

12. Tomado informe del taller Árbol de la vida “Maternidades y paternidades” Secretaria de Salud. Bogotá, abril 2011, p. 22

juego, eso es para toda la vida” ... “Póngase a trabajar para que responda” ... “¡Ese hijo si es suyo!” ... “Ahora a responder, el hijo es de los dos, ella no lo hizo sola” ... “Quien lo mandó, yo le dije cuídese, disfrute, pero cuídese”<sup>12</sup>

## Pretextos para conversar

Todas las expresiones con las que se inició éste literal, son frases que pronunciaron padres, madres, cuidadores, docentes o agentes educativos cuando supieron que alguno de los niños, niñas o adolescentes a su cargo estaba en embarazo. En todas se manifiestan sentimientos de rabia, tristeza, decepción, además señalan el camino de la desesperanza y la frustración asumiendo que es el fin del proyecto de vida para la niña o adolescente que “se dejó embarazar”.

Sin embargo, en esta misma sociedad predomina el machismo, y se sigue considerando que la mujer es la única responsable de cuidarse para no embarazarse y si no lo logra, se le considera culpable del embarazo. Por lo tanto, debe enfrentarse al hecho de ser madre sola ya que con frecuencia el padre no se responsabiliza por el hijo o hija que procreó, lo que se vuelve un drama que aumenta los problemas económicos, afectivos y emocionales de la mujer.

Por otro lado, muchos estudios científicos han demostrado que la madurez de los seres humanos es un proceso que requiere cierto número de años y de condiciones favorables para que se alcancen los niveles de desarrollo físico, emocional e intelectual que le permitan asumir gradualmente responsabilidades. Dado que el cuidado y la crianza de niños y niñas es de alta responsabilidad, se espera que las y los adolescentes pasen primero por ese proceso de maduración antes de asumir la crianza de otros niños y niñas.

La realidad muestra que las condiciones de pobreza y de marginación social en que viven muchas y muchos adolescentes no les permiten alcanzar el sueño prometido de estudiar y ser

profesionales, para llegar a “ser alguien” como suele decirse. A lo anterior se agrega que muchos carecen de ambientes familiares amorosos y protectores, teniendo que enfrentarse no en pocos casos al abandono, la violencia o el abuso. En esta particular situación, un embarazo puede convertirse para estos chicos y chicas en su único proyecto de vida y en la oportunidad soñada de escaparse de esos ambientes maltratadores.

Se ha identificado que después del primer embarazo en la adolescencia, es más probable que se presenten otros, muchas veces antes del primer año del hijo, lo que no solo pone en riesgo la salud y la vida de la adolescente, sino que la aleja cada vez más de buscar sus propias realizaciones en la vida. Prevenir el primer embarazo en la adolescencia es una labor que empieza desde la crianza y la educación sexual que se brinda a los niños y las niñas desde sus primeras etapas.

Prevenir el segundo y los siguientes es una tarea que se debe realizar inmediatamente después del primer parto, e implica brindar asesoría y acceso a métodos de anticoncepción a la madre y padre adolescente, continuar brindando educación sexual y oportunidades para que retomen sus estudios, se vinculen a actividades sociales, artísticas, deportivas o laborales según sus propias expectativas.

### Recuerde...

Todo embarazo debería ser una opción y no una obligación.

Por eso una responsabilidad de la sociedad entera es garantizar las condiciones para que la crianza de niños, niñas y adolescentes les permita un desarrollo armónico de todas sus capacidades y alcanzar de esta manera la autonomía necesaria para tomar sus propias decisiones, entre ellas, si quieren o no quedar embarazados y asumir la responsabilidad compartida del cuidado y la crianza. (ICBF; UNICEF; SINERGIAS, 2015)



## Ojos que ven... corazón que siente

- Cuando un niño, niña o adolescente de su familia o establecimiento educativo quede en embarazo, brinde apoyo y compañía para convertirse en una red afectiva, emocional y material que facilite las condiciones para que pueda asumir su maternidad, paternidad y futura crianza.
- En caso de ser una adolescente menor de catorce (14) años, deben activarse las rutas para garantizar el restablecimiento de sus derechos, y el acompañamiento y protección integral que se requiere.
- Recuerde que el embarazo no es una enfermedad, pero requiere cuidados que la familia puede proporcionar de acuerdo con sus posibilidades como: condiciones dignas e higiénicas de la vivienda, adecuada nutrición, búsqueda y acompañamiento a los controles médicos, soporte económico y apoyo emocional.
- Para el caso de niñas y adolescentes embarazadas con discapacidad, se requiere de un acompañamiento específico que garantice las condiciones de salud tanto para la madre como para el bebé.
- Tenga en cuenta que a las mujeres adolescentes en embarazo se les deben garantizar sus derechos, de modo que ellas puedan continuar con su vida cotidiana y sus proyectos, sin dejar de asumir las responsabilidades frente a su maternidad. Los principales derechos son:
  - Derecho a la educación: los colegios no pueden expulsar ni discriminar a ninguna mujer adolescente por motivo de su embarazo.

- Derecho a la salud: se debe asegurar el acceso a servicios oportunos y de buena calidad para la atención durante el embarazo, el parto y el postparto, incluyendo asesoría para la lactancia y la anticoncepción en los servicios de salud amigables para adolescentes y jóvenes.
- Derecho a la alimentación para ella y su bebé.
- Derecho a la protección para ella y el bebé mediante los servicios sociales y de apoyo para el cuidado y la crianza.
- Refuerce el mensaje niños, niñas y adolescentes que el embarazo y la crianza no es solo responsabilidad de la mujer, sino que siempre es un asunto de dos, por eso se debe vincular al padre para que ejerza una paternidad responsable.
- Reflexione, promueva y apoye el ejercicio de la vinculación entre padre e hijo o hija en la crianza y la atención integral del niño o niña. Lo cual implica que el padre y/o madre:
  - Esté presente no solo aportando la cuota alimentaria, sino haciendo parte activa de la crianza amorosa y responsable de sus hijos e hijas, aunque no viva con la madre.
  - Reconocer su capacidad para ser cuidador.
  - Dedicar tiempo para educar, acompañar, jugar, hacer parte de las labores de cuidado, higiene, alimentación y oficios domésticos.
  - Brindar buenos tratos a la madre y a su bebé para con

### 3. Objetivos del módulo

- A. Promover el conocimiento y la conciencia en todos los participantes (niños, niñas, adolescentes, padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos) sobre los derechos sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes.
- B. Desarrollar conocimientos básicos en niños, niñas, adolescentes, padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos sobre los aspectos esenciales para el desarrollo integral de los seres humanos en temas relacionados con el cuerpo, la sexualidad, la vivencia de las emociones, las relaciones de género, los derechos sexuales y los derechos reproductivos contemplando el enfoque diferencial.
- C. Identificar de la mano de niños, niñas, adolescentes, padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos la manera más acertada de abordar temas relacionados con los derechos sexuales y reproductivos, de manera que sea posible promover las decisiones informadas y alternativas de protección adecuadas para evitar un embarazo a temprana edad o una enfermedad de transmisión sexual.
- D. Debatir con los niños, niñas, adolescentes, padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos sobre los posibles prejuicios que existen en torno a los derechos sexuales y reproductivos, y cómo estos pueden afectar el desarrollo y autonomía de niños, niñas y adolescentes.



### 4. METODOLOGÍA

## I. Aspectos previos a tener en cuenta para implementar la metodología (Sesión de formación # 3)

<b>Sesión de formación # 3</b>		<b>MÓDULO TEMÁTICO NO. 3 - DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS Y PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA SESIÓN No. 3</b>	
<b>Cronograma general de la sesión</b>	<b>Actividad</b>	<b>Tiempo</b>	
	Reflexiones iniciales - Actividad de presentación	20 minutos	
	Actividad 1. Autorretrato	65 minutos	
	Receso	20 minutos	
	Actividad 2. ¿Qué es y que no es sexualidad?	60 minutos	
	Reflexión final - Cierre - conclusiones	15 minutos	
	<b>TOTAL (3 horas)</b>	<b>180 minutos</b>	
<b>Organización de los insumos para el desarrollo de las actividades</b>	<p>El facilitador deberá preparar previamente a la sesión de formación los siguientes insumos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hojas blancas</li> <li>Revistas, periódicos.</li> <li>Tijeras.</li> <li>Pegante.</li> <li>Esferos</li> <li>Marcadores</li> <li>Crayolas o colores</li> </ul>		

**Referentes teóricos**

Es indispensable que el facilitador haga una lectura previa de los siguientes documentos:

- Documento del Modelo de Enfoque Diferencial de Derechos del ICBF.
- Módulo 3: Derechos Sexuales y Reproductivos y Prevención del embarazo en la adolescencia
- Manual Operativo de la Estrategia.

## II. Desarrollo metodológico (Sesión de formación # 3)

Actividad / Tiempo (min/total)	Rol del facilitador (a)	Rol de los y las participantes	Materiales/Ubicación del espacio
Reflexiones iniciales <b>- Actividad de presentación</b> Tiempo: <b>20 minutos</b>	El facilitador dará la bienvenida a los participantes y retroalimentará lo aprendido y las conclusiones de la sesión anterior (módulo de derechos) ya que se trabajará Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos. Además, describirá brevemente los objetivos del módulo (nombrados en el presente módulo).	Se ubican en el lugar y atienden las recomendaciones del facilitador.	El facilitador deberá disponer el salón de tal forma que todos los participantes se puedan ver (mesa redonda) y que cada uno esté sentado en una silla.
Actividad 1. <b>Autorretrato</b> Tiempo: <b>65 minutos</b>	El facilitador indicará a los participantes que en un espacio de 20 minutos a solas en una hoja blanca se haga un auto-retrato. Si prefiere, puede usar recortes de periódicos o revistas. Después, el facilitador (a) debe indicar, que debajo o alrededor del retrato contesten: ¿Cómo es	Participar en la mesa redonda en donde se realizará la Actividad 1. Realizar la dinámica propuesta por el facilitador.	Para la actividad 1 el grupo se reunirá en su totalidad en una mesa redonda.

usted físicamente? ¿Qué le gusta hacer?... ¿Qué le disgusta hacer?... ¿Qué sueños tiene?... ¿Qué le da miedo?... ¿Qué preguntas tenía o tiene sobre su sexualidad?... ¿Alguien ha ayudado a resolverlas?... ¿quién?

Finalmente, en una hoja aparte, el facilitador (a) deberá indicar:

- A los niños, niñas y adolescentes participantes: escribir un pequeño mensaje de cariño, que no haya nunca dicho y que le gustaría expresar ahora a alguno de sus padres, madres, docentes, cuidadores o agentes educativos.
- A los padres, madres, docentes, cuidadores y agentes educativos participantes: escribir un pequeño mensaje de cariño que no haya nunca dicho y que le gustaría expresar ahora un niño, niña o adolescente cercano a su diario vivir.

Seguido a los mensajes, el facilitador indicará a los participantes reunirse en grupos y compartir los relatos de cada uno, para que a su vez y por medio de un relator (previamente elegido por el grupo) se comparta a todos los participantes las conclusiones a las que se llegaron después de compartidas las experiencias.

Con esto y después de escuchar las historias y conclusiones

Necesitará:

- \*Hojas blancas
- \* Revistas, periódicos.
- \*Tijeras.
- \*Pegante.
- \* Marcadores
- \*Colores / Crayolas



que salgan de cada uno de los grupos, el facilitador incitará a la conclusión de la actividad. Es decir que resaltaré la importancia de cada una de las respuestas dadas y hará hincapié en que, así como cada una de estas respuestas son diferentes, así mismo cada uno tenemos respuestas diferentes frente a nuestra sexualidad y a cómo la vivimos; pero aún con esto, a la luz de los derechos TODOS (por más diferentes que seamos) somos iguales y debemos respetar la forma de vivenciar la sexualidad de cada individuo.

### Receso Tiempo: 20 minutos

Actividad / Tiempo (min/total)	Rol del facilitador (a)	Rol de los y las participantes	Materiales/Ubicación del espacio
<p>Actividad 2. <b>¿Qué es y que no es sexualidad?</b></p> <p>Tiempo: <b>60 minutos</b></p>	<p>El facilitador retomará las actividades, e indicará a los participantes ubicarse en círculo, alrededor de unas cintas (previamente pegadas en el piso) que demarcarán dos zonas (la primera que diga SÍ y la segunda que diga NO) así:</p> <p>Acto seguido, se dirige a todos y señala que esta actividad deberá hacerse con mucho respeto y tratando de hacerlo de la manera más sincera posible sin miedo a ser juzgados por los demás.</p> <p>Procederá a explicar la metodología: se harán una serie de</p>	<p>Se ubican en círculo alrededor de las cintas marcadas y que delimitan las dos zonas (“SÍ” y “NO”) y atienden las recomendaciones del facilitador.</p> <p>Conforme a la respuesta que cada participante tenga (“SÍ” o “NO”)</p>	<p>El facilitador deberá disponer el salón de tal forma que todos los participantes se puedan estar de pie y se puedan ver (círculo).</p> <p>Necesitará: *Cinta de enmascarar para delimitar las</p>

preguntas, las cuales deben ser respondidas por los participantes con un SÍ o un NO. Para quienes crean que la respuesta en “SÍ” deberán desplazarse a la zona demarcada con la cinta “SÍ” y los que consideren que la respuesta es “NO” deberán desplazarse a la zona demarcada con la cinta “NO”

Las preguntas propuestas, se dan para conversar acerca de lo que es y no es sexualidad y estas son:

- \*¿Consideran que hombres (niños) y mujeres (niñas) son diferentes?
- \*¿Consideran que los hombres mandan en las relaciones de pareja?
- \*¿Consideran que las mujeres mandan en las relaciones de pareja?
- \*¿Consideran que los hombres mandan en el hogar?
- \*¿Consideran que las mujeres mandan en el hogar?
- \*¿Consideran que los docentes son los únicos que tienen autoridad en el salón de clases?
- \*¿Consideran que solo las mujeres deben encargarse del cuidado de sus hijos e hijas?
- \*¿Creen que los hombres (niños) siempre deben ser rudos?
- \*¿Creen que las mujeres siempre deben ser protectoras?
- \*¿Creen que los oficios del hogar les corresponden solo a las mujeres?

a la pregunta que el facilitador realice, deberá desplazarse a la zona correspondiente.

En dado caso que el facilitador le solicite dar la explicación a la elección de su respuesta, deberá exponer sus motivos frente a los demás participantes que a su vez pondrán atenta y respetuosa atención a la explicación de quién esté hablando.

zonas con letreros: “SÍ” y “NO”.  
\* Marcadores



	<p>*¿Creen que los oficios productivos y remunerados solo les corresponden a los hombres?</p> <p>*¿Consideran importante hablar de sexualidad con niños, niñas y adolescentes?</p> <p>*¿Consideran importante hablar a (con) niños, niñas y adolescentes de métodos anticonceptivos?</p>		
<p>Reflexión final - <b>Cierre - conclusiones</b></p> <p>Tiempo: <b>15 minutos</b></p>	<p>Para cerrar la sesión el facilitador recopilará (en un papel periódico que llevará la sesión siguiente) de parte de los participantes cuáles (según sus aprendizajes) fueron los puntos y temáticas más relevantes de la sesión a finalizar. En dado que los participantes tengan dudas frente a algún término o concepto trabajado deberá dar claridad a la misma.</p> <p>Al terminar las intervenciones de los participantes, el facilitador cerrará con la retroalimentación de la jornada, rescatando los aspectos observados durante la sesión.</p> <p>Además, motivará a los participantes a hacer parte de la próxima sesión en donde se trabajarán conceptos de sexualidad, sexo y los mitos que existen en torno a la temática.</p>	<p>Participar en la mesa redonda en donde se realizará la reflexión final y donde se expondrán los puntos y temáticas más relevantes de la sesión. Si tienen dudas frente a lo visto en la sesión, hacerla</p>	<p>Para la reflexión final el grupo se reunirá en su totalidad en una mesa redonda.</p> <p>Necesitará:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*Papel periódico</li> <li>* Marcadores</li> </ul>



## I. Aspectos previos a tener en cuenta para implementar la metodología (Sesión de formación # 4)

### Sesión de formación # 4

### MÓDULO TEMÁTICO NO. 3 - DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS Y PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA - SESIÓN No. 4

#### Cronograma general de la sesión

Actividad	Tiempo
Actividad de inicio - Retomemos	15 minutos
Actividad 1. STOP de Conceptos	45 minutos
Actividad 2. Juego de Roles	45 minutos
Receso	20 minutos
Actividad 3. Mitos y Realidades	45 minutos
Reflexión final - Cierre - conclusiones	10 minutos
<b>TOTAL (3 horas)</b>	<b>180 minutos</b>

#### Organización de los insumos para el desarrollo de las actividades

El facilitador deberá preparar previamente a la sesión de formación los siguientes insumos:

- Hojas blancas
- Papel periódico con conclusiones de la sesión 3

#### Referentes teóricos

Es indispensable que el facilitador haga una lectura previa de los siguientes documentos:

- Documento del Modelo de Enfoque Diferencial de Derechos del ICBF.
- Módulo 3: Derechos Sexuales y Reproductivos y Prevención del embarazo en la adolescencia
- Manual Operativo de la Estrategia.

## II. Desarrollo metodológico (Sesión de formación # 4)

Actividad / Tiempo (min/total)	Rol del facilitador (a)	Rol de los y las participantes	Materiales/Ubicación del espacio
<p>Actividad de inicio</p> <p><b>- Retomemos</b></p> <p>Tiempo:</p> <p><b>15 minutos</b></p>	<p>El facilitador dará la bienvenida a los participantes y retomará las actividades haciendo un breve recuento de lo concluido en la sesión 3 con base a lo recopilado en el papel periódico construido en el cierre de la sesión anterior.</p>	<p>Se ubican en el lugar y atienden las recomendaciones del facilitador.</p>	<p>El facilitador deberá disponer el salón de tal forma que todos los participantes puedan verlo a él y a las conclusiones de la sesión 3, contenidas en el papel periódico construido anteriormente.</p> <p>Necesitará:</p> <p>*Papel periódico con conclusiones construidas en la sesión 3</p>
<p>Actividad 1.</p> <p><b>- STOP de Conceptos</b></p> <p>Tiempo:</p> <p><b>45 minutos</b></p>	<p>El facilitador indicará a los participantes hacer grupos de máximo 5 integrantes (de acuerdo a la cantidad total de participantes).</p> <p>A cada grupo conformado, el facilitador les dará un pliego de papel periódico y 2 marcadores. Después indicará dividir el</p>	<p>Participar activamente en los grupos conformados y realizar la dinámica propuesta por el facilitador.</p>	<p>Pliegos de papel periódico.</p> <p>Marcadores</p> <p>Cinta pegante</p>

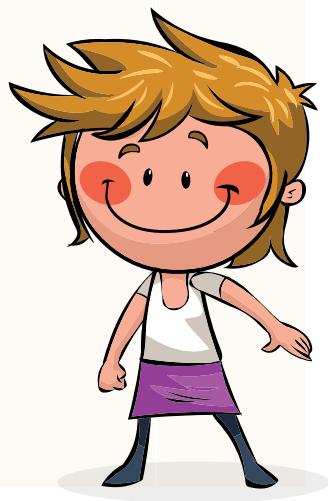
pliego de papel en tres partes iguales, las cuales se utilizarán para jugar “stop” con tres (3) conceptos principales.

El primer concepto que el facilitador dará será **SEXUALIDAD**, los grupos deben escribir siete (7) palabras con las que relacionen el concepto, el grupo que haya completado las 7 palabras deberá gritar “stop” y los demás grupos deberán parar la escritura.

Se procederá a dar el segundo concepto, el cuál será **SEXO**, los grupos deben escribir siete (7) palabras con las que relacionen el concepto, el grupo que haya completado las 7 palabras deberá gritar “stop” y los demás grupos deberán parar la escritura.

El último espacio del papel periódico, será utilizado para el tercer concepto, el cuál es: **GÉNERO**, los grupos deben escribir siete (7) palabras con las que relacionen el concepto, el grupo que haya completado las 7 palabras deberá gritar “stop” y los demás grupos deberán parar la escritura.

Finalizada la dinámica se pegarán en la pared los pliegos de papel, de tal forma que se puedan observar por todos los participantes. El facilitador pedirá elegir un representante de cada grupo para que pase al lado de su respectivo pliego de papel y así poder realizar la evaluación de lo escrito así:



- Se procederá a leer palabra por palabra de aquellas que fueron relacionadas por los grupos frente al concepto de SEXUALIDAD, si una palabra está repetida en varios grupos tendrá un puntaje de 50 puntos, en cambio si una palabra está en un solo grupo, la palabra tendrá un puntaje de 100. Con esto el facilitador podrá observar que tanto están familiarizados los participantes con el concepto; y así podrá dar la correcta definición del mismo. (ANEXO 2)
- Dada la correcta definición del concepto, se procederá a leer palabra por palabra de aquellas que fueron relacionadas por los grupos frente al concepto de SEXO, si una palabra está repetida en varios grupos tendrá un puntaje de 50 puntos, en cambio si una palabra está en un solo grupo, la palabra tendrá un puntaje de 100. Con esto el facilitador podrá observar que tanto están familiarizados los participantes con el concepto; y así podrá dar la correcta definición del mismo. (ANEXO 2)
- Dada la correcta definición del concepto “sexo”, se procederá a



	<p>leer palabra por palabra de aquellas que fueron relacionadas por los grupos frente al concepto de <b>GÉNERO</b>, si una palabra está repetida en varios grupos tendrá un puntaje de 50 puntos, en cambio si una palabra está en un solo grupo, la palabra tendrá un puntaje de 100. Con esto el facilitador podrá observar que tanto están familiarizados los participantes con el concepto; y así podrá dar la correcta definición del mismo. (ANEXO 2)</p> <p>A forma de cierre, el facilitador procederá a realizar una breve conclusión frente a los conceptos aprendidos.</p>		
<p>Actividad 1. <b>Juego de Roles</b> Tiempo: <b>45 minutos</b></p>	<p>De acuerdo a los conceptos aprendidos en la actividad anterior, el facilitador solicitará a los participantes organizarse en grupos de aproximadamente 4 personas.</p> <p>Posteriormente, el facilitador indicará que la actividad consiste en una dinámica en la que se otorgarán al azar distintos roles a los participantes.</p> <p>Acto seguido el facilitador sugerirá pequeñas situaciones de la vida real, a las que los grupos deberán reaccionar haciendo una representación teatral a partir de su rol y de lo ya aprendido y así buscar un desenlace a la situación.</p>	<p>Los participantes deberán realizar la dinámica según el rol asignado. Los demás participantes deberán prestar atención de la representación teatral de sus demás compañeros y aportar comentarios de acuerdo a lo aprendido en la sesión 3 y la actividad 1 de la presente sesión.</p>	<p>Una vez identificados los roles, se les pedirá a los voluntarios que se sienten en las sillas previamente dispuestas en el centro del círculo en el que se encuentran distribuidos el resto de participantes.</p>

El facilitador dará una primera situación y los participantes empezarán la dramatización, la cual conforme a lo considere el facilitador podrá ir añadiendo situaciones para que representes

Las situaciones pueden variar de orden, se pueden modificar según la dinámica de la actividad, se pueden repetir y no deben estar limitadas por el género (Ej. un padre puede adoptar el rol de una niña).

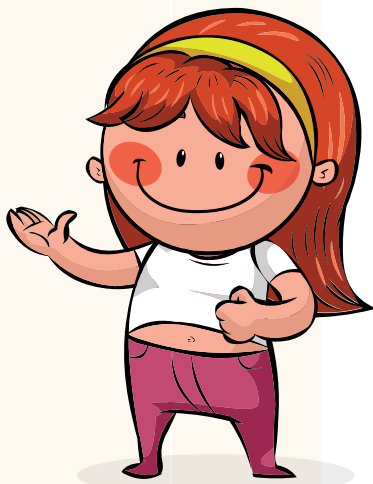
Las distintas situaciones que se proponen para las representaciones de roles aparecen en el ANEXO 1.

**NOTA:** No olvidar los siguientes elementos clave, para recoger al final de la dinámica:

\* No satanizar o querer explicar clínicamente cada comportamiento de los niños y las niñas.

\* Existen comportamientos “normales” para cada edad, en algunos otros hay que prender alarmas.

A manera de cierre, se espera que al final de la actividad el facilitador intente recoger algunos de los momentos clave de la actividad y pueda pedir algunos de los participantes y hacer especial énfasis en las situaciones a las que se enfrentan día a día niños, niñas y adolescentes y la importancia del rol que adoptan padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos.



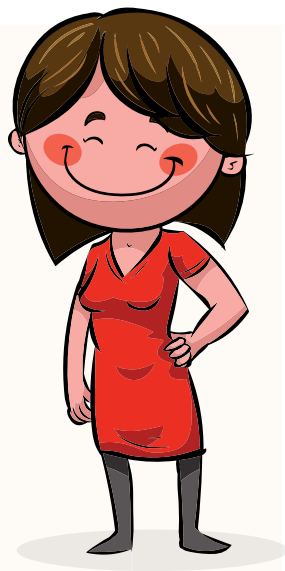
**Receso Tiempo:** 20 minutos

Actividad / Tiempo (min/total)	Rol del facilitador (a)	Rol de los y las participantes	Materiales/Ubicación del espacio																								
<p>Actividad 2. <b>Mitos y Realidades</b></p> <p>Tiempo: <b>45 minutos</b></p>	<p>Previo al inicio de la actividad, el facilitador tendrá que realizar unas fichas en donde se relacionen las parejas de los mitos y realidades contenidos en el Anexo 2. Las tarjetas que sean Mitos al respaldo del texto deberán tener una “M” para reconocerlas. Las tarjetas que sean Realidades al respaldo del texto deberán tener una “R” para reconocerlas.</p> <p>Las fichas con el contenido previsto, deberán ubicarse en el piso, boca abajo y distribuidas aleatoriamente formando un rectángulo (solo se deben ver las “M” y las “R”) y los participantes deben armar las parejas de las fichas correspondientes (es decir una pareja es el mito y la realidad correspondiente). Así</p> <table border="1" data-bbox="344 986 557 1203"> <tbody> <tr><td>R</td><td>M</td><td>R</td><td>R</td></tr> <tr><td>M</td><td>M</td><td>R</td><td>M</td></tr> <tr><td>R</td><td>M</td><td>M</td><td>R</td></tr> <tr><td>M</td><td>R</td><td>R</td><td>M</td></tr> <tr><td>M</td><td>R</td><td>R</td><td>M</td></tr> <tr><td>R</td><td>M</td><td>M</td><td>R</td></tr> </tbody> </table> <p>El facilitador solicitará armar grupos (dependiendo de la cantidad total de participantes).</p> <p>Se empleará la estrategia del juego concéntrese; cada grupo elegirá dos tarjetas (una de</p>	R	M	R	R	M	M	R	M	R	M	M	R	M	R	R	M	M	R	R	M	R	M	M	R	<p>Participar activamente en los grupos conformados y realizar la dinámica propuesta por el facilitador.</p>	<p>Tarjetas de Mitos y Realidades.</p>
R	M	R	R																								
M	M	R	M																								
R	M	M	R																								
M	R	R	M																								
M	R	R	M																								
R	M	M	R																								



“M” y otra de “R”) y las leerá para dar a conocer el contenido a los demás participantes, si la pareja de tarjetas no coincide deberán dejarlas en el mismo sitio de donde estaban ubicadas. Cuando encuentren un par el facilitador hablará con los participantes sobre el mito que aparece y procederá a dar la explicación correcta conociendo de antemano la información que poseen los participantes.

La dinámica se deberá repetir cuantas veces sea necesario hasta destapar todas las parejas o agotar el tiempo.



Reflexión final - **Cierre - conclusiones**

Tiempo:

**10 minutos**

El facilitador empezará por recoger los puntos y conceptos clave del contenido desarrollado en el módulo e incitará a realizar preguntas de lo expuesto durante la sesión de formación.

Posteriormente, traerá los momentos más significativos de las actividades e invitará a los Participantes a hacer comentarios sobre las experiencias vividas y sobre los posibles compromisos adquiridos.

Participar en la mesa redonda en donde se realizará la reflexión final.

Para la reflexión final el grupo se reunirá en su totalidad en una mesa redonda.

## 5. Evaluación

El facilitador debe contar con las encuestas de percepción entregadas por el operador, a través de las cuales se recogen las apreciaciones de los participantes a nivel operativo y técnico teniendo en cuenta los siguientes parámetros relacionados con: logística

(salón, buena iluminación, buena ventilación) actividades realizadas, contenidos desarrollados, manejo y dominio de la temática por parte del facilitador. Esta información puede ser diligenciada escogiendo una muestra aleatoria que involucre a niños, niñas, adolescentes, padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos o puede ser grupal.

Posterior a la sesión, el facilitador deberá diligenciar el formato Conclusiones de las sesiones de formación, de acuerdo con lo expuesto en el Manual Operativo de la Estrategia y anexando el listado de asistencia de los participantes y los registros fotográficos respectivos.

## Bibliografía

- Defensoría del Pueblo, Plan Nacional en Materia de Derechos Sexuales y Reproductivos, Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA). Relaciones afectivas en la adolescencia. Amor vs Violencia. Caracas-Venezuela, 2013.
- Defensoría del Pueblo, Profamilia, Organización Internacional para las Migraciones. De la A a la Z en Derechos Sexuales y en Derechos Sexuales y Reproductivos. Para funcionarios y funcionarias con énfasis en violencia intrafamiliar y violencia sexual. Bogotá, Colombia, 2007.
- Fundación los Pisingos. Por una vivencia sana de la sexualidad. Las huellas de una experiencia. Bogotá, 2007.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia – UNICEF, SINERGIAS Alianzas estratégicas para la salud y el desarrollo social. Re-Conociendo la Sexualidad en niños, niñas y adolescentes. Acciones cotidianas para la promoción de los Derechos Sexuales, los Derechos Reproductivos y la Prevención del Embarazo en Adolescentes”, Bogotá, Colombia, 2015.

- Ley 1346 de 2009 por medio de la cual se aprueba la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad.
- Micolta, Amparo. Apuntes históricos de la paternidad y la maternidad. Biblioteca Digital Uni Valle. Valle del Cauca, 2008.
- Ministerio de Salud y Protección Social, Profamilia, Organización Internacional para la Migraciones – OIM. Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos. Bogotá, Colombia, 2016.
- Plan International. Oficina Regional para las Américas. -ROA. Guías para la facilitación de procesos educativos integrales en sexualidad para Adolescentes y Jóvenes. Panamá, 2014
- Rico, Nieves. Violencia de Género: Un Problema de Derechos Humanos. CEPAL Unidad Mujer y Desarrollo, 2006
- Secretaria de Salud de Bogotá. Informe del taller Árbol de la vida “Maternidades y paternidades. Bogotá, 2011.



## ANEXO 1

## JUEGO DE ROLES

## Juego de roles No. 1

- Voluntario 1: Alejandra, adolescente de 16 años embarazada.
- Voluntario 2: Rocío, madre de Alejandra.
- Voluntario 3: Esteban, novio de Alejandra.
- Voluntario 4: Octavio, padre de Esteban

**Situaciones propuestas:**

- Alejandra supo que estaba embarazada hace más de dos meses, sin embargo, no se había acercado a nadie para contárselo. Rocío se dio cuenta de la situación al ver que la caja de toallas higiénicas de Alejandra seguía sin usar. Rocío decide enfrentar a Alejandra en una noche, en la comida familiar.
- El novio de Alejandra (Esteban) le contó de su embarazo a su papá (Octavio), quién asegura que ese “problemita” era solo de Alejandra.
- Alejandra es una de las mejores estudiantes de su colegio, y por sus excelentes notas, iba a pedir una beca con la ayuda del colegio para estudiar en la mejor universidad del país. Rocío tiene miedo que por estar embarazada no pueda cumplir su sueño.

**Facilitador: no olvidar los siguientes elementos clave, para recoger al final de la dinámica:**

- Alejandra NO se embarazó sola
- Alejandra NO se “tiró la vida” por quedar en embarazo

- ¿Cuál fue la reacción de los padres de Alejandra?
- Acceso y uso adecuado de métodos anticonceptivos
- ¿Alguien en el hogar le habló de sexualidad a Alejandra y Esteban?

## Juego de roles No. 2

- Voluntario 1: Vicente, niño de 8 años.
- Voluntario 2: Pedro, director de grupo del salón de Vicente.
- Voluntario 3: Pablo, padre de Vicente.

### Situaciones propuestas:

- Pablo ha sido citado al colegio de Vicente porque según su director de grupo, Pedro, Vicente se viene comportando desde hace un tiempo de manera diferente, usa palabras obscenas, habla todo el día de actividad sexual e incluso, se ha bajado los pantalones en frente de sus compañeros y compañeras de clase jugando con su pene.
- Aunque Pedro ha intentado manejar la situación varias veces a solas con Vicente, al no tener resultados, decidió escalar el problema al Consejo Directivo del colegio, quienes piensan que se deben tomar medidas fuertes al respecto, incluso incluir al psicólogo en el proceso.
- Pablo está muy angustiado con la situación y a la vez, muy molesto con Vicente, pues la situación se repite también en el ámbito familiar. Hace varios años que Pablo vive sin la mamá de Vicente, y él asegura que esta es la razón de sus comportamientos.

**Facilitador: no olvidar los siguientes elementos clave, para recoger al final de la dinámica:**

- Hablar de sexo no es lo mismo que hablar de genitalidad

- Es importante indagar por qué y de donde Vicente saca las palabras y actos obscenos que está empleando.
- ¿Qué significa, tomar medidas fuertes?
- La crianza de niños, niñas y adolescentes frente a los temas de Sexualidad está en cabeza de padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos.
- ¿Alguien ha persuadido a Vicente, que su cuerpo es algo íntimo y no debe exponerlo al público?

### Juego de roles No. 3

- Voluntario 1: Margarita, niña de 16 años con discapacidad física.
- Voluntario 2: Daniel, padre de Margarita.
- Voluntario 3: Gustavo, novio de Margarita.
- Voluntario 4: Josefina: Psicóloga del colegio donde estudia Margarita

#### Situaciones propuestas:

- Daniel ha sido citado al colegio a donde asiste Margarita, ya que la psicóloga (Josefina) está muy preocupada al evidenciar que Margarita y Gustavo han tenido comportamientos “extraños” al expresar sus sentimientos al verlos darse un beso y en varias ocasiones verlos cogidos de la mano.
- Margarita expresa su intención de querer empezar su vida sexual con Gustavo.
- Josefina acusa a Gustavo de querer aprovechar de la “condición” de Margarita ya que ella no está en la capacidad de tomar ese tipo de decisiones.
- Daniel decide hablar con Margarita de sus deseos y procede a explicar y exponer los derechos con los que ella cuenta y así pueda tomar una decisión de su vida sexual.

**Facilitador: no olvidar los siguientes elementos clave, para recoger al final de la dinámica:**

- Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad son seres sexuados.
- Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad tienen derecho a elegir ya que como sus pares tienen preferencias.
- Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad no están enfermos.
- Los niños, niñas y adolescentes con discapacidad tienen derecho a acceder a información veraz, eficiente y confiable.

## ANEXO 2

### CONCEPTOS

SEXUALIDAD:

Es una dimensión de nuestra identidad que es transversal a toda nuestra existencia como seres humanos y que es fundamental en nuestro desarrollo y bienestar integral.

La sexualidad abarca cómo nos sentimos, nos identificamos y nos relacionamos en función de nuestro sexo, género y orientación sexual. \*

\* Definición adaptada de los conceptos de Elvia Vargas-Trujillo

SEXO:

Conjunto de características genéticas, anatómicas, fisiológicas, hormonales que permiten categorizar a las personas en hombres, mujeres o intersexuales. (Vargas Trujillo, 2012)

#### LO QUE SOMOS BIOLÓGICAMENTE

SEXO		
Hombre	Mujer	Intersexual
Categoría sexual que se le asigna a la persona al nacer cuando la apariencia externa de sus genitales corresponde a lo que denominamos pene y testículos.	Categoría sexual que se le asigna a la persona al nacer cuando la apariencia externa de sus genitales corresponde a lo que denominamos vulva.	Categoría sexual que se le asigna a personas que tienen características anatómicas correspondientes a los dos sexos reconocidos en el ámbito biomédico y en la mayoría de las culturas (hombre/mujer) o cuyos genitales no son fácilmente identificables al momento del nacimiento. Se calcula que en 1 de cada 4500 nacimientos se observan genitales que no son fácilmente clasificables por el personal de salud, razón por la cual no es posible asignar alguna de las categorías sexuales socialmente establecidas (hombre o mujer).

Tomado de: Revista National Geographic, Vol 40. Enero de 2017

GÉNERO:

Las normas, actitudes, valores, expectativas y roles que la cultura asigna a las personas por ser hombres o mujeres. (Vargas Trujillo, 2007)

#### Lo que se aprende a ser y a hacer

Expresión del Género		
Femenino	Andrógino	Masculino
Presentación en formas que una cultura asocia con ser mujer.  Representa las características, los comportamientos y los roles que socioculturalmente se le atribuyen a las mujeres.	Una combinación de rasgos masculinos y femeninos, o una expresión de género no tradicional.  Categoría que representa características, comportamientos y roles que integran tanto lo que socioculturalmente se asume que es femenino como lo que se considera masculino.	Presentación en formas que una cultura asocia con ser hombre.  Representa las características, los comportamientos y los roles que socioculturalmente se atribuyen a los hombres.

Tomado de: Revista National Geographic, Vol 40. Enero de 2017



## ANEXO 3

## La educación para la sexualidad, Mitos y Realidades<sup>13</sup>

MITOS	REALIDADES
Niños, niñas y adolescentes no desean hablar sobre sexualidad con padres, madres, cuidadores o agentes educativos.	La mayoría de ellos y ellas, en especial los preadolescentes y adolescentes de mayor edad, aceptan de buen grado las conversaciones sinceras y francas con sus padres respecto a la sexualidad. En muchas ocasiones son los padres, las madres, los docentes o los agentes educativos los que no quieren abordar éstos temas con los adolescentes, y por eso ellos muchas veces toman decisiones incorrectas en relación con su sexualidad, por falta de conocimiento.
Los y las adolescentes de hoy tienen información completa y adecuada sobre sexualidad y saben más que la mayoría de padres y madres.	Muchas investigaciones indican que los y las adolescentes por lo general tienen mucha información sobre lo que escuchan y ven, pero comprenden muy poco. Para lograrlo necesitan la ayuda de padres, madres, cuidadores o docentes. Información brindada por expertos. Los adolescentes con discapacidad tienen el derecho a disfrutar su sexualidad, y hay expertos en el tema que puedan apoyar el ejercicio responsable y seguro de dicho derecho.
La educación sexual es nociva para niños, niñas y adolescentes y los conduce a prácticas precoces.	Los hechos indican que es realmente la ignorancia y no el conocimiento lo que conduce a llevar una sexualidad sin responsabilidad.

13. Los contenidos de los dos cuadros anteriores fueron tomados y adaptados de las siguientes fuentes: a) Cómo hablarles a sus hijos sobre el sexo<sup>9</sup> Scott Talley. Grupo Editorial Norma. b) Diez mitos sobre la sexualidad. UNFPA-Argentina en <http://goo.gl/w07Ur9> nov 27 de 2015 c) BEST, Kim. Los discapacitados también necesitan anticonceptivos. Boletín trimestral de salud. Network en español: Invierno 1999. Vol. 19. N° 2. fuentes: a) Cómo hablarles a sus hijos sobre el sexo<sup>9</sup> Scott Talley. Grupo Editorial Norma. b) Diez mitos sobre la sexualidad. UNFPA-Argentina en <http://goo.gl/w07Ur9> nov 27 de 2015 c) BEST, Kim. Los discapacitados también necesitan anticonceptivos. Boletín trimestral de salud. Network en español: Invierno 1999. Vol. 19. N° 2.

Para hablar sobre sexualidad con niños, niñas y adolescentes, los padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos necesitan contar con una información científica y técnica específica.

Para educar en sexualidad a niños y niñas es de vital importancia desarrollar. Lo importante es crear relaciones de confianza, los niños, niñas y adolescentes con discapacidad tienen muchas dudas y falta de conocimiento respecto a su sexualidad. y respeto por sus necesidades, inquietudes y expectativas. Este debería ser el legado de todos los padres, madres, cuidadores, docentes y agentes educativos para los niños, las niñas y adolescentes. La información técnica que necesitan se puede conseguir fácil y rápidamente.

Lo importante es crear relaciones de confianza, los niños, niñas y adolescentes con discapacidad tienen muchas dudas y falta de conocimiento respecto a su sexualidad.

Los errores cometidos por los padres y las madres, en la educación sexual causan daños irremediables en sus hijos e hijas.

La naturaleza flexible y comprensiva de niños y niñas hace que los errores que usted pueda cometer en su educación sexual no serán fatales. La única respuesta desastrosa o dañina es no dar ninguna respuesta.

No es posible quedar embarazada durante la primera relación sexual.

Se puede quedar embarazada en cualquier relación sexual sin protección.

El jugo de limón es anti-conceptivo pues el ácido mata la esperma.

No existe pruebas de ello, el jugo de limón puede de limón puede alterar el PH vaginal.

Si una mujer está menstruando no puede quedar embarazada.

La mujer puede quedar embarazada incluso si está menstruando porque puede haber ovulaciones en cualquier día del ciclo.

Los y las adolescentes con alguna discapacidad no sienten deseos de tipo sexual.

Investigaciones revelan que adolescentes y jóvenes con discapacidad ejercen su sexualidad de igual manera que sus similares sin discapacidad. Muchos de ellos y ellas inician su vida sexual antes de cumplir la mayoría de edad.

<p>Se puede evitar el embarazo si el hombre retira el pene rápidamente de su vagina</p>	<p>Éste método no es seguro. Se puede calcular mal o no tener en cuenta los fluidos que se encuentran antes de la eyaculación y que contienen espermatozoides además tienen las mismas probabilidades de quedar embarazadas.</p>
<p>Si la mujer no tiene un orgasmo, no hay riesgo de quedar embarazada.</p>	<p>El placer que una mujer tiene durante una relación sexual no tiene nada que ver con la posibilidad de que quede embarazada.</p>
<p>Las personas siempre tienen que estar dispuestas a tener relaciones sexuales con su pareja.</p>	<p>Solamente cuando amas personas quieran. Las relaciones sexuales voluntarias, libres de violencia y de presión, permiten el libre desarrollo de cada persona y de esta manera el disfrute de la relación sexual forzada es considerada abuso sexual o violación y esto está tipificado como un delito; así suceda entre miembros de la pareja estable.</p>
<p>Los condones no son tan efectivos como dicen.</p>	<p>La efectividad del condón o preservativo en la prevención de una infección de transmisión sexual es casi total. El condón o preservativo es el único método que, usado correctamente, además de prevenir un embarazo no planeado, previene las infecciones de transmisión sexual.</p>
<p>El condón disminuye el placer durante la relación.</p>	<p>Esta es una disculpa para no utilizarlo. El condón no disminuye ni afecta el placer sexual, mucho menos si se recurre a los nuevos modelos que existen en el mercado, ultra delgados para potenciar al máximo las sensaciones.</p>
<p>La vasectomía reduce el apetito sexual.</p>	<p>Esta cirugía no daña tejidos relacionados con el deseo sexual.</p>
<p>La masturbación es dañina para la salud de los y las adolescentes, hasta los puede volver locos.</p>	<p>El autoerotismo o masturbación no es perjudicial para el cuerpo ni para la salud mental. Por el contrario, es importante para el desarrollo de la identidad sexual, el autoconocimiento y la autoestima.</p>

El control de la natalidad es cosa de mujeres.

Así como la relación sexual es entre dos, el embarazo atañe a ambos. Por tanto, el control de la natalidad es una decisión que debe tomarse en pareja, así como la elección del método anticonceptivo, para uno u otra.

Los y las homosexuales tienen más trastornos psicológicos que las y los heterosexuales.

Esta idea permanece en la mente de las personas que suponen que la homosexualidad es una enfermedad o trastorno mental. La orientación sexual, sea cual sea, no se debe a nada que se pueda considerar enfermo, ni en sentido orgánico ni psicológico.









### MÓDULO 3

## DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS Y PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA

**INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR**



LÍNEA DE  
PROTECCIÓN A  
NIÑOS, NIÑAS  
Y ADOLESCENTES.  
DENUNCIA • EMERGENCIA • ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:  
**01 8000 91 80 80**  
**[www.icbf.gov.co](http://www.icbf.gov.co)**