

Gender A B C

Programa Educativo
para Educación Secundaria



Salud y derechos sexuales y reproductivos

MÓDULO 11/12

El Proyecto **GenderABC** está coordinado por



y puesto en marcha por



Esta publicación ha sido financiada por el Programa Derechos, Igualdad y Ciudadanía (2014-2020) de la Unión Europea.



Programa Educativo
para Educación
Secundaria

Salud y derechos sexuales y reproductivos

Este módulo educativo ha sido elaborado por **Médicos del Mundo** en el marco del proyecto **GenderABC**.

Índice

Índice	2
Sección I - Introducción	3
1. Finalidad	3
2. Temas principales	4
3. Palabras clave	4
4. Objetivos de aprendizaje	4
5. Listado de actividades	5
Sección II - Actividades	6
Actividad 1: <i>Concurso sobre SDSR</i>	6
• Contexto	6
• Desarrollo	7
• Síntesis	9
Actividad 2: <i>La relación ideal</i>	10
• Contexto	10
• Desarrollo	11
• Síntesis	13
Actividad 3: <i>Derechos sexuales y reproductivos</i>	14
• Contexto	14
• Desarrollo	14
• Síntesis	15
Estructura de la sesión	17
Lista de Módulos	19

Sección I

INTRODUCCIÓN

I. Finalidad

La salud y los derechos sexuales y reproductivos se reconocieron oficialmente en la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo celebrada en El Cairo en 1994 (CIPD), donde se definió la salud sexual como “un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, y no solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o malestar”. Definición que implica necesariamente que “las personas puedan llevar una vida sexual segura y satisfactoria, tengan la capacidad de reproducirse y la libertad de decidir si quieren hacerlo, cuándo y con qué frecuencia”. Además, en relación con la juventud, la CIPD señaló que “se les debe facilitar el acceso a la información y los servicios oportunos para ayudarles a comprender y disfrutar su sexualidad y protegerse de embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual. Situación que debería combinarse con la formación a hombres jóvenes en el respeto a los derechos de las mujeres y en la responsabilidad compartida en materia de sexualidad y reproducción”¹.

Un año después, la IV Conferencia Mundial sobre las Mujeres de Naciones Unidas celebrada en Beijing se convirtió en la primera declaración internacional que incorporó el concepto de derechos sexuales, definiéndolos como aquellos “derechos de las mujeres para controlar y decidir de manera libre y responsable sobre cuestiones relacionadas con su sexualidad, incluida la salud sexual y reproductiva, sin sufrir coacción, discriminación, ni violencia”².

Según una encuesta realizada en 25 países de la región europea de la OMS, aproximadamente el 20% de quienes tienen 15 años han mantenido relaciones sexuales³. La mayoría de la juventud llega a la pubertad habiendo recibido mensajes negativos y contradictorios sobre la sexualidad, que a menudo se intensifican debido a fuentes poco fiables —como sus amistades, o el uso de Internet—, y también por la vergüenza y el silencio de las personas adultas de su entorno que no se sienten preparadas o capacitadas para abordar estos temas. Además, las normas sociales y la discriminación de género influyen directamente en la manera en la que chicos y chicas afrontan la sexualidad y las conductas sexuales de riesgo. Este módulo se centra en combatir los mitos y malentendidos sobre la sexualidad y la salud reproductiva, y en mejorar el conocimiento que la adolescencia tiene de su sexualidad y de los métodos anticonceptivos y de protección y prevención de enfermedades de transmisión sexual, el VIH y los embarazos no deseados.

¹ UNFPA, *Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo Internacional*, El Cairo, 1994, disponible online en: https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/programme_of_action_Web%20ENGLISH.pdf

² ONU, *La IV Conferencia Nacional sobre Mujeres, Plataforma para la Acción*, Beijing, 1995, disponible online en: <https://www.un.org/womenwatch/daw/beijing/platform/health.htm>

³ Centro Federal para la Educación sobre la Salud, BZgA y Red Europea de la Federación Internacional de Planificación Familiar (encargada por), *Sexuality Education in Europe and Central Asia. State of the art and recent developments, An overview of 25 countries [Educación en la sexualidad en Europa y Asia Central. Estado del arte y acontecimientos recientes. Una revisión de 25 países]*, disponible online en: https://www.ippfen.org/sites/ippfen/files/2018-05/Comprehensive%20Country%20Report%20on%20CSE%20in%20Europe%20and%20Central%20Asia_0.pdf

También busca fomentar que el alumnado se exprese libre y abiertamente, desarrollando su autoestima, la aceptación y el respeto de su propio cuerpo y la diversidad de cuerpos y el reconocimiento de sus propias emociones y temores sobre la sexualidad y la reproducción. Al mismo tiempo, el módulo busca desarrollar las habilidades de comunicación y negociación en la juventud con respecto a la salud sexual y reproductiva para poder enfrentarse positivamente a la presión del grupo, prevenir las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y los embarazos no deseados y decidir cuándo y con quién tener relaciones sexuales.

Las actividades propuestas permiten que el alumnado reflexione sobre la influencia que las normas sociales y los mandatos de género tienen en la salud sexual y reproductiva, la expresión sexual y las conductas sexuales de riesgo. Al mismo tiempo que promueven relaciones afectivo-sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

2. Temas principales

- Salud sexual y derechos sexuales.
- Sexualidad.
- Salud reproductiva y derechos reproductivos.
- Normas sociales y estereotipos sexistas sobre la sexualidad.
- Consentimiento sexual deseado.
- Enfermedades de transmisión sexual
- Diversidad corporal.
- Métodos anticonceptivos.

3. Palabras clave

Salud sexual y reproductiva • Sexualidad • Derechos sexuales
Enfoque positivo de la sexualidad • Métodos de protección
Consentimiento viciado vs consentimiento deseado

4. Objetivos de aprendizaje

- Comprender la sexualidad humana en un sentido amplio.
- Prevenir o reducir los embarazos no deseados, el riesgo de contraer el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual.
- Promover el pensamiento crítico, las habilidades de comunicación y negociación sobre salud y derechos sexuales y reproductivos.
- Construir relaciones afectivo-sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.
- Luchar contra los estereotipos de género en las relaciones afectivo-sexuales.

5. Listado de actividades

	 Nombre de la actividad	 Duración total	 Materiales	 Importancia ⁴
1	Concurso sobre salud sexual y reproductiva	45 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas con las palabras-concepto • Pizarra y rotuladores • Lista de términos y definiciones 	☆☆☆
2	Mi relación ideal	45 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Diferentes tipos de papel de colores • Diferentes tejidos/telas • Lana de diferentes colores • Tijeras • Pegamento • Revistas y periódicos • Lápices, rotuladores y ceras de colores • Cuerda/cordón, hilo, pegamento industrial, cepillos, plumas, cinta de raso, lentejuelas, cartulina, cartón, cartón pluma, agujas, corcho, plastilina, rollo de algodón de colores • Pizarra y rotuladores 	☆☆☆
3	Derechos sexuales y reproductivos	45 minutos	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y rotuladores 	☆☆☆

⁴Las actividades están clasificadas de una a tres estrellas, por orden de menor a mayor importancia, es decir, tres estrellas significa que la actividad es muy recomendable.

Sección II

ACTIVIDADES

Actividad I Concurso sobre salud sexual y reproductiva ★★★



Tiempo total de la actividad

45 minutos

Preparación: 5

Realización: 30

Seguimiento: 10



Materiales

Tarjetas con las palabras-concepto

Pizarra y rotuladores

Lista de términos y definiciones

→ CONTEXTO

El objetivo de esta actividad es doble:

- **Describir los principales conceptos relativos a la salud sexual y reproductiva.**
- **Confrontar y combatir algunos de los malentendidos y mitos que existen sobre la salud sexual y reproductiva.**

Esta actividad brinda al grupo la oportunidad de reflexionar sobre lo que ya conocen sobre el tema y resolver las dudas y malentendidos que tengan sobre las enfermedades de transmisión sexual —incluido el VIH—, los métodos anticonceptivos y la sexualidad.

Seleccionaremos los conceptos que vamos a usar de la lista propuesta, teniendo en cuenta la edad de las personas que participan en el taller.

→ DESARROLLO

Esta actividad es un concurso sobre salud sexual y reproductiva que contribuye a generar conocimiento y comprensión sobre las cuestiones relacionadas con este tema. Para realizarla utilizaremos tarjetas con las palabras-concepto.



A Distribuiremos al alumnado en 3 o 4 grupos y daremos a cada grupo 15 tarjetas de conceptos. Les dejaremos 15 minutos para que debatan sobre el significado de cada uno de los conceptos y elaboren sus propias definiciones.



B También recogerán los sinónimos que conozcan de los conceptos, ya sean formales, informales o incluso en lenguaje vulgar.



C Cuando se terminan los 15 minutos, comienza el juego. Cada grupo elige a una persona para que responda a las preguntas en representación del grupo.



D Leeremos una de las tarjetas-concepto y el equipo que dé una palmada primero tendrá el turno para decir su definición y los sinónimos correspondientes. Si la definición es correcta, el grupo gana un punto. Si no, el grupo de su derecha tiene la oportunidad de responder, y así sucesivamente.



E Pediremos al resto de grupos que añadan otros sinónimos que hayan recogido y cualquier otra cuestión que quieran añadir para completar la definición. Continuaremos con el resto de las tarjetas-concepto.



F El equipo con más puntos gana la partida.

Si hay algún concepto que los grupos no definen correctamente, haremos una lluvia de ideas y construiremos la definición de forma colectiva. La idea es tener una lista de conceptos correctos y consensuados con sus sinónimos al finalizar la actividad.

CUERPO	ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL	MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS	SEXO
<ul style="list-style-type: none"> • Acné • Amenorrea • Areola • Pezones • Testículos • Vagina • Erección • Nalgas • Útero • Clítoris • Polla • Semen • Eyacuación • Menstruación • Flácido • Punto-G • Vulva • Himen • Labios • Menopausia • Ovario • Ovulación • Orgasmo • Sueño húmedo • Síndrome pre-menstrual (SPM) • Próstata • Escroto • Esperma • Tampón • Testículos • Tetas • Testosterona 	<ul style="list-style-type: none"> • Clamidia • VIH • Sida • Prueba del VIH • Verrugas genitales • Ladillas • VPH (virus del papiloma humano) • Gonorrea • Herpes genital • Hepatitis C • Sífilis • Tricomoniasis 	<ul style="list-style-type: none"> • Preservativo • Preservativo femenino • Píldora del día después • Píldora • Anillo vaginal • Dispositivo Intra Uterino (DIU) • Diafragma • Inyección anti-conceptiva • Esterilización • Marcha atrás • Espermicida <p>MÉTODOS PERMANENTES E IRREVERSIBLES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vasectomía • Ligadura de trompas <p>OTROS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aborto 	<ul style="list-style-type: none"> • Masturbación • Mamada • Cunnilingus • Consolador • Follar • Hacer el amor • Paja • Ponerse húmedo/a • Cachondo/a • Impotencia • Consentimiento • Lubricante • Libido • Meterse mano • Virgen • Porno • Sexo anal • Sexo seguro

→ SÍNTESIS

Podemos hacer las siguientes preguntas:



- ¿Cómo te has sentido realizando la actividad?
- ¿Qué conceptos han sido más difíciles de definir? ¿Y qué conceptos han sido más fáciles? ¿Qué tipo de conceptos se definieron correctamente? ¿Cuáles se definieron de forma incorrecta?
- ¿Había algunos conceptos que conocían mejor las chicas que los chicos?, ¿y al revés? ¿Por qué crees que es? ¿Cómo se manifiestan las actitudes culturales, sociales y sexuales a través del lenguaje?
- ¿Qué nos muestra el uso del lenguaje sobre nuestras actitudes hacia el sexo?
- ¿Qué diferencias hay entre las palabras utilizadas para hombres y mujeres? ¿Usan los hombres y las mujeres palabras diferentes? Si así fuera, ¿por qué? ¿Hay algunas palabras que sean insultantes? ¿Cuáles?
- ¿Hay algunas palabras más agresivas que otras? Si así fuera, ¿cuáles?

La experiencia, el conocimiento y la comprensión de cada participante pueden variar completamente, así que necesitaremos ofrecer una explicación que retome y aclare todos los conceptos, por lo que es recomendable prepararla con anterioridad.

Es **importante** que combatamos cualquier mito y confusión relacionado con la salud y los derechos sexuales y reproductivos y asegurarnos de que el alumnado comprende los términos y se siente cómodo en todo momento.

Podemos vincular las tarjetas-concepto con los siguientes temas:

- **Cuerpo:** diversidad corporal, confianza en sí mismo/a, cambios en la pubertad, autoexploración.
- **Enfermedades de transmisión sexual y métodos anticonceptivos:** autoprotección, negociación, sexo seguro, derecho a la información.
- **Sexualidad:** consentimiento viciado, consentimiento deseado, presión de grupo, negociación, deseo.

Actividad 2 La relación ideal ★★★



Tiempo total de la actividad

45 minutos
Preparación: 5
Realización: 25
Seguimiento: 15



Materiales & recursos

- Diferentes tipos de papel de colores
- Diferentes tejidos/telas
- Lana de diferentes colores
- Tijeras
- Pegamento
- Revistas y periódicos
- Lápices, rotuladores y ceras de colores
- Cuerda/cordel, hilo, pegamento industrial, cepillos, plumas, cinta de raso, lentejuelas, cartulina, cartón pluma, agujas, corcho, plastilina, rollo de algodón de colores
- Pizarra y rotuladores
- Vídeo *La verdad sobre el deseo (9 y 10 años)*⁵

opcional

→ CONTEXTO

El deseo sexual no es solo una experiencia física, sino que está influenciado por factores sociales y emocionales. Hay muchos mitos e información errónea entre la juventud que provocan experiencias que ponen en riesgo su salud sexual y reproductiva.

El objetivo de esta actividad se centra en **considerar la sexualidad como una parte positiva de la vida**, más que centrarnos en los peligros y riesgos relacionados con los embarazos no deseados y/o las enfermedades de transmisión sexual (que se abordan en las otras actividades del módulo). Con este enfoque, es más fácil que la juventud tome conciencia de que las experiencias sexuales deben ser consentidas y deseadas, mutuamente placenteras, seguras y libres de toda coacción, discriminación y violencia. La actividad también explora la doble lectura que existe socialmente en relación a la sexualidad femenina y masculina.

La actividad **utiliza una técnica artística porque a veces es difícil hablar de sexualidad y de relaciones afectivo-sexuales con adolescentes**. Es importante realizar esta actividad de la manera más abierta e informal posible. Podríamos comenzar con una relajación y poner música de fondo para facilitar el proceso creativo posterior.

→ DESARROLLO

Podemos poner música relajante de fondo para guiar al grupo a través de su viaje.



Antes de comenzar, dispondremos los materiales creativos que se usarán en la segunda parte de la actividad en el centro de la sala.



Podemos leer el siguiente texto para facilitar la visualización creativa:

Usar o leer:

Siéntate sin cruzar las piernas, con una postura cómoda y coloca las manos sobre los muslos. Cierra los ojos. Inhala profundamente por la nariz hasta que el aire llegue a tu abdomen y cuenta hasta cinco (el pecho debe moverse muy poco). Aguanta la respiración contando hasta dos, después suelta el aire poco a poco por la boca contando de nuevo hasta cinco. Repetiremos este ciclo cinco veces.

Crea una imagen mental de tu encuentro o relación afectivo-sexual ideal y visualízala en tu imaginación como si estuviera pasando en este preciso momento. ¿Qué es lo que ves? ¿Dónde estás? ¿Puedes reconocer el lugar? ¿Has estado allí alguna vez?, ¿Es real o imaginario? ¿Estás en un espacio interior o al aire libre? ¿Estás en tu habitación, en casa de alguien, en un bosque, en la playa? ¿Qué es lo que escuchas? ¿A qué huele? ¿Cómo te sientes? ¿Quién está contigo? Imagina la cara, el cuerpo y la forma de comportarse de esa persona. ¿Cómo es su lenguaje corporal?, ¿sonríe o su cara está seria, está hablando o escuchándote? ¿Cómo te hace sentir? ¿Es un ambiente alegre o sombrío? ¿Hay ruido o está silencio, hace calor o frío? Intenta apreciar los olores, sentir el aire, escuchar los sonidos.

Ahora, desde tu perspectiva interior, imagina que estás interactuando con esa persona. ¿Qué estás haciendo? ¿Cómo está reaccionando la otra persona? ¿Estás actuando de forma extrovertida o tranquila? ¿Estás bromeando y riendo o todo lo contrario? ¿Te sientes una persona segura y cómoda o nerviosa? Echa un último vistazo al lugar y a la persona que está contigo y recuerda tus sentimientos y emociones. Despídete de la escena y poco a poco abre los ojos y regresa a la sala. Conserva tus emociones y elige un lugar en la sala para la siguiente fase de la actividad: crear una obra artística o un *collage* sobre la experiencia anterior. Tienes 15 minutos para hacerlo.

⁵ Instituto Australiano de Investigación sobre Sexo, Salud y Sociedad, *The Practical Guide to Love, Sex & Relationship: The Truth about Desire (Yrs 9 & 10)* (La guía práctica sobre amor, sexo y relaciones: la verdad sobre el deseo (9 y 10 años), disponible online en: https://www.youtube.com/watch?v=OBl7HoaBOew&list=PL0irFmn7kd7kSjB8F9eGJ_ZEI5Q-7kplx&index=4



Una vez terminados, colgaremos los trabajos artísticos en las paredes de la sala y pediremos a las personas del grupo que las observen. Les invitaremos a que presenten sus obras, siempre voluntariamente.

Para concluir, facilitaremos un debate utilizando las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te has sentido al realizar la actividad?
- ¿Crees que podría ser una situación real? ¿Por qué?
- ¿Era una experiencia segura y saludable?
- ¿Cómo es retratado el deseo sexual masculino en las obras?
- ¿Cómo es retratado el deseo sexual femenino en las obras?
- ¿Cuáles son las similitudes entre las obras?
- ¿Cuáles son las diferencias entre las obras?
- ¿Cómo crees que esas diferencias están vinculadas a la manera en que se educa a hombres y mujeres?
- ¿Cómo definirías el deseo sexual y la sexualidad?
- ¿Sienten los hombres y las mujeres deseo sexual de la misma manera?
- ¿Existen diferencias o similitudes dependiendo de nuestra orientación sexual?
- ¿Existen diferencias o similitudes dependiendo de nuestra identidad de género?

→ SÍNTESIS

La actividad finalizará en plenario compartiendo experiencias y opiniones. Ayudaremos al alumnado a identificar las diferencias de género y a examinar los mitos que influyen sobre la sexualidad y sobre nuestras identidades y relaciones.

En grupo reflexionará sobre el poder de los mitos y las diferencias de género, por ejemplo⁶:

- Miedo y consecuencias de que, siendo chica, te llamen puta o frígida.
- Presión en los chicos para tener relaciones sexuales y así encajar entre sus amigos y sentirse parte del grupo.
- Los chicos necesitan sexo y las chicas tienen que satisfacerlo.
- El sexo es más una experiencia del tipo "hacerle a" que de "compartir con".

Cuando moderemos el debate, tendremos en cuenta las siguientes ideas:



- Tanto hombres como mujeres sienten deseo y excitación sexual.
- Tanto hombres como mujeres pueden sentir atracción por personas de su mismo sexo.
- La importancia de reconocer las diferencias entre una relación sexual y la sexualidad.
- La importancia de la protección y prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados.

Si hay suficiente tiempo, podemos visualizar el vídeo *La verdad sobre el deseo* para cerrar la actividad.

Además, si surgiera el tema de la pornografía, podemos explicar que las representaciones sexuales que se muestran en las películas porno son diferentes de las experiencias sexuales en la vida real, y que esto puede provocar frustración y expectativas poco realista o la necesidad de actuar de determinada manera. Es importante señalar la vinculación entre la pornografía y la violencia de género.

⁶ Instituto Australiano de Investigación sobre Sexo, Salud y Sociedad, *The Practical Guide to Love, Sex & Relationship: The Truth about Desire (Yrs 9 & 10)* [La guía práctica sobre amor, sexo y relaciones: la verdad sobre el deseo (9 y 10 años)], disponible online en: <https://static1.squarespace.com/static/5678f534d8af10364e1c847f/t/56b2b37f0442624cfad68c6d/1454551958164/Topic+4+%E2%80%93+The+truth+about+desire.pdf>

Actividad 3 Derechos sexuales y reproductivos⁷ ★★★



Tiempo total de la actividad

45 minutos
Preparación: 5
Realización: 25
Seguimiento: 15



Materiales

□ Pizarra y rotuladores

→ CONTEXTO

Los objetivos de esta actividad son:

- Identificar las emociones y sentimientos que experimentamos cuando decimos “no”.
- Reconocer frases y situaciones de presión en las relaciones afectivo-sexuales.
- Entender el consentimiento como un sí explícito y deseado.
- Reflexionar sobre la importancia del cuidado mutuo y la protección.
- Comprender la importancia del consentimiento para la protección sexual y reproductiva.

→ DESARROLLO



Daremos 12 hojas de papel numeradas a cada persona y leeremos las expresiones coercitivas que están recogidas más abajo.



Pediremos que cada persona escriba una posible respuesta a cada una de las expresiones. Cuando hayan terminado, recogeremos y ordenaremos las respuestas según el número de cada expresión coercitiva.



A continuación, les dividiremos en diferentes grupos y asignaremos a cada grupo las diferentes frases y las posibles respuestas. (**Grupo 1:** frases de la 1 a la 3. **Grupo 2:** frases de la 4 a la 6. **Grupo 3:** frases 7 a la 9. **Grupo 4:** frases de la 10 a la 12).



Cada grupo leerá las frases y sus posibles respuestas y reflexionarán sobre las siguientes preguntas:

- ¿Te han dicho alguna vez algo similar? ¿Cómo te sentiste?
- ¿Has dicho alguna vez algo similar? ¿Cómo te sentiste?
- ¿Por qué sentirías la necesidad de usar esta expresión?



Cada grupo decidirá cuál es la mejor respuesta para cada pregunta y sus razones. En plenario, una persona de cada grupo pondrá en común el debate y las conclusiones que han alcanzado. Facilitaremos un debate sobre salud y derechos sexuales y reproductivos, normas sociales y estereotipos de género.

Expresiones coercitivas:

1. Si me quisieras, lo harías.
2. Por favor, solo esta vez. No se siente lo mismo llevando preservativo.
3. Te apetece tanto como a mí.
4. Todo el mundo lo hace; todas nuestras amistades lo han hecho ya.
5. Si no lo haces, tendré que buscar a otra persona.
6. No te preocupes, si te quedas embarazada ya pensaremos algo.
7. ¿No confías en mí? Me retiraré a tiempo.
8. Tienes que madurar; no puedes ser siempre una niña.
9. Vamos, ya verás cómo te gusta.
10. No seas tonta o tonto, el VIH es de otra época.
11. ¿Por qué has empezado si no querías hacerlo?
12. Si bebemos un poco más, se nos quitará la vergüenza.
13. No me hagas esto, por favor.
14. No me cabe duda de que ya lo has hecho con otra persona.
15. No llevo encima preservativos.

⁷ Adaptación de: Salud sexual, *Drets sexuals i reproductius: material didactic ad recat a professionals que treball en amb joves majors de 16 anys*, disponible online en: <http://salutsexual.sidastudi.org/>

Gender A B C

Proyecto realizado por:



End FGM
EUROPEAN NETWORK



APF
ASSOCIAÇÃO PARA O PLANEAMENTO DA FAMÍLIA



AIDOS
ASSOCIAZIONE ITALIANA
DONNE PER LO SVILUPPO



Proyecto cofinanciado
por la Unión Europea