



COLEGIO SANTA TERESA DE QUILPUÉ

## PLAN DE SEXUALIDAD, AFECTIVIDAD Y GÉNERO

¿QUÉ ES EL PLAN DE AFECTIVIDAD SEXUALIDAD Y GÉNERO?

El **plan de afectividad, sexualidad y género** es un documento institucional en el que se consignan distintas orientaciones para trabajar con la comunidad educativa aquellos desafíos que supone la sexualidad en las distintas etapas del desarrollo de los y las estudiantes.

¿POR QUÉ CONTAR CON UN PLAN COMO ESTE EN EL COLEGIO?

La existencia de un documento como este, redactado en términos sencillos y a partir de los intereses propios de los y las estudiantes, permite asegurar que se maneje contenido verídico con información pertinente y atinente a su edad. De esta manera se proponen criterios orientadores frente a todas las preguntas que suscitan en los niños, niñas y jóvenes estos temas.

Si se instala un ambiente de respeto para hablar de sexualidad podremos responder a las necesidades del estudiantado, evitando que solos/as y a su suerte encuentren referencias equivocadas que los/las puedan confundir.

Recibir formación respecto de sexualidad, afectividad y género permite que los y las estudiantes adopten conductas de autocuidado para el bienestar de su salud mental y física. Estar informados les permite adoptar un criterio personal y con ello ser responsables de sus propias decisiones en esta etapa vital.

Finalmente, un enfoque que considere la afectividad y el lugar del género en los modos de establecer relaciones con los/las otros/as posibilita instalar un marco de respeto mutuo y de cercanía para acompañar emocionalmente este proceso.

### ¿QUÉ SIGNIFICA QUE TENGA UN ENFOQUE INTEGRAL?

El enfoque integral está dado por las premisas bajo las que se sustenta este plan, tomando un enfoque de derechos toda vez que se promueve la equidad y busca el desarrollo de las competencias de todos/as independientemente de su edad, género, estrato socioeconómico, credo religioso, para poder enfrentar los desafíos que conlleva la vida.

De igual modo, se considera un enfoque integral porque se supera la barrera de la educación sexual pensada únicamente desde la biología y centrada solamente en los cambios corporales o físicos de los y las jóvenes. Es integral porque incluye a todos aquellos actores y actrices que interactúan con niños, niñas y jóvenes y les orientan, siendo considerados como parte del plan la comunidad educativa y la familia.

### ¿QUÉ ELEMENTOS ESTÁN CONTEMPLADOS EN ESTE PLAN?

En primer lugar, si tenemos que generalizar y ubicar un solo concepto que lo resuma: se trata de conocimientos relacionados a la sexualidad. Conocimientos que conciernen al propio cuerpo y de los/as otros/as; acerca de cómo cuidarlo y su

funcionamiento; de los métodos anticonceptivos disponibles; de las normas sociales y cuándo esas normas sociales con respecto a lo que significa ser mujer u hombre son equitativas y cuándo no; conocimiento de derechos; de las situaciones que afectan en el bienestar y cómo prevenirlas, evitarlas, manejarlas, atenderlas, entre otras.

## ¿CÓMO ENTENDER LA SEXUALIDAD EN LOS NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES?

Muchas veces, se entiende que hablar de sexualidad es necesariamente hablar de prácticas sexuales, y esta noción equivocada sustenta la imposibilidad de acercarnos a niños, niñas y jóvenes para conversar sobre sexualidad.

La sexualidad es constitutiva del ser humano y todas y todos somos seres sexuados. La sexualidad nos acompaña a lo largo de toda la vida, es un proceso continuo y constante. Vivimos, deseamos e interactuamos con otros en razón de ella, siendo muy influyente en nuestra identidad, características de personalidad e incluso en nuestra salud mental.

Entendemos que hay nociones de la sexualidad que por las experiencias y la etapa del desarrollo en la que se encuentran los y las estudiantes no podrían ser abordadas. El psiquismo debe estar preparado para entender la información que se está entregando y es por esta razón que este plan está dividido por **etapas de desarrollo**.

Las etapas del desarrollo dan cuenta los hitos que van alcanzando los niños, niñas y adolescentes en la adquisición de conocimientos determinados y grados de autonomía.

Una definición de etapas o estadios del desarrollo:

“Para comprender de forma esquemática cómo se manifiesta la sexualidad infantil y juvenil utilizaremos la noción de etapas (o estadios) del desarrollo. Niños, niñas y jóvenes transitan por distintas etapas y en cada una de ellas se obtienen aprendizajes y logros que le permiten desarrollarse como un ser cada vez más autónomo. El tiempo de duración de cada etapa variará según los tiempos y ritmos de cada uno/a, no son etapas exactas ni

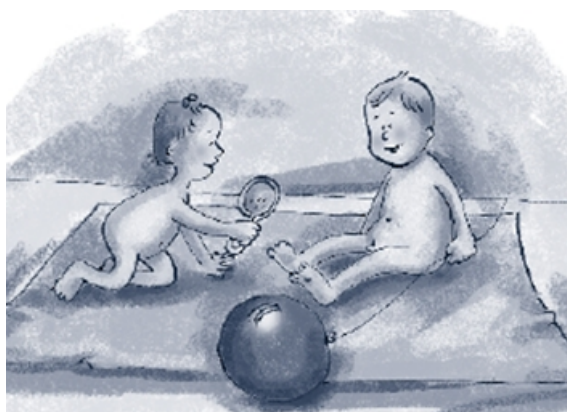
están definidas por una edad cronológica determinada, son particulares” (Chile crece contigo).

De esta manera, en el plan de afectividad, sexualidad y género se organiza la información que se presenta por etapas del desarrollo, seleccionando su contenido por edades.

## DIMENSIONES EN LAS QUE SE ABORDA LA SEXUALIDAD

### NIÑEZ

#### NIÑOS Y NIÑAS DE 0 A 6 AÑOS DE EDAD



Durante esta etapa del desarrollo, entre los 0 y 4 años, los y las niñas expresan mucha curiosidad en reconocerse en su propio cuerpo y las funciones de las partes que lo componen, así como también las diferencias que presentan en relación a los otros/as.

Dentro de los juegos exploratorios que acompañan el autoconocimiento, los genitales podrán ser zona de interés, entendiendo que otorgan sensaciones placenteras y de bienestar. Sin embargo, no podría pensarse como algo intencionado por parte del niño o niña, pues lo que se pone en juego, es la posibilidad de explorar. Este comportamiento autoerótico debe ser abordado con naturalidad y no desde la sanción (entendiendo que pueden estar asociados los retos o calificativos negativos “eso es sucio”). Se ha de recordar que la sexualidad es un aspecto relevante para cada uno de nosotros/as y no se quiere hacer de ella un tema tabú, del que no se debe hablar.

Debemos aceptar que son muestras de la curiosidad, que es algo propio de su edad y hay que educarlos, señalando que hay partes que son privadas y no han de ser expuestas al resto y, de igual modo, que el resto no puede ver ni tocar sin su consentimiento.

De los 4 a 6 años de edad aproximadamente, aparecerán preguntas como: ¿de dónde vienen los niños? , ¿qué tienen los niños allá abajo?, ¿por qué las niñas no van de pie al baño?, preguntas a las que debemos responder con naturalidad y con información simple y suficiente para contestar a sus inquietudes. Se ha de poner especial atención en transmitirles información verídica y señalar las partes del cuerpo por sus nombres (pene, vulva, etc y evitar sobrenombres como pirulín o cosita). Recordemos que en un futuro este será un elemento protector para reconocer sus propios límites y los del resto.

En esta etapa donde pueden socializar mucho más con otros y ya conocen las diferencias biológicas, comienzan a explorar a través de los juegos físicos donde espontáneamente pueden aparecer ciertos roces. Aquí también aparece la masturbación como parte de descubrir que es placentero acariciar su propio cuerpo. Debemos siempre señalar que se trata de una actividad que ha de ser privada, pero que no es negativa. También surgen como parte de esta etapa los juegos de imitación de la vida adulta como jugar al doctor o a la casita que nuevamente vienen a dar cuenta de lo llamativo que es lo que hacen mamá y papá y la curiosidad que genera para ellos la sexualidad.

Es importante que desde pequeños se refuerce la importancia del buen trato entre compañeros, poniendo énfasis en el reconocimiento y el respeto a las diferencias individuales y su aceptación. De igual manera, es recomendable ir sentando las bases para discernir todas aquellas acciones que son saludables y cuales no son deseables, de esta manera propiciamos que a futuro los vínculos que establezcan sean vínculos sanos.

TABLA 1. COMPORTAMIENTOS SEXUALES COMUNES EN LA INFANCIA

Niños preescolares (menores de 4 años, aproximadamente)	<ul style="list-style-type: none"><li>● Explorar y tocarse las partes privadas en público y en privado.</li><li>● Frotarse las partes privadas (con la mano o contra objetos).</li></ul>
---	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mostrar las partes privadas a otras personas.</li> <li>● Tratar de tocar los pechos de la madre u otras mujeres.</li> <li>● Quitarse la ropa y querer estar desnudo.</li> <li>● Tratar de mirar cuando otras personas están desnudas o desvistiéndose (cuando están en el baño por ejemplo).</li> <li>● Hacer preguntas acerca de su cuerpo (y el de otras personas) y sus funciones corporales.</li> <li>● Hablar con otros niños de las funciones corporales, del “pipí” y “popó”.</li> </ul>
<p>Niños pequeños (4 a 6 años aproximadamente)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tocarse las partes privadas a propósito (masturbación), ocasionalmente en la presencia de otros.</li> <li>● Tratar de mirar a otras personas cuando están desnudas o desvistiéndose.</li> <li>● Imitar comportamientos de pareja (como besarse o tomarse de las manos).</li> <li>● Hablar de las partes privadas y utilizar “malas” palabras, aunque no comprendan su significado.</li> <li>● Explorar las partes privadas con otros niños de la misma edad (por ejemplo “jugar al doctor”, “te enseño el mío si me enseñas el tuyo”, etc).</li> </ul>
<p>Niños en edad escolar (6 a 12 años aproximadamente)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tocarse las partes privadas a propósito (masturbación), usualmente en privado.</li> <li>● Jugar con niños de la misma edad a juegos que involucran comportamiento sexual (como “verdad o consecuencia”, “jugar a la familia”, o al “novio/novia”).</li> <li>● Tratar de mirar a otras personas cuando están desnudas o desvistiéndose.</li> <li>● Mirar fotos de personas desnudas o semidesnudas.</li> <li>● Ver/escuchar material de contenido sexual a través de los medios de comunicación (televisión, películas, juegos, Internet, música, etc.).</li> <li>● Querer más privacidad (por ejemplo rehusar a desvestirse delante de otras</li> </ul>

	<p>personas) y resistirse a hablar con los adultos acerca de temas sexuales.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Empezar a sentir atracción sexual e interés hacia otros niños o niñas de su edad.</li></ul>
--	--

## LA PREADOLESCENCIA (6 AÑOS A 12 APROXIMADAMENTE)

De los 6 a los 12 años los y las niñas atraviesan el proceso que denominamos la preadolescencia. Se trata de un momento que inaugura los cambios corporales y físicos, pero también psíquicos.

Dentro de los cambios fisiológicos, nos encontramos con que a las niñas les empiezan a crecer los pechos, se les ensanchan las caderas y tienen la primera menstruación. A los niños les empieza a cambiar la voz y a ensanchárseles la espalda. Unas y otros estiran sus tamaños, les crece vello por el cuerpo y, en algunos casos, se les hincha la cara y sienten como ésta se llena de espinillas. En los últimos años de esta etapa, algunas y algunos empiezan a sentir sus hormonas alteradas y experimentan sensaciones nuevas relacionadas con las emociones, con el placer y con la sexualidad que no siempre saben canalizar.

Una madre lo expresa así, ‘no noto ningún cambio corporal significativo en mi hija de 9 años, pero supongo que algo está sucediendo por el carácter que tiene últimamente’. Cada cual, sea cual sea su proceso de crecimiento, necesita entender qué le sucede a su cuerpo en cada momento para poder sentir su propia piel sin miedo y sin mitos. Para esto, es necesario tratar con atención y cuidado la singularidad de cada cuerpo, ayudando a que quienes se desarrollen antes puedan dar a cada uno de los cambios vividos unos significados propios, sanos y creativos. Del mismo modo que quienes empiezan más tarde puedan aprender de lo que les pasa a los otros y a las otras, aceptando su ritmo y su propio proceso. Es bastante común que la autoestima de los y las jóvenes se vea interpelada por estos cambios, es

necesario brindar apoyo y contención a su experiencia, además de ir enriqueciendo su discurso de todas aquellas habilidades que hagan de sí quiénes son,

Es importante informar de lo que les pasará con un poco de antelación, para que no se sorprendan ni vivan estos cambios con sobresaltos, entendiendo, además, que en todo este proceso no existe una norma rígida y cerrada, o sea, que cada cual tendrá una experiencia diferente y única. A veces, al hablarles de la adolescencia que se les avecina, se pone la menstruación y la eyaculación a un mismo nivel. Sin embargo, son dos fenómenos dispares que no pueden ser homologados. Hablar de la menstruación y de la eyaculación como si fueran equivalentes puede confundirles. La menstruación tiene que ver con la capacidad del cuerpo femenino de acoger, engendrar y dar luz a una criatura humana. En cuanto a la eyaculación, si bien tiene relación con la fecundación humana, también la tiene con el placer y el orgasmo masculino. Si sólo hablamos de menstruación y eyaculación, ocultamos el placer y los orgasmos femeninos que poco tienen que ver con la menstruación.

## CAMBIOS CORPORALES ASOCIADOS A LA PUBERTAD

Los cambios corporales indican que el cuerpo de la niña o niño se encuentra preparado para la reproducción.

Todos estos cambios corporales implican un estado de confusión respecto de la propia identidad, sobre todo si pensamos que parte de ella se configura a partir de nuestra imagen. El experimentar un cuerpo cambiante puede llevar a que los y las jóvenes se sientan inseguros/as respecto de sí mismos/as. Frente a este hecho, los problemas de autoestima suelen ser un factor que impacta en esta época y es importante brindarles apoyo y acompañarlos/as en su búsqueda de la propia identidad.

A continuación se presenta un cuadro resumen de aquellos cambios corporales que se presentan en los y las jóvenes:

## CAMBIOS FISIOLÓGICOS ASOCIADOS A LA PUBERTAD



CUERPO MUJER	CUERPO HOMBRE
Crecimiento repentino, aumento de peso y altura.	Crecimiento repentino, aumento de peso y altura.
Los huesos de la cara aumentan de tamaño y ésta adopta un aspecto menos infantil.	Los huesos de la cara aumentan de tamaño y ésta adopta un aspecto menos infantil.
El cuerpo suda más.	El cuerpo suda más.
Crece vello en las axilas y se vuelve grueso en piernas y brazos.	Crece vello en las axilas y se vuelve grueso en piernas y brazos.
Vello oscuro crece alrededor de la vulva (Vello púbico).	Alrededor de la base del pene aparece vello oscuro (Vello púbico).
Puede surgir de la vagina flujo pegajoso blanco-amarillento.	El pene aumenta gradualmente de tamaño.
Las caderas se ensanchan y redondean.	Los hombros y el pecho aumentan de tamaño.
Maduración de los órganos sexuales, específicamente la vagina, útero y ovarios.	Los testículos aumentan de tamaño.
Pechos y pezones aumentan de tamaño.	El color del escroto se oscurece.

Pezones se oscurecen.	La voz se quiebra y después se hace más profunda.
Inicia la menstruación y fertilidad.	Comienza la producción de espermatozoides, las eyaculaciones y los sueños húmedos.

## CAMBIOS CORPORALES EN LAS MUJERES

Dentro de los cambios corporales para las niñas se encuentra la **menstruación**. La menstruación supone la maduración de los órganos sexuales femeninos. El útero de la niña se encuentra listo para recibir un embrión. Sus ovarios han madurado a tal punto que se encuentra listo para liberar un óvulo que podrá ser fecundado. Cuando esto no ocurre, el revestimiento del útero se desprende de las paredes y da lugar al sangrado que caracteriza a la menstruación.

A nivel físico, el crecimiento del botón mamario es el primer indicio de la formación de las mamas en la niña. Este cambio poco a poco se irá volviendo más evidente, frente al cual algunas podrán optar por utilizar algún peto o sostén para poder sentirse más cómodas.

De la misma manera, las caderas de las niñas podrán presentar un aumento. La organización de la grasa corporal cambia de manera que ahora tenderá a ubicarse en la zona del abdomen y las piernas principalmente.

Vellos en las axilas, el vello púbico, en las piernas y brazos, en el bozo, entre cejas, pezones, suelen ser las zonas en las que aparecen, sin embargo todo nuestro cuerpo es potencialmente un espacio en el que pueden desarrollarse. El crecimiento del vello es un aspecto que impacta a las jóvenes, no sólo porque deben enfrentarse con algo que no habían considerado antes, sino también por el ideario social que les es impuesto. Como sabemos, los vellos son asociados a una falta de cuidado personal y con ello son entendidos como poco femeninos. Muchas veces se les impone a las

adolescentes el depilarse, siendo esta la única opción. Se espera que esto sea una decisión propia más que una imposición. Así el énfasis estará puesto en enseñar a las estudiantes que deberán cuidar su cuerpo de acuerdo a sus gustos y no a las preferencias estéticas de los demás.

## CAMBIOS CORPORALES EN LOS HOMBRES

Por otro lado, en relación a los cambios que podrían experimentar los varones, se encuentra que el tamaño de sus genitales irá aumentando paulatinamente, esto incluye tanto al pene como los testículos. La vivencia de la **polución**, también conocida como los sueños húmedos, da cuenta de que el joven es capaz de eyacular. En otras palabras, su cuerpo es capaz de producir semen que contiene espermatozoides, dando cuenta de su fertilidad.

Otro de los cambios más característicos lo constituye el conocido “cambio de la voz”, donde la tonalidad de la voz adquiere un sonido más grave. En el proceso es muy probable que esta experimente quiebres, como lo son los “gallitos”, esto es algo absolutamente normal.

La masa muscular se incrementa de manera considerable implicando un aumento en el tamaño de la espalda y los hombros. Por otro lado la aparición de vello corporal y facial se hacen presentes, dando paso a las primeras afeitadas. La sudoración aparece y se vuelve relevante poner énfasis en una mayor higiene corporal.

Para niñas y niños el experimentar un cuerpo cambiante no es un proceso fácil y estos sentimientos pueden llevarlos a presentar inseguridades acerca de sí mismos/as. Frente a esto, se recomienda animarles a naturalizar estos cambios y a derribar ciertos estereotipos asociados a la belleza, dando a entender que esta es subjetiva. Todos los cuerpos son distintos y no por ello menos bellos.

Los aspectos psicológicos que aparecen en esta etapa, serán desarrollados en la dimensión de la adolescencia, esto no porque no aparecen ya en este rango de edades sino más bien porque son cuestionamientos que se profundizan.

# ADOLESCENCIA

13 AÑOS HASTA 20 APROXIMADAMENTE

Es necesario consignar, que durante esta etapa denominada adolescencia, algunas de las transiciones propuestas por la preadolescencia siguen operando. De esta manera, hay que remitirse a los cambios que se instalan desde entonces y añadir aquí el algunos cuestionamientos que son propios de los adolescentes y que remiten a la construcción de una identidad, del lugar que desean ocupar en el mundo y de las relaciones interpersonales alineados a un proyecto de vida que comienza a surgir.

El despertar sexual que viene aparejado de los cambios corporales asociados a esta etapa, impulsan a los/as jóvenes a explorar el placer genital (orgasmo) lo que se conoce también con el nombre de **masturbación**. La exploración autoerótica es llevada a otro plano en donde lo que se buscará mediante las caricias y la exploración será la experiencia de la excitación sexual y el disfrute de las sensaciones placenteras que están asociadas. Puede surgir la curiosidad y necesidad de compartir este placer erótico con otros/as. La experimentación estará en el plano sexual. Se pondrá en juego el deseo por el otro y podrán aparecer fantasías eróticas.

## DESEO Y ORIENTACIÓN SEXUAL

La experiencia relacional que les permite experimentar sensaciones, emociones, erotismo, deseo y placer respecto de otra persona, hechos que constituyen a lo largo de la vida parte de la identidad de cada sujeto.

## ORIENTACIÓN SEXUAL

La **orientación sexual** es la capacidad de cada persona de sentir atracción emocional, afectiva y sexual hacia otras personas, pudiendo ser de un mismo género (orientación *homosexual*), de un género distinto al suyo (orientación *heterosexual*) hacia ambas (orientación *bisexual*), hacia una persona independientemente de su sexo o identidad

de género (*pansexual*), solo afectiva y emocional (asexual) entre muchas otras, el espectro es muy amplio.

La ***diversidad sexual***, es decir, la existencia de distintas orientaciones sexuales e identidades de género en la sociedad, suelen generar una serie de temores y dudas, ya que históricamente este tema ha estado teñido de silencio, prejuicio, y/o estereotipos que actúan como obstáculo cuando se piensa considerarlo como contenido o como parte de algún proyecto educativo que contemple su inclusión.

En ese sentido, se vuelve necesario reconocer que vivimos en una sociedad en donde confluyen distintas orientaciones sexuales e identidades de género, siendo la Escuela un espacio que no está alejado de ello. Así, es importante transmitir el mensaje hacia la comunidad escolar de que no sólo admitimos la diversidad en términos funcionales, sino también aceptamos y respetamos la diversidad sexual en sus distintas formas.

Es esperable que a partir de la ***adolescencia***, emerjan los primeros deseos de compartir la sexualidad con otra persona. Así, el deseo erótico podrá orientarse hacia la heterosexualidad, homosexualidad, bisexualidad, entre otras. Es importante comprender que la orientación sexual no es algo definido desde el nacimiento y que se mantiene inmutable durante el tiempo. Por lo tanto, el o la estudiante podría variar en su orientación, lo cual debe ser aceptado, siempre poniendo énfasis en el respeto y en establecer relaciones responsables con los demás.

## ¿CÓMO SÉ SI ME ATRAE ALGUIEN?

La orientación sexual incluye atracción física, erótica y romántica. La atracción física sucederá cuando notes cambios en tu cuerpo frente a una persona, por ejemplo si sientes más palpitaciones, si se te revuelve el estómago o si te sonrojas. La atracción erótica sucederá cuando notes pensamientos que te exciten, con otras personas. La atracción romántica sucederá cuando pienses en tu futuro e imagines qué tipo de persona puede estar en él, y una de las características que te imaginarás será el sexo de esta persona.

## LAS RELACIONES INTERPERSONALES Y EL POLOLEO

Durante la adolescencia, se inician procesos más marcados de separación del círculo familiar, lo que supone el reconocimiento y la identificación con grupos de pares y semejantes. A partir de ello, surge la necesidad de vinculación emocional y afectiva con nuevas personas significativas, llegando a entablarse las primeras relaciones de amistad, relaciones desde las cuales pueden surgir los primeros noviazgos o pololeos.

Gustar de una persona implica sensaciones como palpitaciones, “ponerse rojo” al tener contacto o estar próximo a esta persona, sentir “mariposas”, fantasear con ella durante parte del día, tener interés por su cotidianeidad, etc. Si bien estos hechos se tratan de vivencias importantes para cualquier persona, es relevante aclarar que gustar de alguien no necesariamente implica que se trate de una experiencia compartida. Los/as jóvenes deben comprender que, mientras no exista correspondencia con la persona por la que están interesados, no existe una posibilidad de iniciar una relación amorosa.

A partir de lo anterior, podemos entender el **pololeo** como una relación afectiva que surge de una serie de sentimientos compartidos entre dos personas que se atraen mutuamente: piensan constantemente en el otro/a cuando están separados, esperando el momento para volver a verse, cuando viven penas o alegrías, quieren compartir tales experiencias con el otro/a, se quieren y valoran a pesar de conocer e identificar los defectos de la otra persona y muchas veces se proyectan en compartir un futuro juntos. Este tipo de relación se caracteriza además por el respeto, la empatía, el cuidado y la comunicación activa entre ambos miembros de la relación.

En base a lo ya mencionado, es que la experiencia del pololeo o del compartir la sexualidad con otro/a implicaría distintas dimensiones, como lo son el deseo y las fantasías eróticas (atracción sexual), la necesidad de vinculación emocional (sentimientos afectivos de ternura) y las conductas sexuales hacia el/la otro/a.

Sin embargo, es posible experimentar relaciones que no se consideran saludables en tanto es posible percibir la ausencia de elementos que se advierten indispensables en el crecimiento y cuidado de una relación amorosa. Algunos hechos a tener en consideración para poner fin a una relación serían: la ausencia de respeto

entre la pareja, el interés o la relación paralela no consensuada de uno de los miembros de la pareja por otra persona, la ausencia de valores e intereses comunes para una vida en pareja, peleas frecuentes, la presencia de abuso o violencia de cualquier tipo.

Es importante ir evaluando la relación con la pareja, puede ser que después de un tiempo, las cosas no anden bien, y ya no estén enamorados/as. Es importante reforzar el concepto de autodeterminación, en el sentido que los jóvenes tomen sus propias decisiones al analizar las situaciones con sus pros y contras. Los jóvenes son libres para terminar un pololeo, puede ser triste y doloroso, pero si no lo están pasando bien, es mejor ponerle fin a esa relación. El ideal es que cuando esto suceda, los jóvenes tengan la confianza para compartir las dudas y confusiones con personas cercanas.

## RESPONSABILIDAD AFECTIVA

En primer lugar, entenderemos ***afectividad*** como la dimensión del desarrollo humano que comprende un conjunto de emociones, estados de ánimo y sentimientos que atraviesan los actos de las personas, incidiendo en el pensamiento, conducta y forma de relacionarse con uno/a mismo/a y con los/as demás.

Educar en sexualidad y afectividad implica algo más que enseñar sobre relaciones sexuales y los posibles riesgos asociados a ellas, como los embarazos no deseados o las enfermedades de transmisión sexual. La educación sexual está relacionada con formas de expresar y sentir afecto, tiene que ver con el placer y disfrute de la vida, con la valoración y respeto al propio cuerpo y al del otro u otra, con aprender a tomar decisiones sin ceder a presiones o sometimiento.

La responsabilidad de educar en afectividad requiere que los/las apoderad@s y educadores sean capaces de acompañar activamente a sus hijos/as y/o estudiantes, cotidianamente, durante el transcurso de su desarrollo, en su aprendizaje y conocimiento de sí mismos, como personas que viven, sienten y se relacionan afectivamente con y desde un cuerpo sexuado, para alcanzar el máximo potencial de salud física, psicológica y social.

## VIOLENCIA EN EL POLOLEO

Es necesario visibilizar que establecer relaciones de pololeo, en algunos casos puede permitir que alguna o ambas partes transgreda los límites del otro, incurriendo en actos no sanos que califican como **violencia en el pololeo**. Esta se caracteriza por una denigración sistemática a la pareja, que se legitima en tanto es justificada por medio del amor y la posesión del otro. Estas son descritas a continuación:

- **Violencia física:** corresponde a distintas acciones en donde se hace uso de la fuerza física para dañar a la pareja. Es posible encontrar golpes, pellizcos, jalones de cabello, empujones, apretones del cuerpo, bofetadas, entre otras.
- **Violencia psicológica:** afecta de sobremanera el bienestar emocional de la persona, generando un permanente malestar y estrés. Dentro de este tipo de violencia se hallan los gritos, los insultos, el menoscabo a la imagen que la pareja tiene de sí misma, la manipulación emocional, la invasión de la privacidad, entre otras.
- **Violencia social:** estrechamente vinculada con la anterior, refiere a los efectos que tiene para la vida social de una persona la violencia ejercida por la pareja. Aquí es posible encontrar la constante revisión de las redes sociales, la prohibición de relacionarse con ciertas personas, tales como familia o amigos/as, la petición de pasar todo el tiempo exclusivamente con la pareja, celos, etcétera.
- **Violencia sexual:** cuando el/la pololo/a insiste u obliga al otro para que realice acciones de índole sexual que le incomodan o que no quiere llevar a cabo. Una forma común en que se manifiesta es cuando el/la pololo/a presiona para tener relaciones sexuales, pero hay otras formas más sutiles, como por ejemplo que la pareja sexual se niegue a usar un método de barrera (condón), poniendo en riesgo a la otra persona.

Es necesario poner énfasis en la prevención de este tipo de situaciones, en tanto muchas de ellas pueden ser fomentadas por el medio social, y sin embargo,



generan alto malestar para la persona. Asimismo, se deberá velar por el reconocimiento de estos tipos de violencia, puesto que pequeñas muestras pueden escalar a acciones de mayor gravedad.

De requerir mayor ayuda sobre qué hacer en caso de vivir o tener conocimiento de hechos de violencia, se puede acudir a la dupla psicosocial.

## MITOS DEL AMOR Y EL POLOLEO

De acuerdo a lo anterior, es necesario dar cuenta de que muchas veces las formas de violencia que se manifiestan en el pololeo son justificadas bajo el amor que se siente por la pareja, o las conductas que serían propias de un pololeo. Dichas nociones, arraigadas en la cultura como mitos en torno al amor romántico, deben ser identificadas y cuestionadas a través de la práctica en la Escuela, ya que estas ideas permiten la existencia de relaciones no sanas y violentas. Aquellas que se manifiestan con mayor regularidad son descritas a continuación.

MITO	REALIDAD
“Si hay amor, todo es posible”	<ul style="list-style-type: none"><li>● Bajo esta creencia, distintos conflictos que generan malestar en el pololeo pueden ser ignorados, pues se piensa que el amor implica soportarlos a toda costa. Es necesario poner énfasis en la comunicación, el diálogo, y la autodeterminación en una relación.</li></ul>
“El amor a primera vista”	<ul style="list-style-type: none"><li>● Legitimar que por el sólo hecho de mirar a alguien existe amor podría generar confusión y sufrimiento para quien lo cree. Es necesario enseñar que el amor y el</li></ul>

	<p>pololeo requiere de un conocimiento más acabado y consentido del otro/a.</p>
<p>“La media naranja”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pensar que existe una persona predeterminada y exclusiva por siempre para cada uno/a puede llevar a establecer una dependencia emocional y rigidez en el pololeo, como también difícilmente tolerar aquello que no se condiga con el ideal de pareja que cada uno/a esperaría del otro/a.</li> </ul>
<p>“Sólo necesito a mi pareja para ser feliz”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tener una relación de pareja trae felicidad a la vida, mas no es completamente responsable de la misma. Es necesario alentar a los/as estudiantes a tener espacios y actividades independientes de la pareja que generen bienestar y felicidad.</li> </ul>
<p>“Los celos son una prueba de amor”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Los celos son una muestra de la inseguridad y la posesión del pololo/a, y llevan a que la relación se vuelva cada vez menos sana. Es necesario clarificar los límites en una relación, poniendo énfasis en la confianza mutua y la libertad de la pareja.</li> </ul>

## EL COQUETEO Y LA SEDUCCIÓN

Adornar y embellecer el cuerpo es un modo de cuidarlo. Son prácticas en las que, a través de la creatividad, podemos expresar cosas diversas: estados de ánimo, deseos, gustos, etc. Este conjunto de posibilidades expresivas ha estado más cerca de la experiencia femenina a lo largo de la historia, de ahí que sean más niñas que niños quienes las incorporan a sus vidas.

Estas prácticas, cuando son usadas con libertad, permiten un mayor conocimiento del propio cuerpo. Ahora bien, cuando son usadas para alcanzar un modelo estereotipado de belleza, se vuelven en contra de quienes las practican.

Demasiadas niñas y cada vez más niños sienten que sólo podrán estar a gusto en sus cuerpos si gustan estéticamente, y que sólo podrán gustar si reproducen un modelo rígido y estereotipado de belleza. O sea, aprenden a tratar a su propio cuerpo desde una mirada ajena que atiende, no tanto a sus posibilidades, sino a lo que le falta o le sobra para reproducir este ideal.

Esto no implica que debemos animar a una niña a que deje de usar el rosa o de ser muy coqueta, ni tampoco todo lo contrario. Se trata, más bien, de escuchar y atender a lo que siente esa niña, que es única y singular, cada vez que se arregla, sea como sea la ropa que elija ponerse: ¿Es feliz y creativa adornándose o se siente presionada para dar una determinada talla o modelo? ¿Su forma de vestirse le hace perder movilidad corporal y frescura a la hora de relacionarse o, por el contrario, le hace sentirse más viva y abierta?

Es importante, por tanto, ayudar a cada niña y a cada niño a buscar su propia manera de expresarse estéticamente; una manera que no les haga renegar de su propio cuerpo, sino que les ayude expresar sus gustos, sentimientos o deseos también a través de la ropa, adornos, peinados, etc. Para ello, es necesario estar a su lado en su proceso de integrar la coquetería y la belleza en sus vidas, sin imponer ningún tipo de modelo, sino dándoles la posibilidad de elegir sin caricaturizar ni moldear su creatividad. Teniendo en cuenta, además, que este es un proceso cambiante.

Imaginemos a una niña que no le gusta adornarse y que suele ir siempre con pantalones, zapatillas y camisetas anchas. Es probable que alguien la tilde de

‘marimacho’, como si su manera de vestir no fuera adecuada. Imaginemos que a esa misma niña le apetece ponerse una falda. Es probable que alguien se ría de ella por el cambio que ha dado. Si esta niña se deja arrastrar por la corriente y no tiene quien escuche y entienda lo que vive y siente, tendrá un lío enorme a la hora de elegir, sentirá que, se ponga lo que se ponga, nunca elegirá bien. Las personas descubren sensaciones y gustos diferentes en cada edad, en cada momento vital, en cada contexto, en cada relación, en cada actividad. Lo importante es que no dejen nunca de preguntarse: ¿Cómo me apetece vestirme hoy? ¿Qué ropa, qué adorno o qué color hacen sentirme bien y me permiten expresar lo que quiero expresar en este momento concreto? Desde ahí, tener diversidad de recursos estéticos es tener más estímulos para dar forma a su necesidad de expresión.

En el caso de los niños, esto implica, por ejemplo, animarles a experimentar qué sienten al usar colores más vivos y atrevidos, y no sólo el azul, beige, marrón o negro. O también, dejarles que disfruten maquillándose o poniéndose los zapatos de lunares de la hermana, sin regañarlos por ello, ya que es su manera de acercarse al mundo.

Junto a la coquetería, existe algo que va más allá. La seducción es la capacidad de expresarse de tal modo que despierte atracción en otra persona, ganas de acercarse y conocer a quien se expresa así. Es un modo de hacer patente que nunca terminamos de conocer a alguien en su totalidad y convertir este hecho en un juego. Con la seducción, podemos descubrir cosas nuevas sobre lo que somos y poner en el centro de las relaciones elementos más lúdicos. Ahora bien, existe un hilo frágil que puede llevar a que una persona opte por ponerse una ‘máscara’ que le resulte más atractiva, en lugar de mostrar algo suyo a través del juego de la seducción. No es lo mismo, por ejemplo, que una niña quiera usar determinado pantalón porque le marca sus caderas de un modo que las hace más bonitas, que querer usarlo para ocultar esas caderas que la niña considera deformes o poco atractivas. Dejar de ser quienes son para gustar es una tarea frustrante. No son ellos o ellas quienes gustan, sino una imagen idealizada y ficticia. Y esta imagen suele quebrarse y estorbar en una relación más profunda. Por eso, es importante también atender y escuchar qué viven cuando se muestran seductores o seductoras. Qué sienten, por ejemplo, cuando se miran

atentamente en el espejo haciendo diferentes gestos, posturas o pasos de baile. Todo esto tiene que ver con la belleza. Cuando una persona resulta atractiva, de algún modo se la ve guapa, aunque no responda al modelo estándar de belleza. Del mismo modo, hay personas que sí responden a ese modelo y, sin embargo, resultan insulsas y artificiales. Esto es así porque la belleza está allí donde una persona se siente libre, entera, cuidada, a gusto con lo que es. Darles la oportunidad de reconocer los momentos en los que se han sentido guapos y guapas, les ayudará a descubrir que cuando alguien está en su propio centro, cuando se comunica y se relaciona transmite belleza.

## RELACIONES SEXUALES

Las *relaciones sexuales* son entendidas como aquellas prácticas y elementos que guardan relación con el entendimiento sexual entre personas. Es importante mencionar que éstas no se limitan únicamente al coito, sino que abarcan una amplia gama de acciones que apuntan a la satisfacción sexual de los/as involucrados/as.

Dentro de estas prácticas se contemplan las caricias, besos, juegos previos y palabras que se disponen al compartir en un encuentro sexual. Las relaciones sexuales necesitan de la penetración para ser consideradas como tal, es mas, hay algunas que ni siquiera precisan del desvestirse y actualmente la sexualidad supera los límites de la corporalidad y nos encontramos con nuevas formas de entenderla, como lo es el cibersexo. Existen muchas maneras de desplegar la sexualidad, lo importante es entender que todas y cada una de ellas son válidas y no existe una única manera de entenderlas.

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Los *métodos anticonceptivos* son técnicas o dispositivos utilizados para prevenir el embarazo. Existen distintos tipos, entre los que se encuentran los métodos de barrera (condón femenino y masculino), hormonales de ingesta oral (pastillas) o inyectables y por medio de un procedimiento de acomodación (dispositivo intrauterino).

## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE DIVERSOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

ANTICONCEPTIVO	DESVENTAJAS	VENTAJAS
ANTICONCEPTIVOS ORALES	<p>La no ingesta de una pastilla puede generar desprotección.</p>	<p>El uso de este método suele ser muy efectivo. Si se escoge el adecuado, por medio de supervisión médica, permite la disminución del flujo y dolores menstruales, ayudando que sean menos las dificultades durante el período.</p>
ANTICONCEPTIVOS INYECTABLES	<p>Este método requiere de planificación y asistencia a un centro médico para ser administrado.</p> <p>El uso a largo plazo de anticonceptivos inyectables de progestina a menudo causa amenorrea (cese de la menstruación).</p>	<p>Los inyectables mensuales que contienen una combinación de estrógeno y progestina producen ciclos menstruales más regulares. Cualquiera de este tipo de inyectables puede ser adecuado, según las necesidades y los deseos particulares.</p>
DIU (DISPOSITIVO INTRAUTERINO)	<p>Las desventajas de este anticonceptivo estarían asociadas a la dificultad para notificar la presencia de molestias o</p>	<p>Este método anticonceptivo exige menor regularidad en términos de su administración.</p>

	complicaciones médicas, si ocurrieran.	
MÉTODOS DE BARRERA (CONDONES MASCULINOS Y FEMENINOS)	Su uso implica poner énfasis en la destreza manual al momento de manipularlo.	Es el método anticonceptivo más accesible y de menor costo. Si se utiliza correctamente, es el único que protege contra enfermedades de transmisión sexual.

## PERSPECTIVA DE GÉNERO

Hablar de sexualidad supone también entender que el colegio es un espacio fundamental de socialización de los/as estudiantes, ya que que a través de sus prácticas pedagógicas y cotidianas, entrega distintos mensajes que dan a entender cómo debe ser vivido el género y la identidad, pudiendo limitar el libre desenvolvimiento de éstos/as elementos.

### ¿QUÉ ENTENDEMOS POR GÉNERO?

El concepto de *género* hace referencia a las características sociales y culturales que se asocian al ser hombre o mujer. En otras palabras, engloba las ideas, creencias y expresiones que se esperan tradicionalmente de lo femenino y lo masculino, en base al sexo biológico.

Entendiendo esto, es que incorporar una *perspectiva de género* implica comprender de manera crítica cuáles son las ideas que se establecen en torno al ser hombre, mujer u otro género a través de las distintas prácticas, y en qué medida facilitan o no el desarrollo de los/as estudiantes, en igualdad de oportunidades.

### IDENTIDAD DE GÉNERO Y EXPRESIÓN DE GÉNERO

La *identidad de género* alude a cómo cada persona vive de manera interna e individual su género, configurando la relación que establece con su propio cuerpo. La identidad de género de una persona puede diferir del sexo biológico con el cual nació. Por ejemplo, una persona podría ser biológicamente hombre pero sentir que en términos de su identidad de género es mujer.

La *expresión de género* refiere a cómo cada persona refleja su identidad de género hacia los/as demás. Esta puede ser percibida a través del nombre que la persona elige, las vestimentas que ocupa, las conductas que muestra, entre otros aspectos.

## IDENTIDAD DE GÉNERO EN LA NIÑEZ

La niñez supone una etapa de exploración del propio cuerpo y del mundo que me rodea. Es esperable que durante los primeros años de vida, el niño o la niña vaya progresivamente expresando a sus seres queridos sus gustos y cómo se siente en relación a su cuerpo.

En los primeros años de vida, los niños y niñas van a tratar de comprender las diferencias entre los sexos, explorando con curiosidad sus cuerpos y el de los/as otros/as. Es esperable que en esta etapa se comiencen a advertir las primeras características de su identidad de género.

En ese sentido, si bien antes de los seis años los niños y niñas ya toman conciencia de ser hombre o mujer en base a su sexo, podría suceder que no se sientan a gusto con su identidad y su cuerpo, y que lo expresen a sus seres queridos de ese modo. En tal caso, es necesario responder con naturalidad a sus preguntas e inquietudes, no juzgando ni haciendo sentir que la forma en que desea expresarse es incorrecta. Siempre es necesario poner énfasis en la capacidad que tienen para elegir cómo quieren mostrarse al mundo.

## IDENTIDAD DE GÉNERO EN LA ADOLESCENCIA

Ya que la adolescencia es una etapa de fuertes cambios físicos y emocionales, es esperable que el o la adolescente esté en una permanente búsqueda por saber quién es. En ese sentido, es posible dar cuenta que en esta etapa la identidad de género de



la o el adolescente podría ir variando y adoptando características muchas veces confusas, en tanto no se condigan con lo que tradicionalmente se esperaría de ser hombre o mujer.

Es necesario brindar comprensión y apoyo a cómo el o la adolescente expresa su género durante esta etapa, puesto que independiente de si se trata de algo más exploratorio o permanente, sigue siendo un intento por sostener una identidad que desea mostrar a los demás de manera libre.

## ¿QUÉ ES SER TRANS?

Las personas **trans**, son aquellas cuya identidad de género difiere del sexo biológico con el cual nacieron, y, en consecuencia, del género que se esperaría tradicionalmente de él o ella. En ese sentido, cuando se habla de *trans hombre*, refiere a una persona que biológicamente nació mujer, sin embargo, se identifica como hombre. *Trans mujer*, sería quien nació como hombre, pero se identifica como parte del género femenino.

Las personas trans suelen adoptar un nombre propio del género con el cual se identifican, el cual se denomina **nombre social**. Será crucial que como comunidad escolar se le llame a la persona trans por el nombre que eligió, puesto que es el primer paso para reconocer y aceptar la identidad que decide sostener y refleja el respeto hacia su persona en su proceso de autodeterminación.

La vivencia de ser trans no se circunscribe a una etapa en particular. Un **niño o niña** desde temprana edad podría dar muestras de que no se siente a gusto con el género que los demás ven en él o ella, exigiendo ser llamado/a con un nombre distinto, vestir otras ropas, etcétera. Ahora bien, podría también suceder que un niño/a se identifique con el género con el que nació hasta la **adolescencia** e incluso la **adulthood joven**, pudiendo en estas otras etapas decidir si quiere expresarse de distintas maneras. Independientemente del momento en que el o la estudiante exprese que no se siente cómodo/a con su cuerpo y/o su identidad, esto debe ser considerado y respetado por sus seres queridos y sus profesores/as.

Se debe poner cuidado en no restringir ni tratar de corregir al o la estudiante, y por ello, siempre es necesario revisar nuestras propias creencias personales y cómo transgreden los límites del otro.

## ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE SER TRANSGÉNERO Y SER TRANSEXUAL?

Si bien tanto las personas transgénero como transexuales sienten que el sexo con el cual nacieron no concuerda con su género, las personas **transexuales** deciden someterse a un proceso de reasignación de su sexo biológico a través de métodos hormonales y quirúrgicos. En cambio, una persona **transgénero** expresará el género con el cual se identifica tan sólo a través de su vestimenta, nombre, conductas, etcétera, sin una intervención médica asociada.

## ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Los **estereotipos de género** refieren a las creencias e ideas en torno a lo que tradicionalmente se esperaría de ser hombre o mujer. Estas concepciones aluden a la vestimenta que se debería usar, los roles que se deberían cumplir, las conductas a ser expresadas, entre otros aspectos.

Los estereotipos se encuentran tan arraigados en nuestra cultura, muchas veces no nos damos cuenta de cómo los reproducimos en nuestro día a día. Esto puede ser un problema, en tanto se excluyen otras formas de expresarse que no concuerdan con lo que se esperaría de ser hombre/mujer o niño/niña, implicando muchas veces discriminación y un obstáculo para el libre desarrollo de quienes componen la comunidad escolar.

En relación a los estereotipos de género en la **niñez**, hay que tener en cuenta que, por ejemplo, cuando se escoge ropa (azul o rosada), juguetes (autitos o muñecas) o actividades (jugar al fútbol o a la casita), se están entregando mensajes a los niños y niñas desde temprana edad sobre los roles de hombre y de mujer. Es importante tomar conciencia de los mensajes que se están entregando al niño o niña, no corrigiendo si quiere expresar gustos o actividades distintas a lo que se esperaría, puesto que de lo contrario, estaríamos reproduciendo los estereotipos de género.

De la misma manera, es necesario transmitir a los/as estudiantes que no hay habilidades o actividades exclusivas de hombre o de mujer. A modo de ejemplo, los talleres de cocina o de aseo de espacios no son actividades que sólo corresponden a las estudiantes, como tradicionalmente se esperaría, sino a todos/as los/as estudiantes. Se deberá poner énfasis en que las habilidades que enseña la Escuela tienen que ver con la capacidad de autodeterminación que quiere desarrollar en sus estudiantes, y para ello, no hay distinción de género.

## ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

Se entiende por **violencia de género** como todo acto que se ejerce contra una persona en razón de su género, teniendo como resultado una vulneración ya sea a nivel físico, sexual, psicológico, emocional, social, económico, etc. La violencia de género puede manifestarse de distintas formas, siendo una de las más comunes en el contexto escolar el ser discriminado/a por mi género, por mi identidad de género, orientación sexual, como también la violencia en el pololeo ya descrita.

Es necesario prestar atención como docentes e integrantes de la comunidad escolar a todo tipo de acción que pudiera suponer una limitación en base al género del o la estudiante. Ejemplo de esto sería el potenciar más las habilidades de un estudiante en desmedro de otra puesto que se trata de una clase en donde como docente valoro más lo masculino, o no reconocer la vivencia trans de un estudiante y llamarle por el nombre con el que no se identifica, como también hacer chistes sexistas o machistas, entre otras acciones.

## ¿QUÉ ES LA EQUIDAD DE GÉNERO?

La **equidad de género** apunta a que hombres, mujeres o toda variante del género reciban un trato justo y pueda acceder a las oportunidades y condiciones que requieren para vivir plenamente. En otras palabras, equivale a decir que no por haber nacido bajo determinado sexo tendré menos oportunidades o derechos, lo cual sería violencia de género.

La equidad de género no implica que hombres y mujeres sean iguales, puesto que todas las personas son diferentes. En ese sentido, la equidad de género

comprende el contexto cultural y social en el que cada género se desenvuelve en la actualidad, con el fin de reconocer los recursos que se deben emplear para evitar todo tipo de discriminación y asegurar un trato justo.

Es necesario prestar atención a estos conceptos, ya que implican brindar las mismas oportunidades de aprendizaje y desarrollo a los/as estudiantes en todo nivel, independiente de su género, identidad de género u orientación sexual. En ese sentido, es importante dar cuenta de los mensajes que se entregan a los/as estudiantes, ya sea en la sala de clases o en el día a día respecto del género y sus condiciones asociadas, puesto que éstos son incorporados desde muy tempranamente.

De acuerdo a lo anterior, será necesario revisar de qué manera se establecen las relaciones en el colegio y si hay un clima que abogue por la equidad de género, pues estos elementos configuran un ejemplo en el que se basarán las y los estudiantes para sus propias realidades.

Por lo tanto, se promueven las actividades no sexistas: fomentar la existencia de equipos de trabajo mixtos, practicar un lenguaje inclusivo (hablar de niños y niñas), transmitir a los/as estudiantes que todos y todas pueden realizar las actividades que les parezca y que su género no es un impedimento, entre muchos otros elementos.

## ¿CÓMO TRABAJAR CON MIS LÍMITES? (PREVENIR RIESGOS)

Una sexualidad responsable implica tomar conciencia de los propios límites y el de los/as otros/as. En ese sentido, es necesario potenciar la autonomía de los y las estudiantes, siempre poniendo énfasis en el autocuidado que conlleva el desenvolverse con libertad. Si bien sufrir de un **abuso** o de una situación que vulnera la integridad de un/a estudiante nunca será su culpa, sí es necesario brindar elementos que les permitan prevenir estas situaciones.

## NIÑEZ (2 A 11 AÑOS)

Es necesario enseñar desde temprana edad a los/as niños/as sobre la posibilidad de sufrir abusos o agresiones sexuales, o acciones que traspasen sus límites. En ese sentido, la labor formativa consistirá en hacerles ver que las caricias y las muestras de afecto pueden ser aceptadas tan sólo viniendo de alguien de confianza para el/la estudiante, siempre poniendo énfasis en la comodidad o incomodidad que puede sentir.

Debido a que las agresiones sexuales podrían venir tanto desde desconocidos como desde familiares cercanos para el/la estudiante, es necesario enseñarles que, independiente del grado de cercanía con otra persona, hay partes del cuerpo que deben ser especialmente resguardadas y que tan sólo él o ella pueden tocar con libertad.

De esta manera, es necesario poner énfasis en marcar un “**no**” toda vez que una persona realice tocaciones que generen incomodidad. Así, se deberá transmitir que el pene, la vagina, el pecho, trasero, entre otras zonas asociadas al erotismo, son partes protegidas para el niño o niña y que, de ser tocadas en una situación impropia, deberá ser alertado a la o el docente.

Será importante ayudar al niño o niña a distinguir qué personas no forman parte de su círculo cercano y en qué contextos las partes ya mencionadas podrían ser tocadas excepcionalmente, tales como una consulta médica, un baño tratándose de estudiantes más pequeños/as, etc.

Por lo tanto, aprender a denominar las partes íntimas del cuerpo en un contexto más protegido será esencial para comenzar desde temprana edad a marcar los límites con respecto a estas zonas, y describir con mayor precisión en caso de que alguien las haya transgredido. Esto siempre en la línea de cuidarse y respetarse a uno mismo, más que hacerle pensar que el mundo es un lugar inseguro y que por lo tanto debe restringirse constantemente.

## PREADOLESCENCIA Y ADOLESCENCIA (12 A 20 AÑOS)

Es fundamental enseñar a los/as adolescentes sobre el valor del consentimiento, pues habla del respeto y la valoración de uno mismo/a y del otro/a como seres humanos

con capacidad de elección. La preocupación por el consentimiento, como expresión que da a entender a la persona si es que accede o no a realizar alguna acción, debe estar presente no sólo en cuanto a las relaciones sexuales, sino también para toda muestra de afecto.

De esta manera, es necesario enseñar que siempre se debe velar porque ambas personas se sientan cómodas y exprese activamente su deseo de estar siendo parte de una acción sexual o afectiva. Si bien se podría pensar que la forma más sencilla de identificar si no hay consentimiento es que alguien exprese **¡no!**, esto no siempre se da así, y es esencial enseñar a los/as estudiantes a identificar otras formas.

Estar rígido/a, mostrar expresiones de temor, desagrado, sorpresa o enojo, o responder “no sé” o simplemente no responder ante la pregunta de si se quiere realizar un acto sexual o afectivo, son elementos que permiten pensar que el consentimiento no está muy claro en la relación. Será importante que los/as estudiantes puedan identificar estos elementos, para evitar ser partícipes de situaciones de abuso o de vulneración del otro/a.

Otro elemento que debe ser abordado con adolescentes y jóvenes refiere al **sexting**, o envío de mensajes sexuales o eróticos a través de las redes sociales. Esta práctica se configura como una nueva forma de relacionarse en un pololeo o entre personas que se gustan, incluyendo conversaciones virtuales en el plano sexual, envío de fotografías con ropa ligera o desnudos/as, etcétera. Es importante enseñar a los/as estudiantes que estas prácticas pueden ser un riesgo toda vez que no existe una confianza con la persona a quien se envían estos elementos. Por lo mismo, se vuelve necesario poner énfasis en el cuidado del propio cuerpo.

## PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES ACORDE AL PLAN DE SEXUALIDAD

A continuación se presentan las fechas de algunas actividades que se realizarán este año con el propósito de profundizar en los conocimientos que entrega este documento. Se vuelve muy necesario mencionar que para su planificación se han revisado las encuestas y es a partir de ellas que se han seleccionado las temáticas.

De igual manera, se ha dispuesto de un formulario anónimo que recogerá las dudas que pudiesen surgir en los y las estudiantes y serán acogidas y respondidas por

la dupla psicosocial para orientarles. Así, esta iniciativa de consejería se alinea a los propósitos del plan de sexualidad.

Por otro lado, y no menos importante, es necesario recordar que de manera transversal en todas las clases impartidas se incorpora una visión que contemple la lectura de género, además de la implementación del plan ADIE que permite un reforzamiento desde el área socioemocional a aquellas áreas relacionadas a la sexualidad, afectividad y género de los y las jóvenes. Así, se da cuenta del constante trabajo y esfuerzos puestos en abordar estas temáticas.

### PRIMER SEMESTRE AÑO 2022

<p><b>Charla: Relaciones afectivas respetuosas y responsables: evitemos la violencia en el pololeo</b></p> <p>Destinado a: Estudiantes de enseñanza media</p> <p>Profesionales a cargo: Rocío Potthoff y Valentina Ansaldo</p>	<p><b>Junio del año 2022</b></p>
<p><b>Taller de autoconocimiento personal y autoestima</b></p> <p>Destinado a estudiantes de enseñanza básica</p> <p>Profesionales a cargo: Rocío Potthoff y Valentina Ansaldo</p>	<p><b>Julio del año 2022</b></p>

## SEGUNDO SEMESTRE AÑO 2022

<p>Charla apoderad@s <b>¿Cómo hablar de sexualidad con mis hijos?</b></p> <p>Destinado a: enseñanza básica</p> <p>Profesionales a cargo: Rocío Potthoff y Valentina Ansaldo</p>	<p><b>Septiembre del año 2022</b></p>
<p>Charla apoderad@s <b>¿Cómo hablar de sexualidad con mis hijos?</b></p> <p>Destinado a: enseñanza media</p> <p>Profesionales a cargo: Rocío Potthoff y Valentina Ansaldo</p>	<p><b>Septiembre del año 2022</b></p>
<p>Charla: <b>Lo virtual es real: buen uso de redes sociales</b></p> <p>Destinado a: enseñanza media</p> <p>Profesionales a cargo: Equipo de convivencia escolar</p>	<p><b>Octubre del año 2022</b></p>

## SUGERENCIAS PARA TRABAJAR CON LOS ESTUDIANTES

### MITOS ASOCIADOS A LA SEXUALIDAD

Cuando los y las jóvenes no tienen a quién recurrir, o si la persona a la que recurren no tiene las respuestas o la disposición a pensar con ellos/as la sexualidad, se van reproduciendo mitos y estereotipos. El internet que es donde la información



disponible no es siempre correcta y no existe ningún sistema de control para ver a lo que llegan por lo que es recomendable preguntarles directamente lo que ellos saben o no del tema y qué mejor que trabajando respecto de los mitos.

Esto es una sugerencia y a continuación se añaden algunas frases que funcionan a modo de insumo para el trabajo en clases.

## ENSEÑANZA BÁSICA

<b>Relato</b>	<b>Mito</b>	<b>Realidad</b>
Sí dos niños se besan pueden tener un hijo o hija	<b>Mito</b>	
Está mal que un niño guste de otro niño de su mismo sexo o género.	<b>Mito</b>	
Dos novios deben compartir todo y gustarles las mismas cosas, sino, no se quieren.	<b>Mito</b>	

## ENSEÑANZA MEDIA

<b>Relato</b>	<b>Mito</b>	<b>Realidad</b>
Los celos dentro de las relaciones de pololeo son una muestra de amor y preocupación	Mito	
En una relación heterosexual son las mujeres quienes deben sostener emocionalmente a su pareja dentro de la relación y los hombres deben protegerlas.	Mito	
Se espera que una pareja pueda comprender que el consentimiento es una valoración propia del deseo y por ende cambiar de opinión no ha de ir en desmedro de otras actitudes		Realidad
No pueden gustarte los hombres y las mujeres por igual	Mito	

## ¿CÓMO HACER DE ESTE PROGRAMA UN DOCUMENTO VIVO?

La implementación del plan de Sexualidad, Afectividad y Género requiere de una constante revisión, actualización y profundización. De esta manera, podremos ampliar el alcance que tienen las temáticas que aquí se abordan, diversificando las áreas de su aplicación.

Se vuelve necesario que este documento y sus planteamientos sean constantemente discutidos. La idea es poder considerar las diferentes perspectivas que puedan ir surgiendo en el ejercicio de su aplicación, enriqueciendo su perspectiva de manera concordante a las necesidades de los y las estudiantes y de la comunidad escolar en general.

## GLOSARIO

A continuación encontrarás una definición de los principales conceptos que fueron desarrollados en el plan de sexualidad, afectividad y género de nuestro colegio. Puedes consultarlos cuando estimes conveniente.

**Afectividad:** dimensión del desarrollo humano que comprende un conjunto de emociones, estados de ánimo y sentimientos que inciden en el pensamiento, conducta y forma de relacionarse con uno mismo/a y con los demás.

**Autoconocimiento:** facultad de conocer e identificar los distintos aspectos que me conforman como persona.

**Autoerotismo:** conjunto de acciones y sensaciones placenteras experimentadas en el propio cuerpo y que provienen de la propia estimulación.

**Ciberacoso:** acto de intimidación por medio de las tecnologías digitales. Puede ocurrir en las redes sociales, las plataformas de mensajería, las plataformas de juegos y los teléfonos móviles. Es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas.

**Consentimiento:** implica expresar activamente estar de acuerdo con realizar una acción, tanto a nivel verbal como corporal. Es la base para toda interacción sexual o afectiva.

**Diversidad sexual:** reconocimiento de las distintas orientaciones sexuales e identidades de género presentes en la sociedad.

**Emociones:** reacciones que experimentamos frente a las distintas experiencias a las que nos enfrentamos día a día. Algunas de ellas son la felicidad, la ira, el miedo, la tristeza, la sorpresa y el asco.

**Equidad de género:** refiere a que hombres, mujeres o toda variante del género reciban un trato justo, con el fin de que todos/as puedan acceder a las oportunidades y derechos que requieren para vivir plenamente.

**Esteretipos de género:** refieren a las creencias e ideas en torno lo que tradicionalmente se esperaría de ser hombre o mujer, tales como la vestimenta, los roles, conductas, intereses, etc. De ellos emergen prejuicios que podrían derivar en discriminación.

**Expresión de género:** refiere a cómo cada persona refleja su identidad de género hacia los/as demás, y puede ser percibida a través del nombre que la persona elige, su vestimenta, conductas, etc.

**Eyaculación:** Fluido blanquecino de consistencia pegajosa que se expulsa por el pene al alcanzar un grado de excitación sexual. Se compone de espermatozoides y líquido seminal.

**Género:** refiere a las características sociales y culturales que se asocian al ser hombre o mujer, englobando las ideas, creencias y expresiones que se esperan tradicionalmente de lo femenino y lo masculino, en base al sexo biológico.

**Hombre trans:** persona que biológicamente nació mujer, sin embargo, se identifica como hombre.

**Identidad de género:** alude a cómo cada persona vive de manera interna e individual su género y su propio cuerpo, pudiendo diferir del género asociado al sexo biológico con el cual nació.

**Identidad sexual:** es la concepción que cada persona sostiene respecto del ejercicio de su sexualidad, involucrando aspectos como la atracción y la satisfacción o disfrute sexual.

**Masturbación:** acto de estimular las zonas genitales o erógenas con el fin de obtener placer sexual.

**Menarquía:** la aparición de la primera menstruación en la niña.

**Menstruación:** flujo sanguíneo que se expulsa por la vagina periódicamente (todos los meses). Ocurre cada vez que un óvulo no ha sido fecundado y el revestimiento de la paredes del útero se desprende originando el sangrado.

**Métodos anticonceptivos:** técnicas o dispositivos utilizados para prevenir el embarazo. Existen los métodos de barrera (condón femenino y masculino), hormonales de ingesta oral (pastillas) o inyectables y por medio de un procedimiento de acomodación (dispositivo intrauterino) o quirúrgico (esterilización o vasectomía).

**Mujer trans:** persona que biológicamente nació como hombre, sin embargo, se identifica como mujer.

**Nudes:** del término en inglés que puede traducirse como “desnudos”, refiere a fotografías íntimas tomadas con la intención de compartir un momento sexual con otro/a o de iniciar una interacción de índole sexual.

**Orgasmo:** punto en el que se alcanza el mayor grado de satisfacción sexual.

**Orientación sexual:** capacidad de cada persona de sentir atracción emocional, afectiva y sexual hacia otras personas, pudiendo ser de un mismo género (orientación *homosexual*), de un género distinto al suyo (orientación *heterosexual*), hacia ambas (orientación *bisexual*), u otras orientaciones (pansexual).

**Perspectiva de género:** visión crítica que reflexiona acerca de las desigualdades que derivan de las diferencias entre los géneros, con el fin de adoptar acciones que aseguren el desarrollo de todos y todas.

**Polución:** Expulsión de semen de manera involuntaria que ocurre normalmente durante el sueño.

**Responsabilidad afectiva:** desarrollo y expresión de la afectividad respecto a los/as otros/as, basando las relaciones en el respeto y el consentimiento mutuo.

**Sexo biológico:** refiere a las características físicas y anatómicas al momento de nacer.

**Sexting:** Interacción sexual por medio de envío de mensajes de contenido sexual o erótico a través de las redes sociales.

**Trans:** personas que sienten que su identidad de género no concuerda con el género asociado tradicionalmente al sexo biológico con el que nacieron.

**Transgénero:** persona que no se identifica con el sexo biológico con el cual nació y que expresa su verdadero género a través de su vestimenta, apariencia, conductas, etc, sin que medie un proceso quirúrgico.

**Transexual:** persona que no se identifica con el sexo biológico con el cual nació y por ello se ha sometido a métodos hormonales y procesos quirúrgicos para que su sexo sea reasignado.

**Violencia de género:** todo acto que se ejerce contra una persona en virtud de su género, teniendo como resultado una vulneración ya sea a nivel físico, sexual, psicológico, emocional, social, económico, etc.

**Violencia en el pololeo:** denigración sistemática a la pareja ya sea en el plano social, psicológico, físico o sexual, que se legitima en tanto es justificada por medio del amor y la posesión del otro.

**Zonas erógenas:** distintas partes del cuerpo que debido a su alta sensibilidad, tienen la potencialidad de entregar placer si se las estimula.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS/ SUGERENCIAS PARA MÁS INFORMACIÓN

- <http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/La%20educaci%C3%B3n%20sexual%20de%20ni%C3%B1as%20y%20ni%C3%B1os%20de%206%20a%2012%20a%C3%B1os.pdf>
- Algunas actividades para los más pequeños:  
<http://200.14.53.83/index.php/opuntiabrava/article/view/284/279>
- <http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/100-Preguntas-Sobre-Sexualidad-Adolescente.pdf>
- <https://www.crececontigo.gob.cl/tema/educacion-sexual/>
- [https://ncsby.org/sites/default/files/NCSBY-osb-behavior-2009\\_span%5B1%5D.pdf](https://ncsby.org/sites/default/files/NCSBY-osb-behavior-2009_span%5B1%5D.pdf)