

Universidad Católica de Santa María
Facultad de Obstetricia y Puericultura
Segunda Especialidad en Salud Sexual y Reproductiva del
Escolar y Adolescente



Sesión Educativa: Yo se cuidar mi cuerpo. Institución Educativa Juan Domingo Zamácola y Jáuregui. 5to Grado de Primaria

Trabajo académico presentado por la Licenciada

Cárdenas Núñez Yenhny Margareth

ORCID: 0000-0003-2278-9383

Para optar el Título de Segunda Especialidad en
Salud Sexual y Reproductiva del Escolar y Adolescente

Asesor(a)

Dra. Oviedo Tejada, Verónica Florencia

ORCID: 0000-0001-9947-1002

Arequipa – Perú

2024

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

**SEGUNDA ESPECIALIDAD EN SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA DEL ESCOLAR
Y ADOLESCENTE**

SEGUNDA ESPECIALIDAD CON TRABAJO ACADÉMICO

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 25 de Abril del 2024

Dictamen: 012214-C--2024

Visto el borrador del expediente 012214, presentado por:

2000972382 - CARDENAS NUÑEZ YENHNY MARGARETH

Titulado:

**SESIÓN EDUCATIVA: YO SE CUIDAR MI CUERPO. INSTITUCIÓN EDUCATIVA JUAN DOMINGO
ZAMÁCOLA Y JAÚREGUL. 5TO GRADO DE PRIMARIA**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA DEL ESCOLAR Y ADOLESCENTE

**29374447 - FERNANDEZ VASQUEZ ARMIDA ANGELITA
DICTAMINADOR**



**29677873 - HERRERA CARDENAS MARCOS ERVETH
DICTAMINADOR**



**29630138 - MEZA FLORES FABIOLA CARMEN
DICTAMINADOR**



Sesión Educativa: Yo se cuidar mi cuerpo. Institución Educativa Juan Domingo Zamácola y Jáuregui. 5to Grado de Primaria

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

23%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	view.genial.ly Fuente de Internet	3%
2	tuguiadeaprendizaje.co Fuente de Internet	2%
3	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	2%
4	trebolito.com Fuente de Internet	1%
5	www.gipps.org Fuente de Internet	1%
6	cdn.www.gob.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad de Cádiz Trabajo del estudiante	1%
8	www.msmanuals.com Fuente de Internet	1%

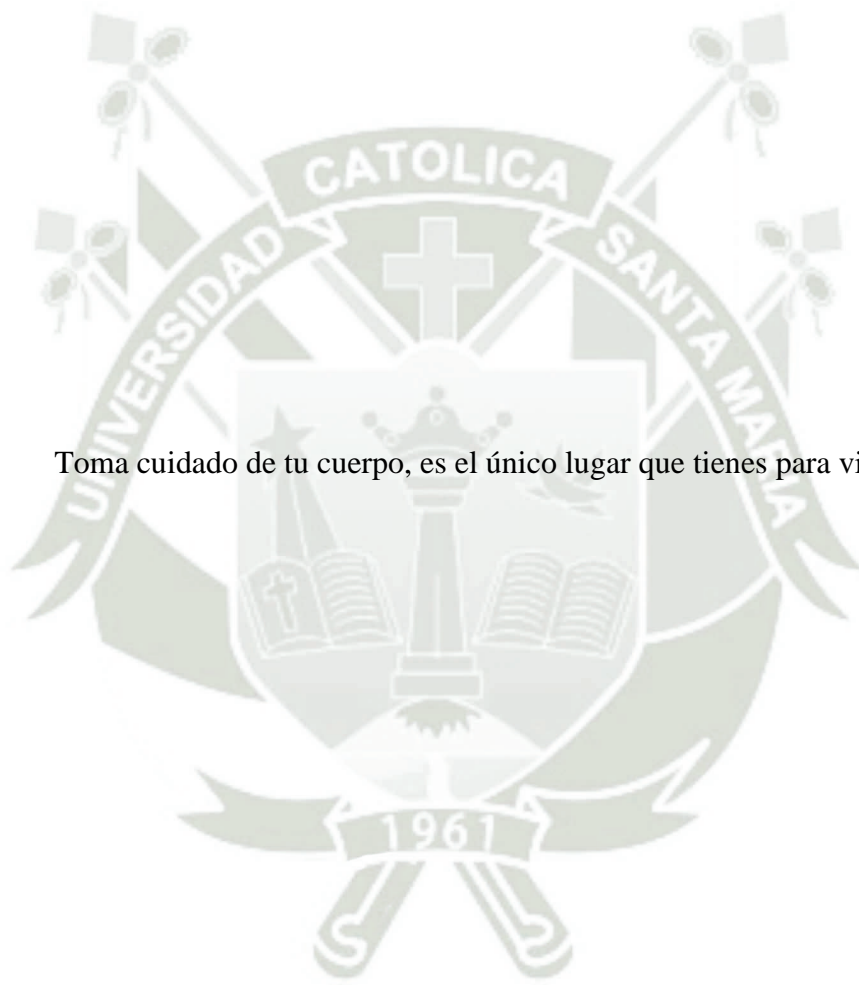


Dedicatoria

A mis padres, por haberme forjado como la persona que soy
y enseñarme el camino a la superación.

A mi esposo, por su apoyo incondicional, tolerancia e
infinita paciencia.

A mis hijos, por ser mi motor de cambio y comprender que
todo sacrificio tiene su recompensa.



Toma cuidado de tu cuerpo, es el único lugar que tienes para vivir

Jim Rohn

RESUMEN

OBJETIVO: Desarrollar una sesión educativa que promueva el empoderamiento en las niñas y niños para que reconozcan su cuerpo como valioso, enseñándoles límites personales y maneras de buscar ayuda para prevenir el acoso y abuso sexual.

RESUMEN: Se realizó una sesión educativa de 1 hora 30 min dividida en 2 partes de 45 min en la institución educativa de educación básica regular Juan Domingo Zamácola y Jáuregui, nivel primario, 5to grado sección C, con la participación de 24 alumnos entre 10 y 11 años.

Para el desarrollo de la sesión se preparó material de escritorio pertinente al tema a desarrollar, se utilizaron láminas y siluetas del cuerpo humano, se prepararon carteles como ayuda visual para el desarrollo de la parte práctica y retroalimentación y se utilizaron papelotes y plumones para el trabajo de lluvia de ideas. Se empleó la metodología de aprendizaje basada en proyectos y aprendizaje basado en juegos.

La primera parte dio inicio con la presentación de la sesión y con la dinámica de la telaraña para conocer a los alumnos, se desarrolló el componente teórico: Conociendo mi cuerpo, cambios anatómicos y fisiológicos, componente práctico: Visualizando mi cuerpo y se cerró la primera parte con la retroalimentación: Yo conozco mi cuerpo.

La segunda parte inicio con la presentación de la sesión, se desarrolló el componente teórico: Semáforo de sexualidad y autocuidado, red de apoyo para la prevención de acoso y abuso sexual, componente práctico con la actividad del rompecabezas y la sesión terminó con la retroalimentación “Yo se cuidar mi cuerpo”.

Durante el desarrollo de la sesión nos encontramos con saberes previos en relación con el contenido planteado para lograr nuestro objetivo, esta información que la obtuvieron sin filtro al vivir en un mundo globalizado y tecnológico, facilitó el desarrollo de las actividades propuestas, sin embargo, mucho de lo manifestado distaba de la realidad.

CONCLUSIÓN: Se desarrolló la sesión educativa con la participación del 100% de los alumnos del 5to grado C, los cuales reconocieron su cuerpo y los cambios anatómicos y fisiológicos que se producen, aprendieron a poner límites personales a los toques indebidos y establecieron su red de apoyo para prevenir el acoso y abuso infantil.

PALABRAS CLAVE: Educación sexual – Escolares – Prevención

ABSTRACT

OBJECTIVE: Develop an educational session that promotes empowerment in girls and boys so that they recognize their bodies as valuable, teaching them personal limits and ways to seek help to prevent sexual harassment and abuse.

SUMMARY: An educational session of 1 hour 30 minutes divided into 2 parts of 45 minutes was carried out at the Juan Domingo Zamácola y Jáuregui regular basic education educational institution, primary level, 5th grade section C, with the participation of 24 students between 10 and 11 years old.

For the development of the session, stationery material relevant to the topic to be developed was prepared, sheets and silhouettes of the human body were used, posters were prepared as a visual aid for the development of the practical part and feedback, and paper and markers were used for the work. brainstorming. The project-based learning and game-based learning methodology was used.

The first part began with the presentation of the session and with the dynamics of the spider web to get to know the students, the theoretical component was developed: Knowing my body, anatomical and physiological changes, practical component: Visualizing my body and the first part with feedback: I know my body.

The second part began with the presentation of the session, the theoretical component was developed: Sexuality and self-care traffic light, support network for the prevention of sexual harassment and abuse, practical component with the puzzle activity and the session ended with the feedback “I know how to take care of my body.”

During the development of the session we found prior knowledge in relation to the content proposed to achieve our objective, this information that was obtained without filter by living in a globalized and technological world, facilitated the development of the proposed activities, however, much What was stated was far from reality.

CONCLUSION: The educational session was developed with the participation of 100% of the 5th grade C students, who recognized their body and the anatomical and physiological changes that occur, learned to set personal limits to inappropriate touches and established their support network to prevent child bullying and abuse

KEYWORDS: Sexual education – Schoolchildren – Prevention

ÍNDICE

Dedicatoria	
Epígrafe	
Resumen	
Abstrac	
Introducción	1
CAPÍTULO I	3
MARCO CONCEPTUAL	3
1. CAMBIOS ANATÓMICOS Y FISIOLÓGICOS	3
2. CAMBIOS CORPORALES GENERALES DE LA PUBERTAD EN LAS NIÑAS ..5	
3. CAMBIOS CORPORALES GENERALES DE LA PUBERTAD EN LOS NIÑOS .5	
4. SEMÁFORO CORPORAL	10
5. CÍRCULO DE SEGURIDAD	14
6. METODOLOGÍA EDUCATIVA	16
7. SESIÓN EDUCATIVA	17
CAPÍTULO II	19
MARCO METODOLÓGICO	19
CAPÍTULO III	26
DISCUSIÓN	26
CONCLUSIONES	29
RECOMENDACIONES	30
REFERENCIAS	31
ANEXOS	35

INTRODUCCIÓN

La información y formación en salud sexual en los escolares es primordial para que fomenten su autocuidado en su entorno familiar, centro educativo y comunidad.

Durante el 2023 se han reportado 21 585 casos de violencia sexual contra la población femenina y cerca del 70% de ellos tuvo como víctimas a menores de edad y de ellos 25% son estudiantes de primaria, esta lamentable situación pone en vitrina las falencias del Estado. Según la ONU, la violencia sexual, es cualquier acto de naturaleza sexual cometido contra la voluntad de otra persona, esto va desde tocamientos indebidos, acoso sexual hasta violación sexual y es una de las menos reportadas dado que involucra la integridad y la dignidad de la persona (1).

La educación sexual en los escolares es importante ya que forma parte de la educación integral de la persona y forma parte del desarrollo de su personalidad (2).

El de 03 de junio de 2021 se aprobaron los “Lineamientos de Educación Sexual Integral para la Educación Básica” con resolución Viceministerial N° 169-2021-MINEDU, la cual tiene como objetivo “establecer las orientaciones para la implementación pertinente y oportuna de la educación sexual integral en las instituciones educativas y los programas educativos de educación básica, tanto públicas como privadas, en sus diversas modalidades, niveles, ciclos y modelos de servicios educativos, que permita la vivencia de la sexualidad de manera segura, responsable, saludable y placentera de acuerdo a la etapa de desarrollo y madurez de las y los estudiantes” (3).

Los objetivos de la educación sexual son contribuir al bienestar y desarrollo integral de las y los estudiantes, fortalecer la convivencia democrática, intercultural, igualitaria e inclusiva, libre de toda discriminación, exclusión y violencia y contribuir a la prevención de diversas problemáticas vinculadas a la vivencia de la sexualidad, para ello es necesario la incorporación de profesionales con las competencias pertinentes en los centros educativos, para trabajar multidisciplinariamente y lograr que los niños tengan los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que les ayuden a proteger su salud, tomar decisiones responsables, acrecentar relaciones sociales y sexuales respetuosas y comprender y proteger los derechos de los demás.

El presente trabajo académico tiene con objetivo desarrollar una sesión educativa que promueva el empoderamiento en los niñas y niños para que reconozcan su cuerpo como valioso, enseñándoles límites personales y maneras de buscar ayuda para prevenir el acoso y abuso sexual. El trabajo se ha realizado en 3 capítulos: Capítulo 1, contiene el

marco teórico de las definiciones a tratar, el Capítulo 2, contiene el marco metodológico donde se presenta la configuración metodológica y el desarrollo de la sesión educativa y el Capítulo 3 contiene la discusión, conclusiones y recomendaciones.



CAPÍTULO I

MARCO CONCEPTUAL

1. CAMBIOS ANATÓMICOS Y FISIOLÓGICOS

La maduración sexual sigue una secuencia establecida en ambos sexos, los factores ambientales y genéticos influyen su edad de comienzo y la rapidez del desarrollo, actualmente la maduración sexual se inicia antes que hace un siglo, probablemente debido a los cambios en la nutrición, la salud general y las condiciones de vida (4).

“En la infancia y la época prepuberal, la hormona liberadora de gonadotropinas (GnRH) y las gonadotropinas hipofisarias hormona foliculoestimulante (FSH) y hormona luteinizante (LH) están inhibidas por acción de mecanismos inhibidores del sistema nervioso central y por una alta sensibilidad a la retroalimentación negativa de los esteroides gonadales”.

Al disminuir la sensibilidad de las neuronas hipotalámicas productoras de GnRH a la inhibición ejercida por los esteroides gonadales, se van incrementando la secreción y los pulsos de GnRH. La GnRH actúa sobre la hipófisis estimulando la secreción de gonadotropinas (FSH y LH), las cuales a su vez estimulan la gónada, con el consiguiente incremento en la producción de andrógenos y estrógenos (5).

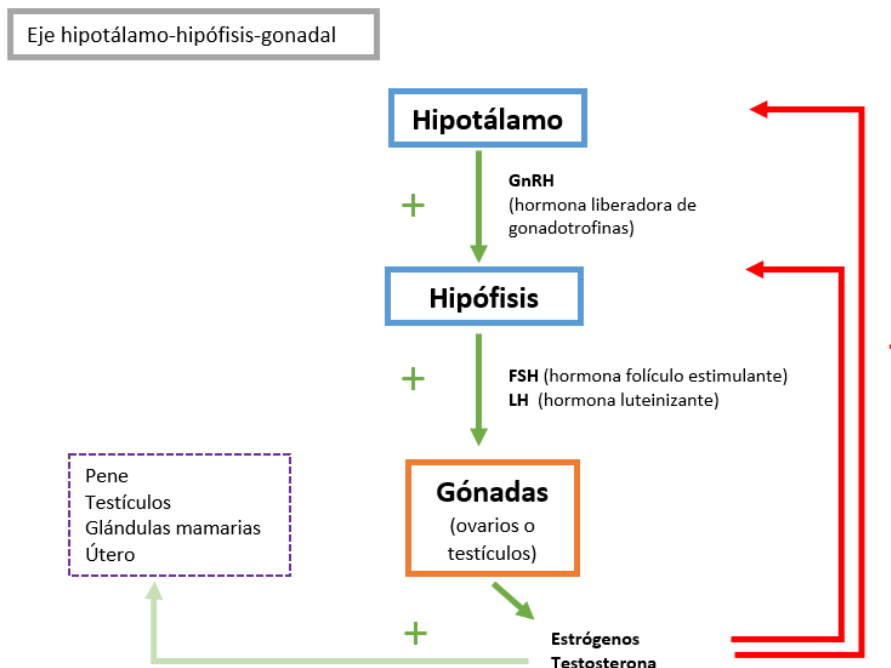


Figura 1. Eje Hipotálamo – Hipofisiario. Extraído de “Los efectos de la pubertad sobre la estructura cerebral” por Weinberg (6).

1.1. Acción de las principales hormonas durante la pubertad en las niñas

- *FSH*
 - ✓ Estimula el desarrollo de los folículos primarios.
 - ✓ Activa las enzimas de las células granulosas del ovario aumentando la producción de estrógenos.
- *LH*
 - ✓ Estimula las células de la teca ovárica para que produzcan andrógenos y del cuerpo lúteo para que sinteticen progesterona.
 - ✓ Aumenta en la mitad del ciclo menstrual, induciendo la ovulación.
- Estradiol (E 2)
 - ✓ Las concentraciones bajas aumentan el crecimiento.
 - ✓ Los niveles altos aumentan la velocidad de fusión epifisaria.
 - ✓ Estimula el desarrollo mamario, de los labios, la vagina y el útero.
 - ✓ Estimula el desarrollo del endometrio proliferativo en el útero.
 - ✓ Incrementa la grasa corporal.
- Progesterona
 - ✓ Convierte el endometrio proliferativo uterino en endometrio secretor.
 - ✓ Estimula el desarrollo del lóbulo alveolar de las mamas.
- Testosterona
 - ✓ Acelera el crecimiento lineal.
 - ✓ Estimula el crecimiento del vello púbico y axilar.
- Andrógenos suprarrenales
 - ✓ Estimula el crecimiento lineal y el vello púbico (5).

1.2. Acción de las principales hormonas durante la pubertad en los niños

- *FSH*
 - ✓ Estimula la espermatogénesis.
- *LH*
 - ✓ Estimula las células testiculares de Leydig para que produzcan testosterona.
- Estradiol (E 2)
 - ✓ Aumenta la velocidad de la fusión epifisaria.
 - ✓ Estimula la secreción de las glándulas sebáceas.

- ✓ Aumenta la libido, la masa y el volumen musculares.
- Testosterona
 - ✓ Acelera el crecimiento lineal.
 - ✓ Incrementa la velocidad de la fusión epifisaria.
 - ✓ Estimula el crecimiento del pene, el escroto, la próstata y las vesículas seminales.
 - ✓ Estimula el crecimiento del vello púbico axilar y facial.
 - ✓ Estimula el tamaño laríngeo, con cambio en la profundidad de la voz.
 - ✓ Estimula la secreción sebácea.
 - ✓ Aumenta la libido, la masa muscular y la cantidad de hematíes.
- Andrógenos suprarrenales
 - ✓ Estimula el crecimiento lineal y el vello púbico (5).

2. CAMBIOS CORPORALES GENERALES DE LA PUBERTAD EN LA NIÑAS

En las niñas, el primer signo visible de maduración sexual son los botones mamarios, seguido del empuje de crecimiento, después aparece el vello púbico y axilar; cuando el aumento de talla se enlentece tras alcanzar su máximo se produce la menarca, alrededor de 2 años después del comienzo del desarrollo mamario (4).

2.1. Aumento de talla

El primer cambio corporal que tiene lugar es el aumento de la velocidad de crecimiento en talla, siendo entre 4 a 8cm por año, conocido como “estirón”. Se produce debido a los huesos largos del cuerpo que no están totalmente osificados, estando las epífisis abiertas; las niñas son siempre más maduras esqueléticamente desde el momento del nacimiento y concluyen su crecimiento dos años antes (7).

2.2. Aumento del vello genital

El vello se desarrolla a lo largo de los labios mayores y es poco pigmentado, luego se vuelve más espeso y rizado y llega al pubis y va aumentando en cantidad hasta adquirir la distribución típica femenina (7).

2.3. Aumento del vello axilar

Con el inicio de la pubertad aparece el vello axilar, va aumentando progresivamente hasta llegar a su completo desarrollo, por acción de la testosterona (7).

2.4. Acné

Las glándulas sebáceas segregan una mayor cantidad de grasa lo que genera una formación progresiva de comedones y acné (7).

2.5. Otros cambios corporales generales

- Ensanchamiento de las caderas por acúmulo de grasa.
- Las nalgas y los muslos toman una forma más redondeada.
- Acúmulos de grasa en el pubis.
- Descenso del timbre de la voz.
- Aumenta la secreción sudorípara.
- Cambia el olor corporal.
- El sudor axilar adquiere su olor característico (7).

2.6. Mamas

La caracterización de los cambios morfológicos mamarios se ha basado en los grados de desarrollo de Tanner.

2.7. Genitales

Con el inicio de la secreción de estrógenos la vulva empieza a cambiar; aumenta el volumen de los labios mayores y menores, clítoris, himen y empieza a aparecer flujo genital, producido por las glándulas secretoras de moco situadas en la vulva, la vagina y el cuello del útero. La producción de estrógenos también estimula el crecimiento de la vagina y determina su contenido en glucógeno (7).

2.8. Menarquia

La menarquia tiene lugar en los estadios finales de la pubertad, el tiempo medio que transcurre desde el inicio del desarrollo mamario hasta la llegada de la menarquia es de 2 a 3 años, mínimo 1 año.

Tabla N° 1
Desarrollo Puberal Niñas

Estadio 0

- Mama de la primera infancia
- Insinuación del pezón
- No se palpa masa glandular mamaria, ausencia de tejido subcutáneo prominente
- Ausencia de pilosidad pubiana y axilar
- Aspecto no estimulado de la vulva

Estadio I de Tanner

- Mama preadolescente o infantil
- Pezón algo agrandado y prominente
- Ausencia de pilosidad pubiana y axilar
- Aspecto no estimulado de la vulva

Estadio II de Tanner

- Elevación de la mama y del pezón
- Aumento del tejido celular subcutáneo mamario
- Agrandamiento del diámetro areolar, con ligera pigmentación
- Botón glandular mamario Inicio de la pilosidad en los labios mayores, poco pigmentada
- Inicio de la pilosidad axilar
- Aspecto estimulado de la vulva

Estadio III de Tanner

- Agrandamiento de la mama y de la areola
- Pilosidad más espesa, rizada y pigmentada
- Pilosidad que alcanza el pubis
- Desarrollo de los labios vulvares

Estadio IV de Tanner

- Mama de mayor volumen
 - Prominencia de la areola y del pezón
 - Aparición de las glándulas de Montgomery mamarias
 - Pilosidad más abundante
-

Estadio V de Tanner

- Mama adulta, globulosa y esférica
- Pezón prominente y eréctil
- Glándulas accesorias mamarias (sebáceas, sudoríparas, pilosas)
- Pilosidad pubiana y axilar completa
- Vello pubiano de distribución femenina (triángulo invertido), extensión a cara interna de los muslos
- Menarquia

Nota. Tomado de Manual de Salud Reproductiva en la Adolescencia. Parera (7).

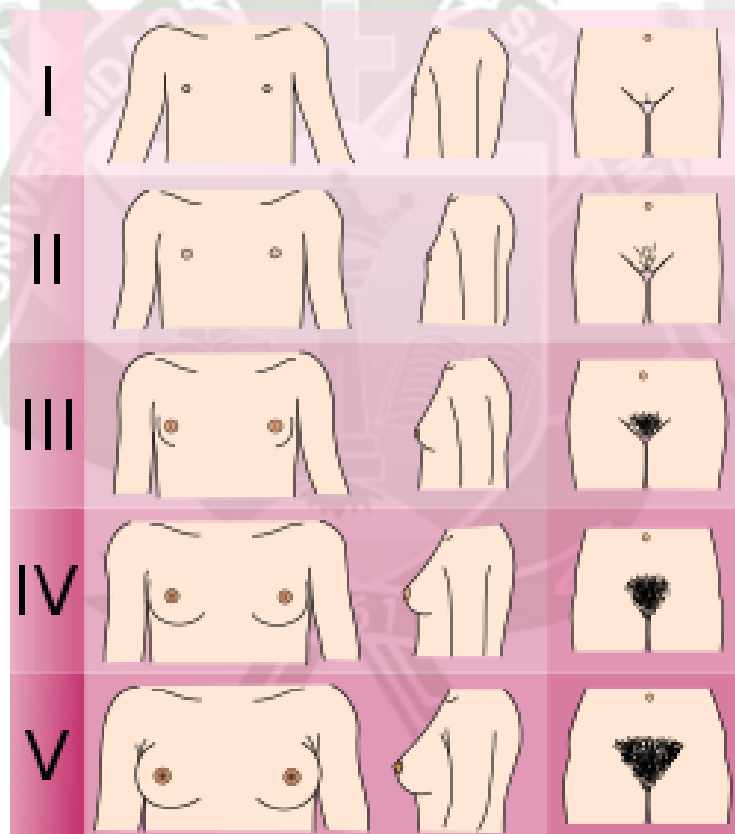


Figura 2. Escala de Tanner. Tomado de Enfermerialugo.org (8).

3. CAMBIOS CORPORALES GENERALES DE LA PUBERTAD EN LOS NIÑOS

En los varones, el crecimiento del escroto y los testículos inician los cambios sexuales seguido de elongación del pene y aumento de tamaño de las vesículas seminales y la próstata, luego aparece el vello púbico (4).

3.1. Aumento de talla

Al iniciarse el desarrollo genital, el niño mantiene una velocidad constante de crecimiento de 5 a 6 cm por año, el “estirón” se inicia en el estadio III de Tanner, alcanzando un promedio de 10cm por año.

3.2. Aumento del vello genital

Aparece vello largo y pigmentado en la base del pene y del escroto, se hace mas oscuro y rizado hasta cubrir toda el área púbica extendiéndose en la cara interna de los mulos y línea alba.

3.3. Aumento del vello axilar

El vello axilar aparece aproximadamente 2 años después del vello genital, el vello de otras áreas corporales (cara, pecho, abdomen y espalda) dependientes de andrógenos aparecen a mitad de la pubertad, progresando durante años

Tabla N° 2
Desarrollo Puberal Niños

Estadio I de Tanner

- Genitales en estadio infantil
- Volumen testicular inferior a 4 ml
- Sin vello pubiano

Estadio II de Tanner

- Volumen testicular es igual o superior a 4 ml
- Escroto más rugoso, aumenta de tamaño y adquiere un color más oscuro
- Aparición de vello largo y pigmentado en la base del pene y del escroto

Estadio III de Tanner

- Pene aumenta de tamaño, afectando más a su longitud
- Volumen testicular entre 6 y 12 ml
- Vello pubiano más oscuro y rizado, ocupa el área que corresponde a la sínfisis del pubis

Estadio IV de Tanner

- Pene aumenta en longitud y circunferencia
 - Desarrollo del glande
-

- Volumen testicular entre 12-15 ml.
- Vello pubiano tiene las características del adulto

Estadio V de Tanner

- Volumen testicular superior a 15 ml
- Vello pubiano en toda el área pubiana, se extiende por la cara interna de los muslos y la línea alba

Nota. Tomado de Manual de Salud Reproductiva en la Adolescencia. Parera (7).

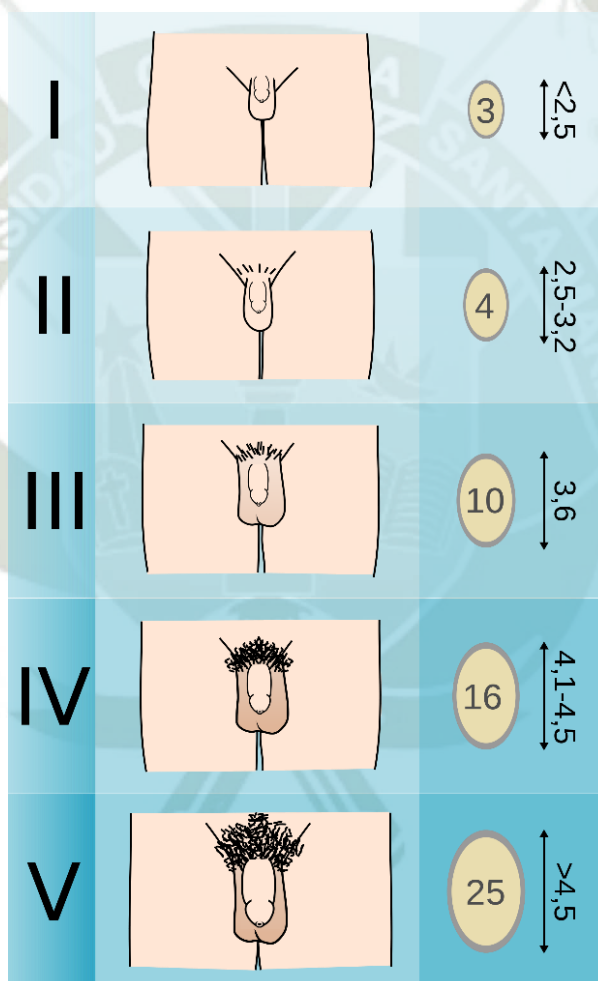


Figura 3. Escala de Tanner. Tomado de Tanner scale-male (9).

4. SEMÁFORO CORPORAL

El Semáforo Corporal es una herramienta que ayuda a que los niños entiendan, protejan y cuiden su cuerpo, así como a respetar el de los demás (10).

Padres y docentes pueden utilizar la técnica del semáforo para poder evaluar el grado o nivel de violencia que puede estar viviendo un niño o niña. El abuso infantil puede

prevenirse si logramos educar a los niños en la prevención y la alerta ante los primeros síntomas que pueden indicar algún tipo de agresión (11).

4.1. Objetivos de la técnica del semáforo

- Enseñar a los niños a reconocer, proteger y cuidar su propio cuerpo.
- Enseñar a decir NO, especialmente frente a caricias que los niños no deseen recibir
- Avisar a un adulto de confianza sobre ciertas situaciones en las que el niño o niña se haya sentido incómodo por contacto cercano con otro adulto, adolescente o niño.
- Mostrar a los niños más pequeños que su cuerpo es privado.
- Herramienta de prevención frente al abuso sexual infantil (11).

4.2. Técnica del semáforo

- Paso 1

Indicar el tipo de color que debe recibir cada situación.

✓ **Color verde**

- Pueden ser caricias en la cabeza, manos u hombros.
- No presentan señales de riesgo ni necesidad de avisar a otra persona de confianza.

✓ **Color amarillo: ¡Ten cuidado!**

- Son caricias o contacto físico en zonas como rodillas o brazos.
- Es una señal de alerta, no debería presentar más que una llamada de atención.
- Es importante estar atento para que las caricias no lleguen a las zonas de color rojo.

✓ **Color rojo**

- Zonas que nadie puede tocar: partes íntimas (genitales, glúteos o pechos) y la boca.
- Estas partes del cuerpo están casi siempre cubiertas por ropa.
- Solamente el mismo niño puede tener acceso a estas partes.
- Una acción que sea representada en color rojo puede desencadenar en abuso sexual.

- Paso 2
Visualización gráfica, se puede utilizar una imagen de niños y colocar círculos (rojos, amarillos o verdes, según corresponda) sobre las diferentes partes del cuerpo para enseñar a los niños a identificar visualmente las zonas permitidas y las prohibidas.
- Paso 3
Enseñar al niño a avisar a otro adulto para denunciar y detener el acto de abuso (11).



Figura 4. Semáforo de caricias y contacto físico. Tomado de Gov.py (12).

4.3. Comportamiento e Indicadores

Enseñar a los niños cuales son las situaciones de vulneración, significa prevenir hechos de abuso y violencia, por ello se debe tener presente los siguientes indicadores, aunque no necesariamente significa que el niño ha sido objeto de abuso sexual, la repetición de estos indica que existe un problema. Es muy importante hablar con el niño que exhibe un patrón de estos comportamientos y buscar cualquier ayuda necesaria.

- Cambio repentino del comportamiento.
- Aferrarse sin motivo.
- Miedo excesivo a ser tocado.

- Miedo a quedarse solo.
- Negarse a determinado lugar.
- Negarse a estar con cierta persona.
- Problemas para dormir, pesadillas.
- Retorno a comportamientos infantiles: como mojar la cama, chuparse el dedo.
- Desórdenes alimenticios, inapetencia.
- Masturbación.
- Conocimiento inapropiado sobre actos y lenguaje sexuales para su edad.
- Juegos sexuales precoces.
- Trauma genital o rectal, abrasiones.
- Infecciones de transmisión sexual: flujo vaginal o uretral.
- Aislamiento de compañeros.
- Aumento de quejas físicas.
- Mal comportamiento o intento excesivo de llamar la atención.
- Depresión, auto abuso físico, intentos/amenazas de suicidio.
- Problemas en la escuela: absentismo y bajo rendimiento escolar.
- Prostitución o comportamiento sexualmente promiscuo.
- Pobre autoimagen que se refleja en: el vestir, la higiene, apariencia personal.
- Negarse a desvestirse y cambiarse para educación física.
- Bañarse excesivamente.
- Tendencia crónica a escaparse de casa (13).

4.4. Habilidades de seguridad

Es necesario enseñar a los niños que los cuerpos son suyos y que pueden decir “No”, si son tocados de manera que es confusa o atemorizante para ellos, necesitan decirle a alguien sobre el hecho. Los niños necesitan practicar diciendo no, alejándose y diciéndole a alguien.

- Enseñar a los niños que la mayoría de los toques son correctos y que la mayoría de la gente es buena. Pero si alguien toca sus partes identificadas en color rojo de una manera secreta o si reciben un toque que los asusta o los confunde, tienen que Decir “No”, escapar y contarle a alguien. Hay que tener presente que los niños pueden recibir un toque incorrecto de un familiar o la niñera y tal vez no podrán decir “No” o escapar, pero siempre lo pueden contar a alguien. Enfatizar

la importancia de contarle a una persona y si la persona no le cree, que lo siga contando hasta que alguien escuche y les cree.

- Enseñar a los niños los nombres correctos de las partes del cuerpo.
- Enseñar a los niños como utilizar el lenguaje corporal.
- Enseñar a los niños lugares seguros y la gente con quien ir si se pierden.
- Enseñar a los niños la importancia de obtener siempre permiso antes de ir a cualquier lugar, con cualquier persona, incluyendo si la persona es conocida.
- Jugar “¿Qué harías tú?” con los niños, desarrollando situaciones pertinentes a su propia realidad.
 - ✓ Qué pasa si un pariente que tú quieres, siempre le gusta luchar y cuando luchan, él te toca tus partes privadas. ¿Qué harías tú?
 - ✓ Qué pasa si tu entrenador, maestro/a o líder del grupo de jóvenes te dice que le gustas tanto que quiere empezar una amistad en “secreto” que consiste en toques “especiales” que tú necesitas mantener en secreto. ¿Qué harías tú?
 - ✓ Qué pasa si cuando sales de la escuela un hombre en un carro te dice, “Tu mamá se tardó y me ha dicho que te recoja, sube a mi carro”. ¿Qué harías tú?
 - ✓ Qué pasa si un familiar o amigo de la familia que visita con frecuencia disfruta en abrazarte y sentarte en sus piernas. Cuando él/ella te abraza él/ella también te toca tus partes privadas. ¿Qué harías tú? (13).

5. CÍRCULO DE SEGURIDAD

El círculo de seguridad es un programa de intervención basado en la evidencia científica sobre la crianza de los hijos que intenta favorecer el apego seguro. Se basa en la idea de que los niños necesitan unas manos que los lancen al mundo y luego los recojan cuando vuelven de explorarlo; manos cariñosas, sabias y fuertes, que los ayuden y apoyen; así los niños aprenden a ser capaces de conocer, comprender, aceptar y poner nombre a lo que les sucede (14).

5.1. Confianza

Según la Real Academia Española, Confianza es la esperanza firme que se tiene en alguien o algo.

De ello se deriva que “confiar en alguien consiste en tener la creencia y la seguridad de que la otra persona es íntegra, honesta, capaz y de buenas intenciones. Cuando confiamos en alguien, estamos preparados para creer en esa persona y depender de ella en situaciones de vulnerabilidad” (15).

5.2. Los círculos

- Círculo 1: Yo
 - ✓ Cuando tienes un problema, primero intentas solucionarlo tú buscando alternativas.
- Círculo 2: Familia
 - ✓ De mucha confianza.
 - ✓ Puedes contar con el siempre sin condiciones.
 - ✓ Puedes acudir con el si no puedes resolver un problema.
 - ✓ Si dejan fuera algún miembro debe respetarse ya que es su círculo de confianza.
- Círculo 3: Amigos
 - ✓ De mediana confianza.
 - ✓ Personas con las que habla de muchas cosas, te diviertes o puedes pedirle un favor.
 - ✓ Tener en cuenta que las otras personas también tienen sus propios círculos.
- Círculo 4: Compañeros
 - ✓ De poca confianza.
 - ✓ Personas con las que te lo pasas bien pero no puedes pedirles ayuda o contarle un secreto.
 - ✓ Hay diferencia entre amigos y compañeros.
- Círculo 5: Conocidos
 - ✓ De muy poca confianza.
 - ✓ Los conocemos porque están en nuestro entorno o conocen a familiares o amigos (16).

6. METODOLOGÍA EDUCATIVA

Aquellas técnicas y enfoques que utilizan los docentes para facilitar el aprendizaje se denominan Metodologías educativas; buscan optimizar y facilitar los procesos educativos, siendo su fin lograr que los estudiantes alcancen los objetivos de aprendizaje de manera efectiva (17).

Algunos de las metodologías educativas son:

- Enseñanza personalizada: El aprendizaje se ajusta a las fortalezas, necesidades, habilidades e intereses de cada estudiante; el plan de aprendizaje que recibe se basa en lo que sabe y en cómo aprende mejor (17, 18).
- Aprendizaje autónomo: Los estudiantes adaptan su aprendizaje a sus propias necesidades y estilos de aprendizaje, no siguen un modelo de enseñanza estándar; aprenden de manera independiente, sin depender del tiempo y espacio de un aula o un profesor (17, 19).
- Aprendizaje basado en el juego: Utiliza elementos de juegos para mejorar la participación y el aprendizaje, integra características de juegos, como desafíos, puntos y competiciones, creando un ambiente motivador, fomentando la colaboración, resolución de problemas y habilidades creativas (17, 20).
- Aprendizaje basado en el pensamiento crítico: Los estudiantes aprende a pensar de forma crítica y efectiva, fomenta el pensamiento crítico, promueve la capacidad de análisis, y busca que el alumno sea capaz de sintetizar información (17, 21).
- Aprendizaje basado en proyectos (ABP): El protagonista de su propio aprendizaje es el estudiante, la adquisición de habilidades y actitudes tiene la misma importancia que el aprendizaje de conocimientos (17, 22).
- Aprendizaje cooperativo: Emplea grupos reducidos, generalmente heterogéneos, en los cuales los alumnos trabajan conjuntamente para alcanzar metas comunes, para maximizar su aprendizaje y el de los compañeros (17, 23).

No existe una metodología educativa mejor que otra, pero sí más eficaz en función del contexto y las características del conjunto de la clase; se debe ver cuál se adapta de mejor manera a las circunstancias; es posible combinarlas y no es necesario utilizar solo una; estas preguntas pueden ayudar a elegir la metodología más adecuada:

- ¿Qué objetivos quieres alcanzar?
- ¿De qué herramientas analógicas o digitales y recursos didácticos dispones?

- ¿Se trata de un grupo homogéneo o es, más bien, heterogéneo, es decir, tienes estudiantes con distintas capacidades?
- ¿Cómo quieres evaluar el aprendizaje? (24)

7. SESIÓN EDUCATIVA

La Sesión educativa o Plan de Enseñanza es donde se plasma la estructura de la clase que se va a desarrollar, consta de un conjunto de situaciones de aprendizaje que cada docente diseña y organiza con secuencia lógica para desarrollar un conjunto determinado de contenido, el centro y la orientación de la sesión de aprendizaje es el alumno, esta debe estar orientada a identificar y desarrollar las potencialidades de los estudiantes (25); consta de 3 momentos:

- Introducción
- Desarrollo
- Conclusión

Cuando se diseña, se debe considerar que en cada momento deben estar claras las estrategias de aprendizaje y los materiales que se utilizarán, los que deben ser acordes con la finalidad de cada momento y la estrategia elegida (25).

7.1. Características de una sesión educativa

- **Flexible:** Se adecua al contexto biológico y psicosocial del estudiante, se vincula a sus necesidades, proyectos de vida, y situaciones que aquejan su ambiente social.
- **Dinámica:** Es activa, los estudiantes desempeñan un rol protagónico en la construcción de su propio aprendizaje, demuestran su autonomía, el docente queda como facilitador y orientador.
- **Diversificada:** La sesión se planifica para atender las exigencias reales que urge en el contexto social del estudiante.
- **Integral:** Se centra en los tres campos de la personalidad: cognitivo, afectivo y psicomotor.
- **Formativa:** Busca formar valores de autonomía, convivencia y autorrealización, para que el alumno construya capacidades de enfrentar diversos problemas con creatividad, imaginación y eficacia.
- **Planificada:** Determinar la eficiencia y calidad de la sesión.

- **Significativa:** Asegura el éxito en la incorporación de los nuevos conocimientos.
- **Democrática:** La sesión busca educar en democracia y promover la convivencia democrática (25).

7.2. Recursos Didácticos

Los recursos, materiales o auxiliares didácticos son cualquier tipo de soporte tecnológico o material que facilitan el proceso de enseñanza aprendizaje, son utilizados por los docentes para complementar y hacer más eficiente la labor docente; algunos permitirán la participación del alumno y otros servirán de soporte comunicativo o de refuerzo para el docente (26).

Sus funciones pueden resumirse en:

- Brindar orientación
- Simular situaciones o eventos
- Motivar el aprendizaje
- Evaluar al alumno

Pueden clasificarse en:

- Material permanente de trabajo
- Material informativo
- Material ilustrativo
- Material experimental
- Material tecnológico (26).

CAPITULO II

MARCO METODOLÓGICO

1. SESIÓN DE EDUCACIÓN SEXUAL: “YO SE CUIDAR MI CUERPO”

2. LUGAR: Institución Educativa Juan Domingo Zamácola y Jáuregui.

La I.E. N°40054 “Juan Domingo Zamácola y Jáuregui” brinda educación básica alternativa a nivel primario y secundario, pertenece a la UGEL Norte. Está ubicada en la Av. Jorge Chávez N° 401 Urb. La Libertad, distrito de Cerro Colorado, provincia de Arequipa. Anexo 1.

Lema Institucional: “Un Zamacolino es cada día mejor”

3. FECHA: 19 y 20 de diciembre del 2023.

4. RESPONSABLE: Obstetra Yenhny Margareth Cárdenas Núñez

5. DATOS REFERENCIALES

Para el desarrollo de la sesión se cursó una carta dirigida al Director del colegio Profesor Cesar Zamata Zapata y se coordinó con la subdirectora de primaria Profesora Dina Quispe Farfán; el tutor del aula asignada 5to de primaria C, profesor Daniel brindo 1 hora academia (45min) para desarrollar la sesión en los días programados.

6. ESTRUCTURA DEL GRUPO

Tipo de participantes	Escolares de institución educativa nacional
Características del grupo	24 escolares de sexo femenino y masculino de 10 y 11 años de 5to grado de primaria
Número de sesiones	1 sesión educativa
Duración	1h30min

7. CONFIGURACION METODOLOGICA DE LA SESION EDUCATIVA

Parte 1

Actividad	Tiempo
Presentación	5min
Dinámica de presentación La telaraña	10min
Componente teórico Conociendo mi cuerpo, cambios anatómicos y fisiológicos	10min
Componente práctico Visualizando mi imagen	15min
Retroalimentación Conozco mi cuerpo	5min

Parte 2

Actividad	Tiempo
Bienvenida	5min
Recordando	5min
Componente teórico Semáforo de sexualidad y autocuidado Red de apoyo	15min
Componente práctico Rompecabezas	10min
Retroalimentación - Despedida Yo se cuidar mi cuerpo	10min

8. MATERIALES

- Papelotes
- Plumones de colores
- Colores
- Cartulinas
- Cinta Masking tape
- Cola de rata

- Imágenes en formato A4
- Carteles



Figura 5. Conociendo mi cuerpo. Extraído de Taller educación sexual en niños pequeños por Buap.mx (27).

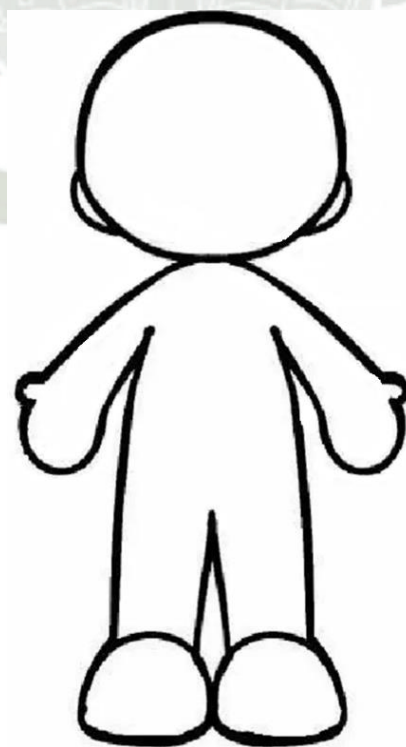


Figura 6. Visualizando mi cuerpo. Extraído de Silueta del cuerpo humano para recortar con niños por Scribdassets.com (28).

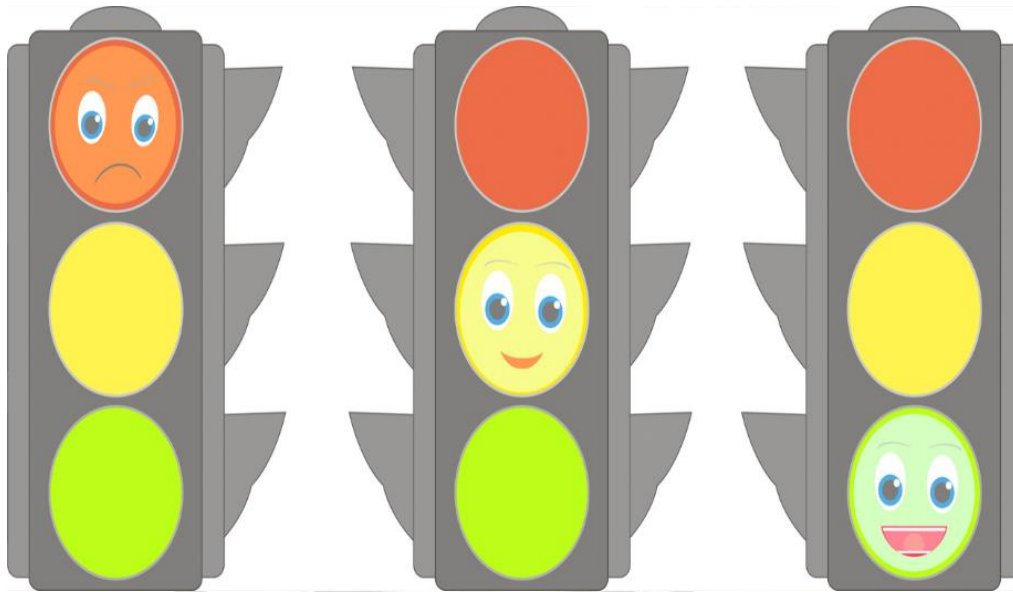


Figura 7. Semáforo de sexualidad y autocuidado. Extraído de Técnica del semáforo en el aula: puntos clave por Ortega (29).



Figura 8. Rompecabezas. Extraído de Talleres de educación sexual infantil por Cristina (30).

Cartel N° 1

NADIE PUEDE
TOCAR TU
CUERPO

Elaboración propia

Cartel N° 2

MI RED DE
APOYO

Elaboración propia

9. DESARROLLO DE LA SESION

Parte 1

Actividad	Técnicas y métodos	Materiales	Tiempo
Presentación			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Presentación del responsable de la sesión ➤ Presentación de la sesión ➤ Motivación 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Expositiva 		5min
Dinámica de presentación			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ La telaraña 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dinámica ➤ Participativa 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ovillo de cola de rata 	10min
Componente teórico			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conociendo mi cuerpo ➤ Cambios anatómicos y fisiológicos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lluvia de ideas ➤ Exposición dialogada 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Imagen N° 5 ➤ Papelotes ➤ Plumones ➤ Cinta masking tape 	10min
Componente práctico			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Visualizando mi imagen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dinámica ➤ Participativa 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Imagen N° 6 ➤ Colores 	15min
Retroalimentación			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conozco mi cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lluvia de ideas ➤ Participativa 		5min

Parte 2

Actividad	Técnicas y métodos	Materiales	Tiempo
Presentación			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Presentación del responsable de la sesión 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Expositiva 		5min

➤ Presentación de la sesión			
➤ Motivación			
Recordando			
➤ Conozco mi cuerpo	➤ Dinámica ➤ Participativa		5min
Componente teórico			
➤ Semáforo de sexualidad y autocuidado ➤ Red de apoyo	➤ Lluvia de ideas ➤ Exposición dialogada ➤ Participativa	➤ Imagen N° 7 ➤ Cartel N° 1 ➤ Cartel N° 2 ➤ Papelotes ➤ Plumones ➤ Cinta masking tape	15min
Componente práctico			
➤ Rompecabezas	➤ Dinámica ➤ Participativa	➤ Imagen N° 8	10min
Retroalimentación - Despedida			
➤ Yo se cuidar mi cuerpo	➤ Lluvia de ideas ➤ Participativa		10min

CAPITULO III

DISCUSIÓN

La educación sexual, sobre todo en la infancia es de difícil abordaje, los tabúes existentes en la sociedad, las costumbres, tradiciones y formas de pensar, forman una barrera para poder realizar educación sexual integral.

No hay estudios de la especialidad en el área local de educación en salud sexual en alumnos de nivel primario, los estudios encontrados se centran en la adolescencia.

Estudios internacionales se abocan a los educadores y padres de familia, Parra y cols., en su trabajo Educación sexual integral, plantea comprender la incidencia de las representaciones sociales de los docentes de segundo ciclo de las escuelas primarias, un estudio cualitativo que muestra que las representaciones sociales de las docentes se encuentran aferradas en el pensamiento de sentido común, más que de un tipo de conocimiento científico, repercutiendo de alguna u otra manera en la Educación Sexual Integral (31). Los profesores de 5to y 6to grado de primaria de la Institución Educativa Juan Domingo Zamácola y Jauregui, se mostraron evasivos para el desarrollo de las sesiones, aduciendo el poco tiempo que tienen para desarrollar su contenido educativo, solo el tutor del 5to de primaria C, mostro interés y preocupación por la educación sexual en sus alumnos, cediendo 2 horas académicas para el desarrollo de esta.

Hernández en su trabajo ¿Con qué discursos se brinda prevención del abuso sexual infantil, la educación sexual y género?, analiza los discursos sobre educación en sexualidad y género que sostiene personal docente, perteneciente a escuelas primarias; los resultados reflejan que la mayoría reconoce como necesidad una mayor capacitación en educación sexual y diversidad sexual, se identificaron en los docentes creencias tradicionales de género que se contraponen a la información científica; aunado a ello, se reporta la necesidad de conocer más sobre Abuso Sexual Infantil (32). La subdirectora de la Institución Educativa Juan Domingo Zamácola y Jauregui reconoció la importancia de la capacitación y sensibilización en salud sexual y prevención de abuso infantil, tanto para alumnos como para docentes, sin embargo, no cuentan con medios audiovisuales que facilite e incentive este tipo de sesiones, como tampoco cuentan con el apoyo de sus autoridades como lo dispone los Lineamientos de Educación Sexual Integral para la Educación Básica.

Montero y cols., en su estudio La sexualidad y su educación en los púberes, evidencia la importancia de la educación de la sexualidad en la preparación de los niños y las niñas,

para asumir en su vida personal un desarrollo sexual pleno, sano, responsable y enriquecedor, destaca la importancia de la educación de la sexualidad en esta etapa de la vida, evidenciando que la sexualidad se construye, se vivencia, se expresa y educa a lo largo de toda la vida como una manifestación psicológica de la personalidad desde de un enfoque integrador y holístico en el que se enfatiza la necesidad de desarrollar una sexualidad plena, enriquecedora, responsable y feliz (33). Si bien está establecido en los Lineamientos de Educación Sexual Integral para la Educación Básica los centros educativos no cuentan con los profesionales que tiene las competencias adecuadas para realizar este tipo de educación, es necesario un equipo multidisciplinario en salud sexual y reproductiva en la etapa escolar que abarca la infancia y adolescencia.

Restrepo y cols., en su estudio Conocimientos y percepciones de niñas, niños y adolescentes sobre la sexualidad, realizado a partir de 25 entrevistas semiestructuradas a personas de entre 9 y 14 años, en Colombia, concluyo que existe una limitada y precaria educación sexual en las niñas, niños y adolescentes, lo que significa que aunque en el país existe un marco legal propicio y unas metas relacionadas con el abordaje integral de la sexualidad desde la primera infancia, estos no se están cumpliendo (34), lo mismo sucede en nuestro país; teniendo los Lineamientos de Educación Sexual Integral para la Educación Básica, los recursos asignados no son suficientes y la implementación de la misma es deficiente.

Las herramientas utilizadas en los alumnos de 5to de primaria C, mostraron un reconocimiento propio de su sexo: femenino y masculino, sin embargo, es necesario evaluar el punto psicológico en las imágenes obtenidas, considerando que los dibujos representan experiencia y vivencias, algunos de ellos colindan con lo imaginario, representándose como personales de dibujos animados.

El interés de los niños se notó en su participación al momento de la retroalimentación en las sesiones; el trabajo en equipo de lluvia de ideas permitió que se expresaran con sus propias palabras, hablaron sin temor sobre los cambios visibles en sus cuerpos, planteando las diferencias físicas entre ellos por su edad y se apoyaron en la elaboración de sus círculos de seguridad.

Si bien es cierto la especialidad brinda las competencias para la educación sexual en escolares y adolescentes, es necesario abordar la metodología educativa de trabajo según ciclo de vida.

Las investigaciones precedentes y el trabajo realizado con niños de 10 y 11 años demuestran la necesidad de incluir en los colegios al profesional Obstetra, que tienen las

competencias pertinentes para trabajar Educación sexual en escolares y adolescentes, conformado el equipo multidisciplinario para brindar una educación sexual integral, sistemática, progresiva, científica y participativa.

Los colegios, en su Proyecto Educativo Institucional, debe considerar la educación Sexual Integral para docentes, padres de familia y alumnos, para prevenir el acoso y violencia sexual en los niños y adolescentes de nuestro país, así como el embarazo en adolescentes; la intervención educativa debe partir desde los niveles de pregrado y no bastan solo programas aislados brindados por instituciones particulares, el Estado debe asumir su responsabilidad en la Educación Sexual Integral.



CONCLUSIONES

PRIMERA: Se desarrollo la sesión educativa “Yo se cuidar mi cuerpo”, logrando la participación del 100% de los alumnos de 5to grado de primaria C en las dinámicas presentadas.

SEGUNDA: El 100% de los alumnos reconocieron su cuerpo y los cambios anatómicos y fisiológicos producidos en él, propios de su edad.

TERCERA: Con la ayuda del semáforo de autocuidado el 100% de los alumnos aprendieron a poner límites personales sobre los toques indebidos, aprendiendo a decir “NO”, escapar y contárselo a alguien.

CUARTA: El 100% de alumnos identificó su círculo de apoyo, eligió un adulto de su círculo de apoyo a quien contar lo que sucede y si no le cree, seguir contando a los demás miembros de su círculo de apoyo hasta que alguien lo escuche y le crea.

RECOMENDACIONES

1. A la institución educativa Juan Domingo Zamácola y Jáuregui, implementar un programa integral de Educación en Salud Sexual, para sus alumnos, padres de familia y docentes.
2. A la Facultad de Obstetricia y Puericultura, en su especialidad de Salud Sexual y Reproductiva del Escolar y Adolescente, capacitar a sus alumnos en metodología educativa por ciclo de vida considerando que, el abordaje es diferente en infantes, niños y adolescentes.
3. Al Ministerio de Salud y de Educación fomentar la incorporación del profesional Obstetra en las Instituciones Educativas para el desarrollo de actividades preventivo-promocionales en Salud Sexual.
4. Realizar trabajos de investigación multidisciplinarios en la Educación de la Salud Sexual en escolares a fin de complementar la prevención anatomofisiología con la psicoemocional.

REFERENCIAS

1. Soto BG. Violencia sexual contra niñas y adolescentes: un análisis del preocupante panorama que viven las menores en Perú [Internet]. infobae. 2023 [citado el 29 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.infobae.com/peru/2023/11/05/violencia-sexual-contraninas-y-adolescentes-un-analisis-del-preocupante-panorama-que-viven-las-menores-en-peru/>
2. Amador ML. y cols. Educación sexual para padres de niñ@s de 8-9 años [Internet]. Codem.es. [citado el 29 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://www.codem.es/Adjuntos/CODEM/Documentos/Informaciones/Publico/9e8140e2-cec7-4df7-8af9-8843320f05ea/6ABD1E80-AB51-4810-A193-CFA747D7C8CF/2285cf6c-7ada-4363-afb5-155f711bca92/Educacion_sexual_padres_ni%C3%B1@s-8-9_a%C3%B1os.pdf
3. Gob.pe. [citado el 02 de enero de 2024]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1931935/RVM%20N%C2%B0%20169-2021-MINEDU.pdf.pdf?v=1622898077>
4. Graber EG. Desarrollo del adolescente [Internet]. Manual MSD versión para profesionales. [citado el 02 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.msmanuals.com/es/professional/pediatr%C3%ADa/crecimiento-y-desarrollo/desarrollo-del-adolescente>
5. Hablemos de... Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Hidalgo M. & Ceñal M. Anales de Pediatría Continuada. 2014;12(1):42-6
6. Weinberg LM. Los efectos de la pubertad sobre la estructura cerebral [Internet]. NeuroMéxico. 2018 [citado el 02 de enero de 2024]. Disponible en: <https://neuromexico.org/2018/03/26/los-efectos-de-la-pubertad-sobre-la-estructura-cerebral/>
7. Parera, N. y cols. Manual de Salud Reproductiva en la Adolescencia. Capítulo 3 Manifestaciones clínicas de la pubertad en el varón y la mujer [citado el 02 de enero de 2024]. Disponible en: <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/manual/saludreproductiva/03%20Salud%20reproductiva%20e.pdf>
8. Enfermerialugo.org. [citado el 02 de enero de 2024]. Disponible en: https://www.enfermerialugo.org/wp-content/uploads/2021/05/TEMA-11_ENFERMERIA-ADOLESCENCIA-Y-SEXUALIDAD.pdf

9. Tanner Scale-male - Escala DE Tanner Hombres [Internet]. Seekpng.com. [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.seekpng.com/ima/u2e6u2q8u2i1q8o0/>
10. México A. El semáforo corporal una herramienta de prevención [Internet]. Alumbramx.org. [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://alumbramx.org/semaforo-corporal-herramienta-de-prevencion/>
11. La técnica del semáforo para prevenir abuso sexual en niños [Internet]. Portal Educativo de apoyo a Padres, Maestros y Niños en las Tareas Escolares. 2022 [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/prevenir-abuso-sexual.html>
12. Gov.py. [citado el 12 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.mspbs.gov.py/portal/18982/semaforo-contra-la-violencia-una-tecnica-que-identifica-posibles-abusos.html>
13. Interface Children & Family Services. Mi Cuerpo me Pertenece a mi Herramientas para Padres y Maestros sobre la Seguridad Personal de Niños Pre-escolares hasta 6to grado [Internet]. Icfs.org. [citado el 12 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.icfs.org/wp-content/uploads/My-Body-Belongs-To-Me-Toolkit-Spanish.pdf>
14. ACCIÓN FAMILIAR. ¿Cómo funciona el Círculo de Seguridad? - [Internet]. 2021 [citado el 12 de enero de 2024]. Disponible en: <https://accionfamiliar.org/como-funciona-el-circulo-de-seguridad/>
15. Neurocenter. ¿Cómo aprender a confiar en los demás? [Internet]. 2023 [citado el 14 de enero de 2024]. Disponible en: <https://neurocenter.com/blog/como-aprender-a-confiar-en-los-demas/>
16. Fernández RM. Círculo de Confianza: aprendemos los diferentes tipos de relaciones que tenemos [Internet]. Trebolito. 2015 [citado el 14 de enero de 2024]. Disponible en: <https://trebolito.com/circulo-de-confianza-aprendemos-los-diferentes-tipos-de-relaciones-que-tenemos/>
17. Grupo Geard Ecuador. ¿Qué son las metodologías educativas y cómo son aplicadas? [Internet]. 2023 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://grupogeard.com/ec/blog/educacion/metodologias-educativas-aplicadas/>
18. Morin A. Aprendizaje personalizado: Lo que necesita saber [Internet]. Understood. 2020 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en:

- <https://www.understood.org/es-mx/articles/personalized-learning-what-you-need-to-know>
19. Escuela de Profesores del Perú. Qué es el aprendizaje autónomo - Escuela de Profesores del Perú [Internet]. 2023 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://epperu.org/que-es-el-aprendizaje-autonomo/>
 20. U-tad. Aprendizaje basado en juegos [Internet]. 2023 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://u-tad.com/aprendizaje-basado-en-juegos/>
 21. Cano I. ¿Qué es y cómo funciona el Aprendizaje Basado en el Pensamiento (TBL)? [Internet]. Additio App. 2023 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://additioapp.com/que-es-y-como-funciona-el-aprendizaje-basado-en-el-pensamiento-tbl/>
 22. de Formación Cívica P. Aprendizaje basado proyectos [Internet]. Bcn.cl. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=documentos/10221.1/55744/1/Aprendizaje%20basado%20en%20proyectos.pdf>
 23. Gobiernodecanarias.org. Aprendizaje Cooperativo – Kit de pedagogía y TIC [citado el 9 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/pedagogic/aprendizaje-cooperativo/>
 24. Universidad Europea. Tipos de metodologías educativas: cómo elegir la mejor [Internet]. 2024 [citado el 9 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://universidadeuropea.com/blog/tipos-metodologias-educativas/>
 25. Rojotse P. ESQUEMA DE UNA SESIÓN DE APRENDIZAJE. TU GUÍA DE APRENDIZAJE [Internet]. 2023 [citado el 9 de marzo de 2024]; Disponible en: <https://tuguiadeaprendizaje.co/pasos-para-realizar-una-sesion-de-aprendizaje/>
 26. Recursos Didácticos - Cuáles son, funciones, tipos y ejemplos. [citado el 9 de marzo de 2024]; Disponible en: <https://concepto.de/recursos-didacticos/>
 27. Buap.mx. Taller educación sexual en niños pequeños [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: http://cmas.siu.buap.mx/portal_pprd/work/sites/circulo_infantil/templates/3/1/Taller%20marzo%202016%20sexualidad.pdf
 28. Scribdassets.com. Silueta del cuerpo humano para recortar con niños [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://imgv2-1->

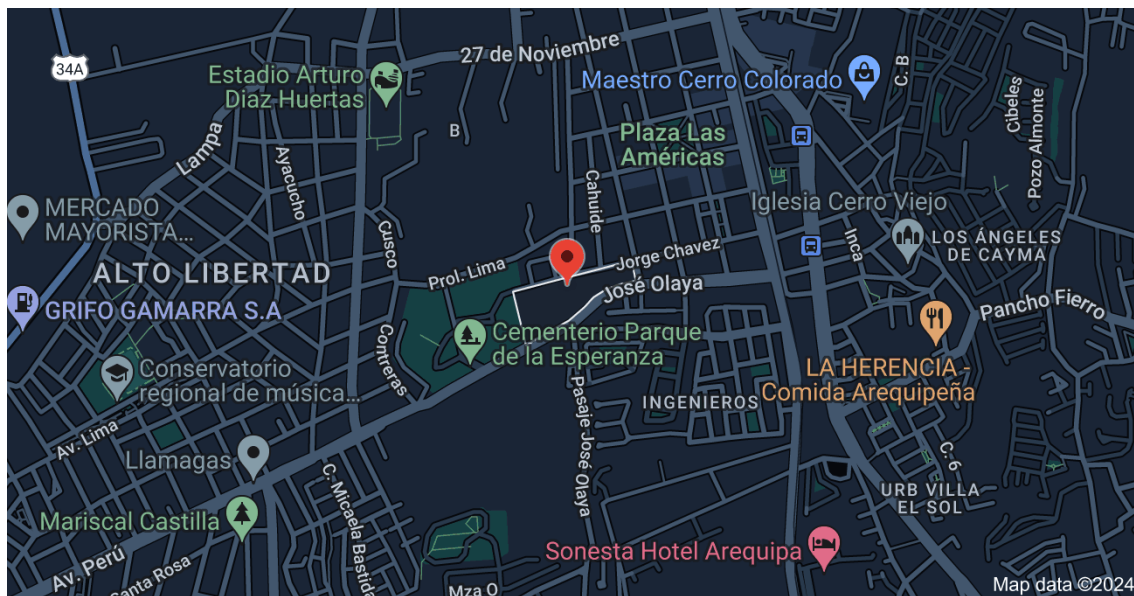
- f.scribdassets.com/img/document/505019829/original/4284c454d7/1704140032?v=1
29. Ortega V. Técnica del semáforo en el aula: puntos clave [Internet]. Blog Vicens Vives. 2019 [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://blog.vicensvives.com/tecnica-del-semaforo-en-el-aula-puntos-clave/>
 30. Cristina L, Castaño T, Vargas Betancourt V. Uniminuto.edu. Talleres de educación sexual infantil [citado el 15 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7923/3/Anexo2_Cartilla.pdf
 31. Parra, M, Paz, M, & Ponzetto, N. Educación Sexual Integral. Licenciatura en gestión en nivel primario. 2017. [citado el 13 de enero de 2024]. Integral.<http://repositorio.ucu.edu.ar/bitstream/handle/522/402/Tesina%20TEO%20DELINA%20%20agosto%2030.08.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 32. Hernández, G. ¿Con qué discursos se brinda prevención del abuso sexual infantil, la educación sexual y género? Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja [Internet]. 2021 [citado el 13 de enero de 2024];3(2):12–6. Disponible en: <https://cued.unam.mx/revistas/index.php/RRDCR/article/view/401>
 33. Montero Magre T, Rodríguez iglesias A, Romero de Armas J. La sexualidad y su educación en los púberes. VARONA [Internet]. 2020; (70). Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360671237018>
 34. Roldán-Restrepo D, Arenas-Duque A, Forero- Martínez L. J, Rivera D, , Rivillas J. C. Conocimientos y percepciones de niñas, niños y adolescentes sobre la sexualidad. Revista Facultad Nacional de Salud Pública [Internet]. 2021;39(2):1-10. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12069702005>

ANEXOS

ANEXO 1

UBICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

I.E. 40054 Juan Domingo Zamácola y Jáuregui



ANEXO 2 EVIDENCIAS GRÁFICAS

Presentación del responsable de la sesión

Obstetra: Yenhny Cárdenas Núñez



Dinámica de la Telaraña

Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria



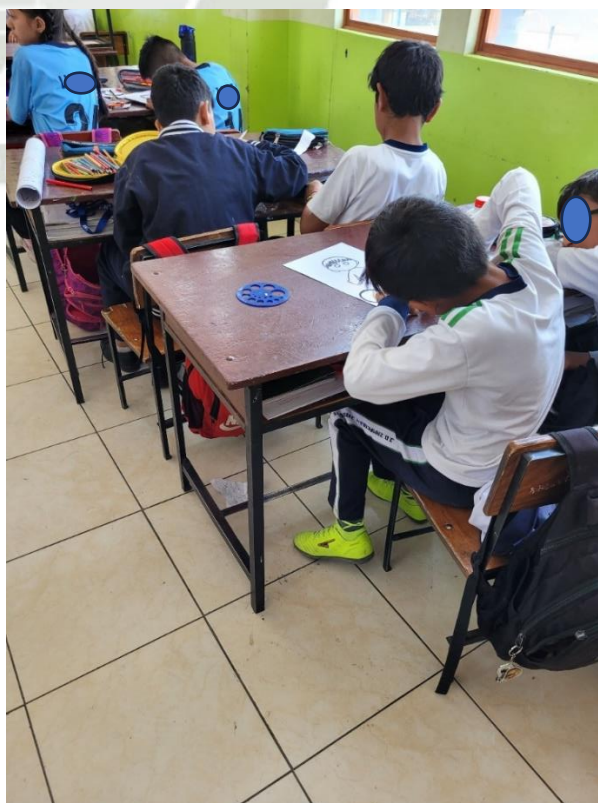
Material: Cola de rata

Se presentaron diciendo su nombre y su edad



Taller práctico: Visualizando mi imagen

Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria



Material: Imagen N° 6, colores, plumones



Retroalimentación: Lluvia de ideas: Conozco mi cuerpo

Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria



Componente teórico: Lluvia de ideas: El Semáforo corporal

Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria

Material: Imagen N° 7



Componente teórico: Lluvia de ideas: Círculo de confianza

Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria

Material: Cartel N° 1 y Cartel N° 2





Componente práctico: Rompecabezas

Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria

Material: Imagen N° 8





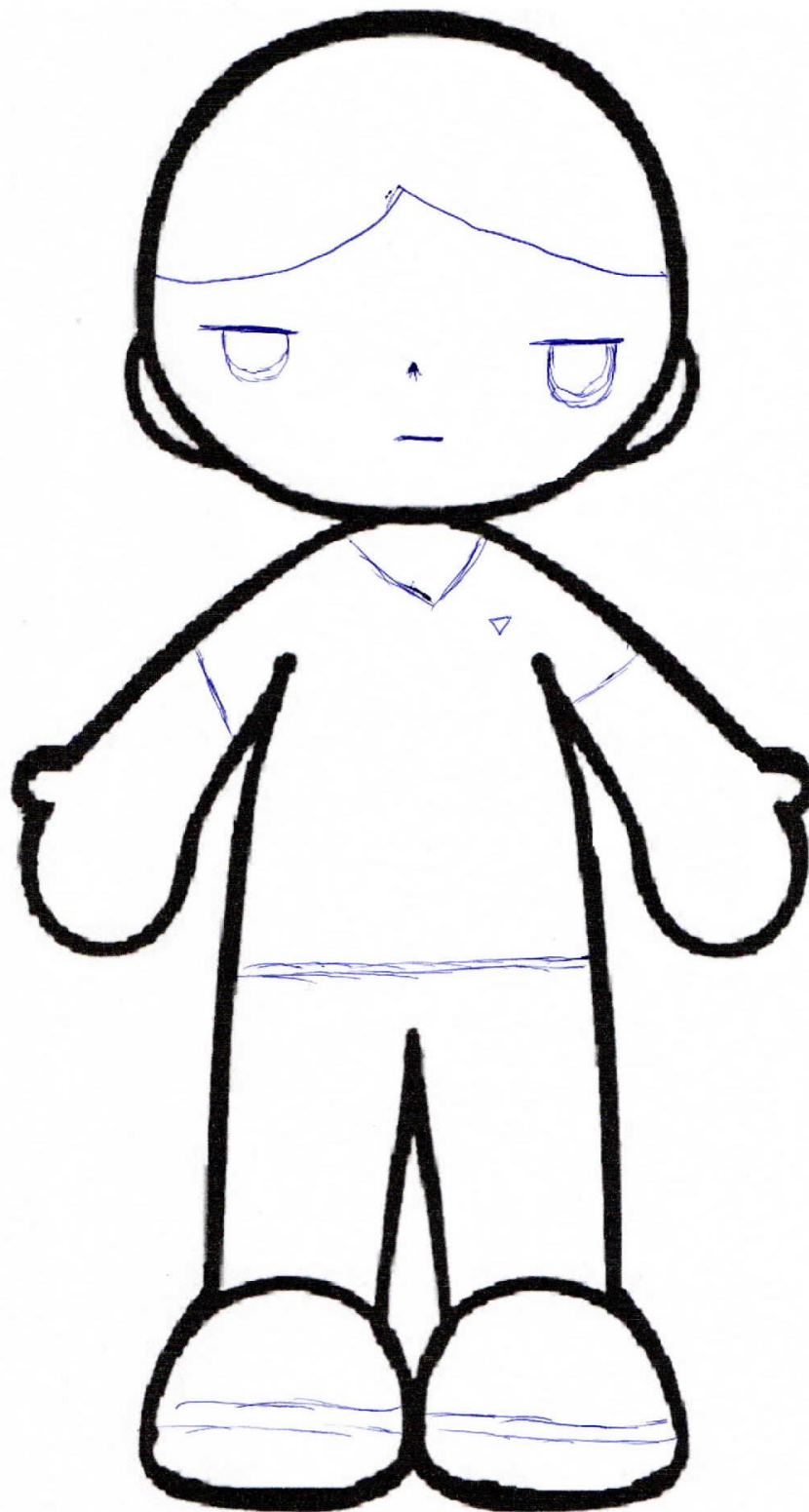


Retroalimentación: Lluvia de ideas: Yo se cuidar mi cuerpo

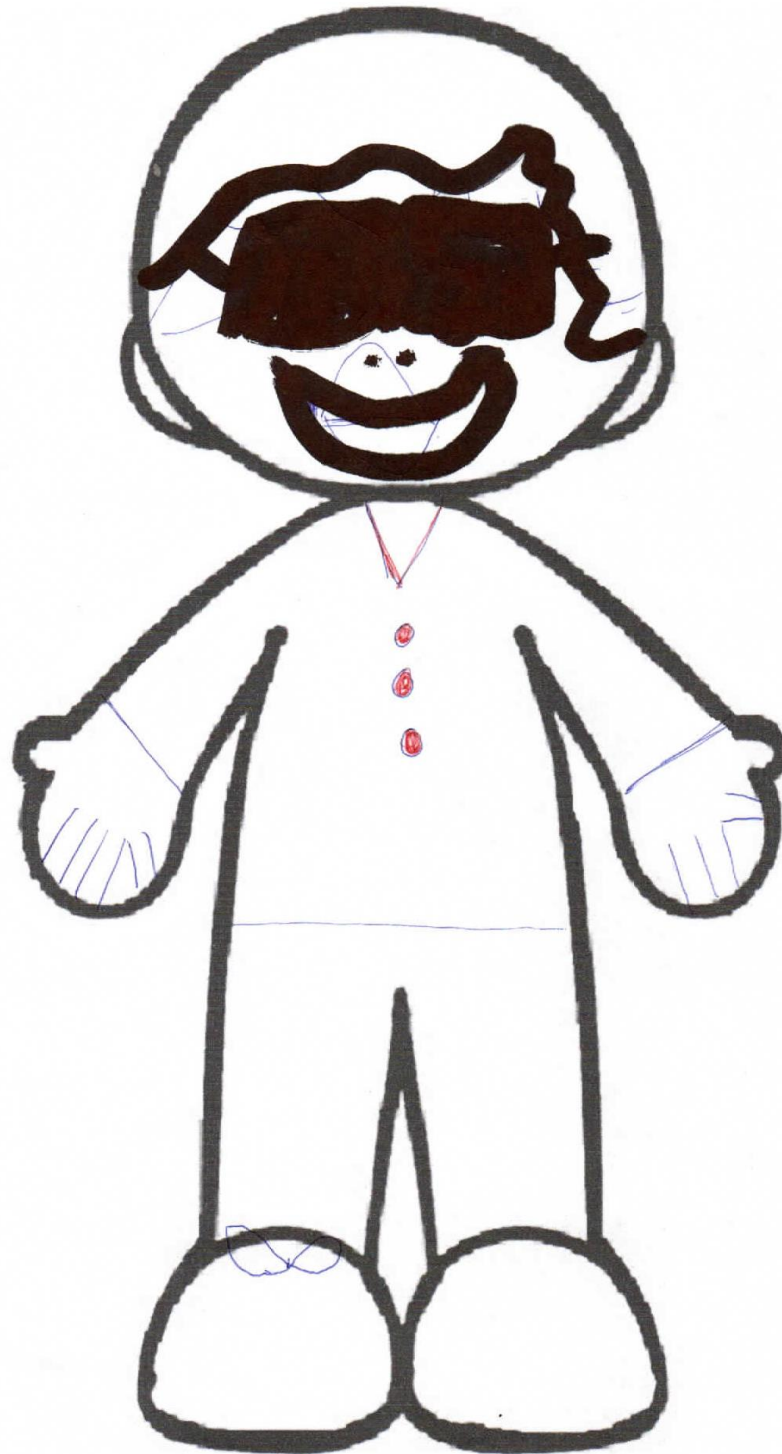
Participación del 100% de los alumnos del 5toC de primaria



ANEXO 3
VISUALIZANDO MI IMAGEN

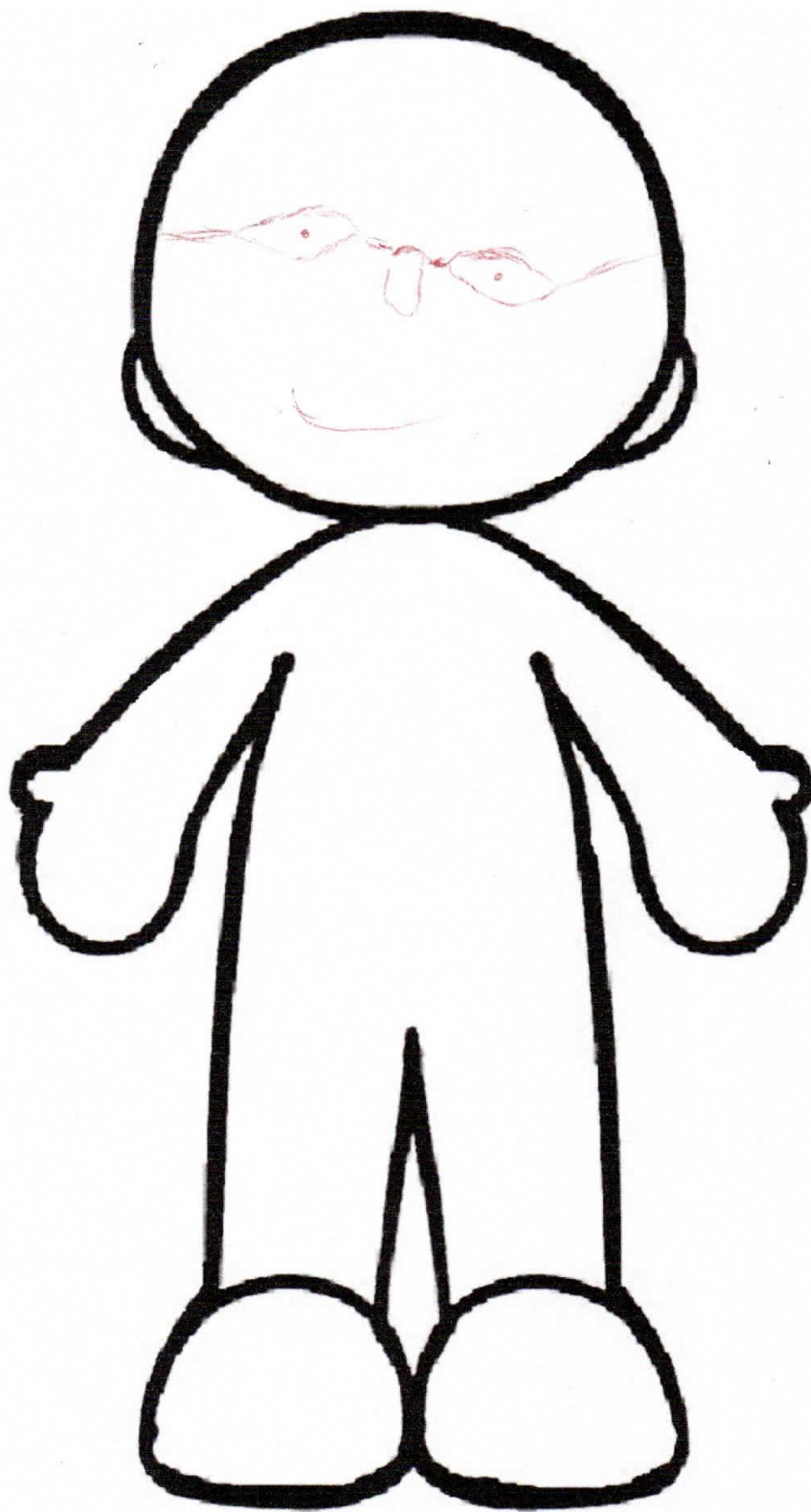




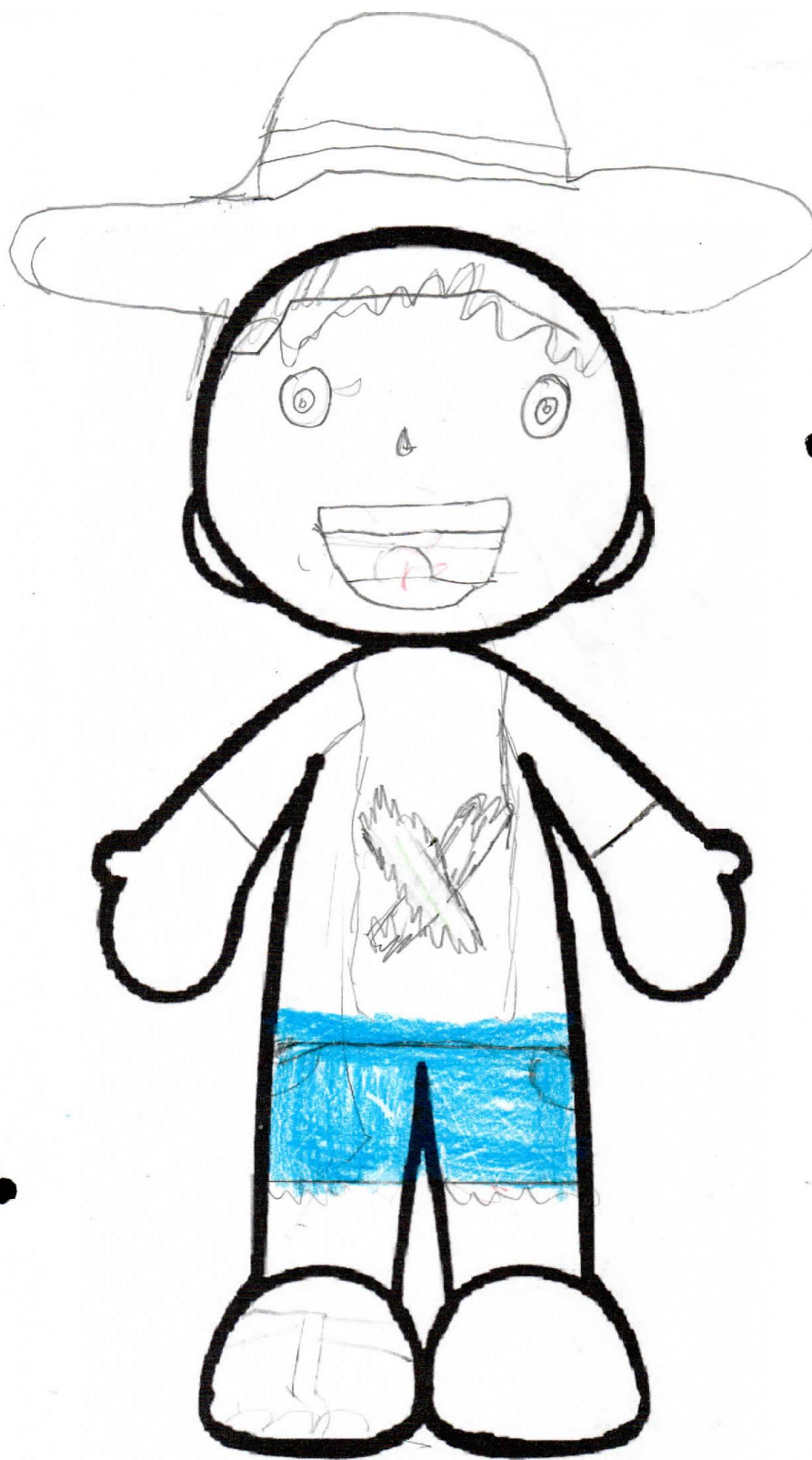


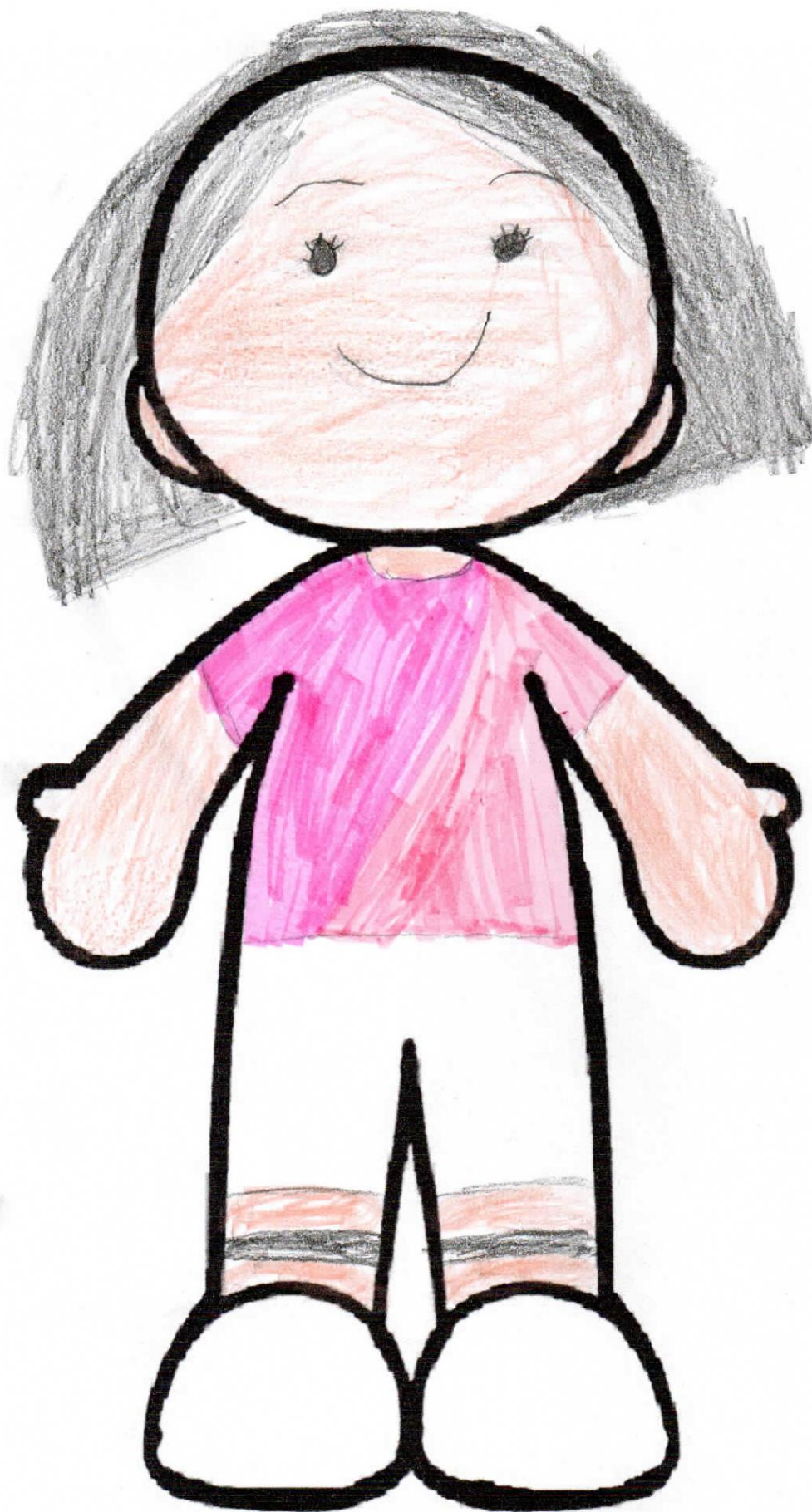






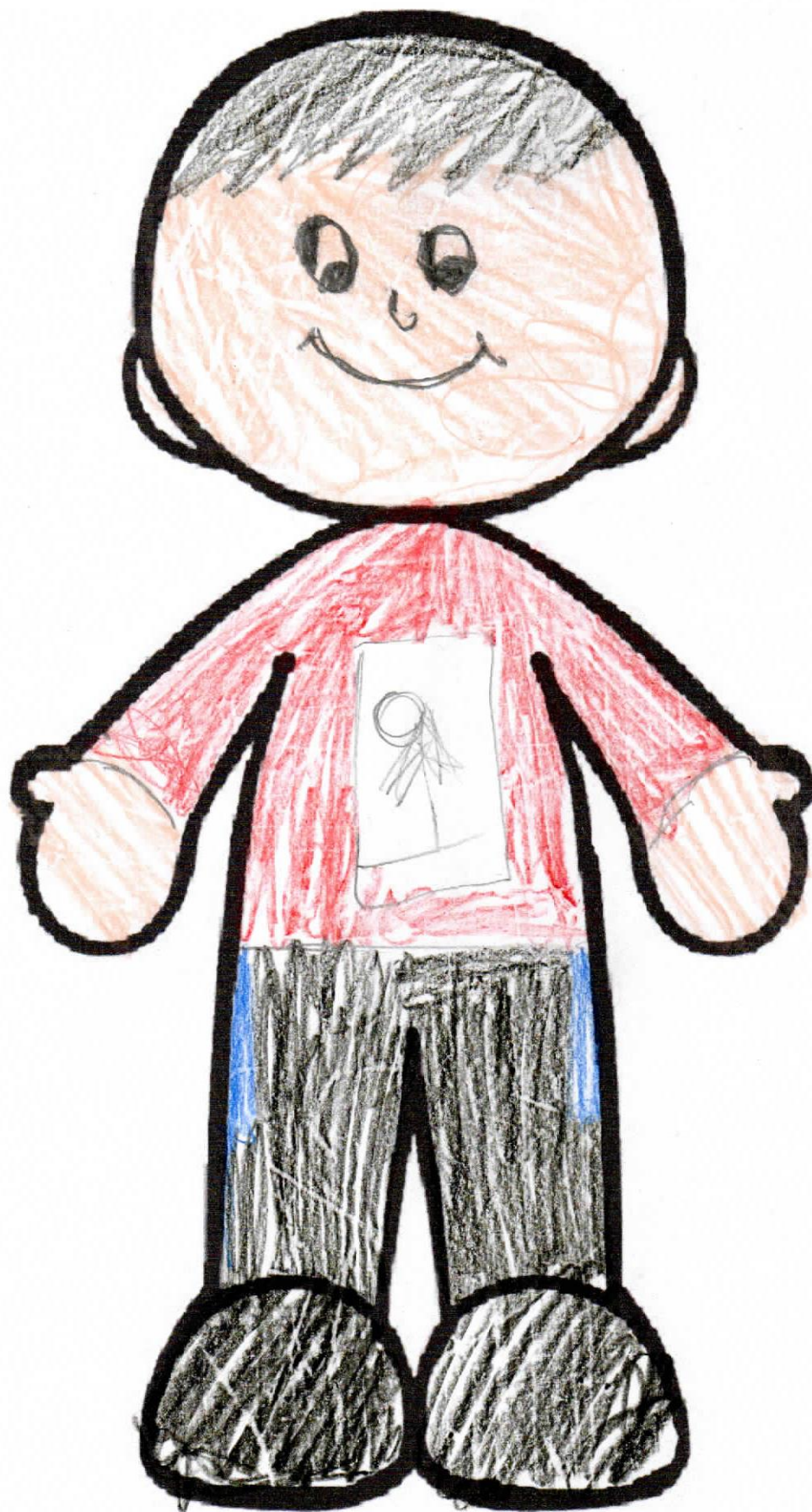




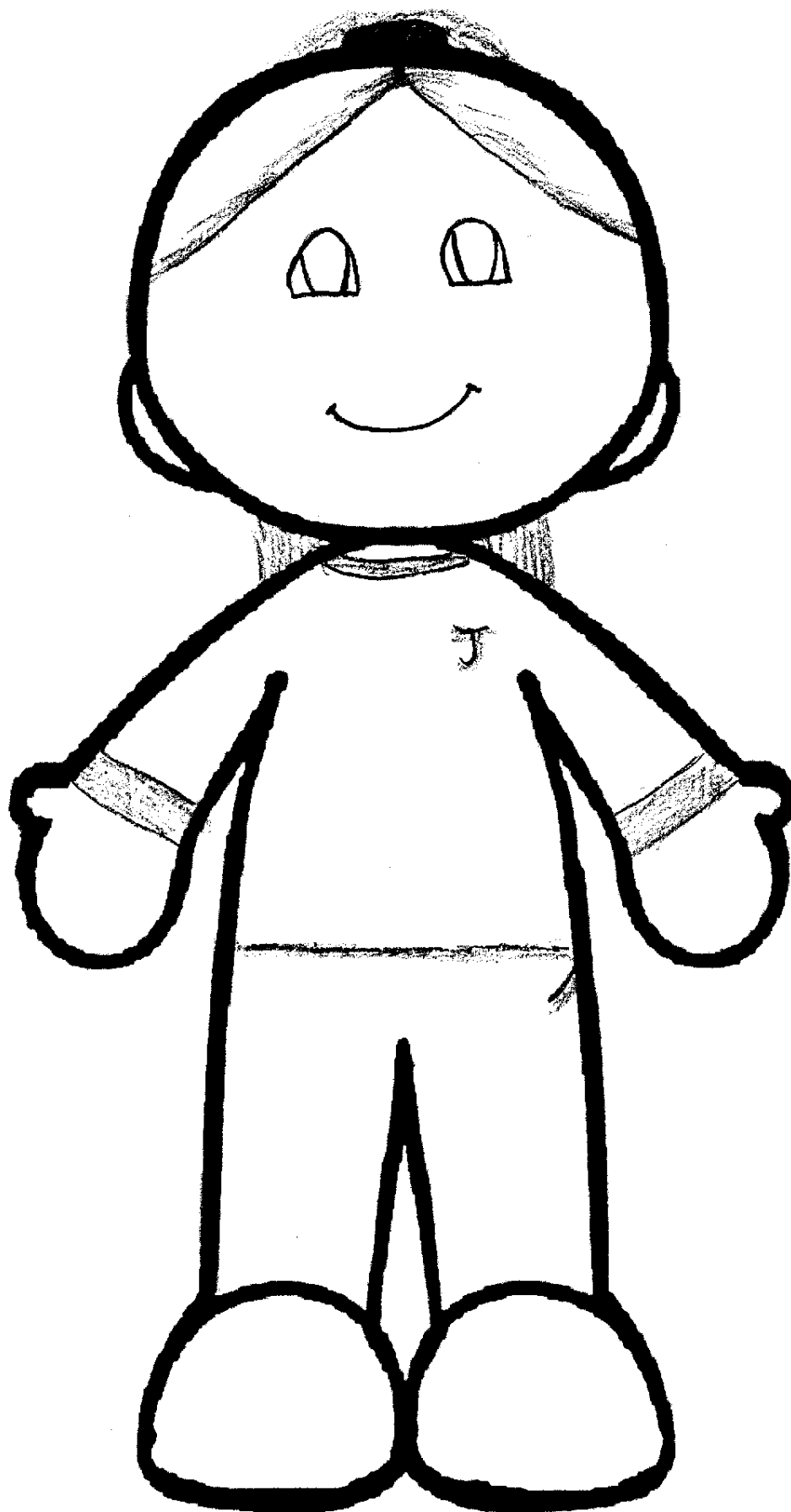




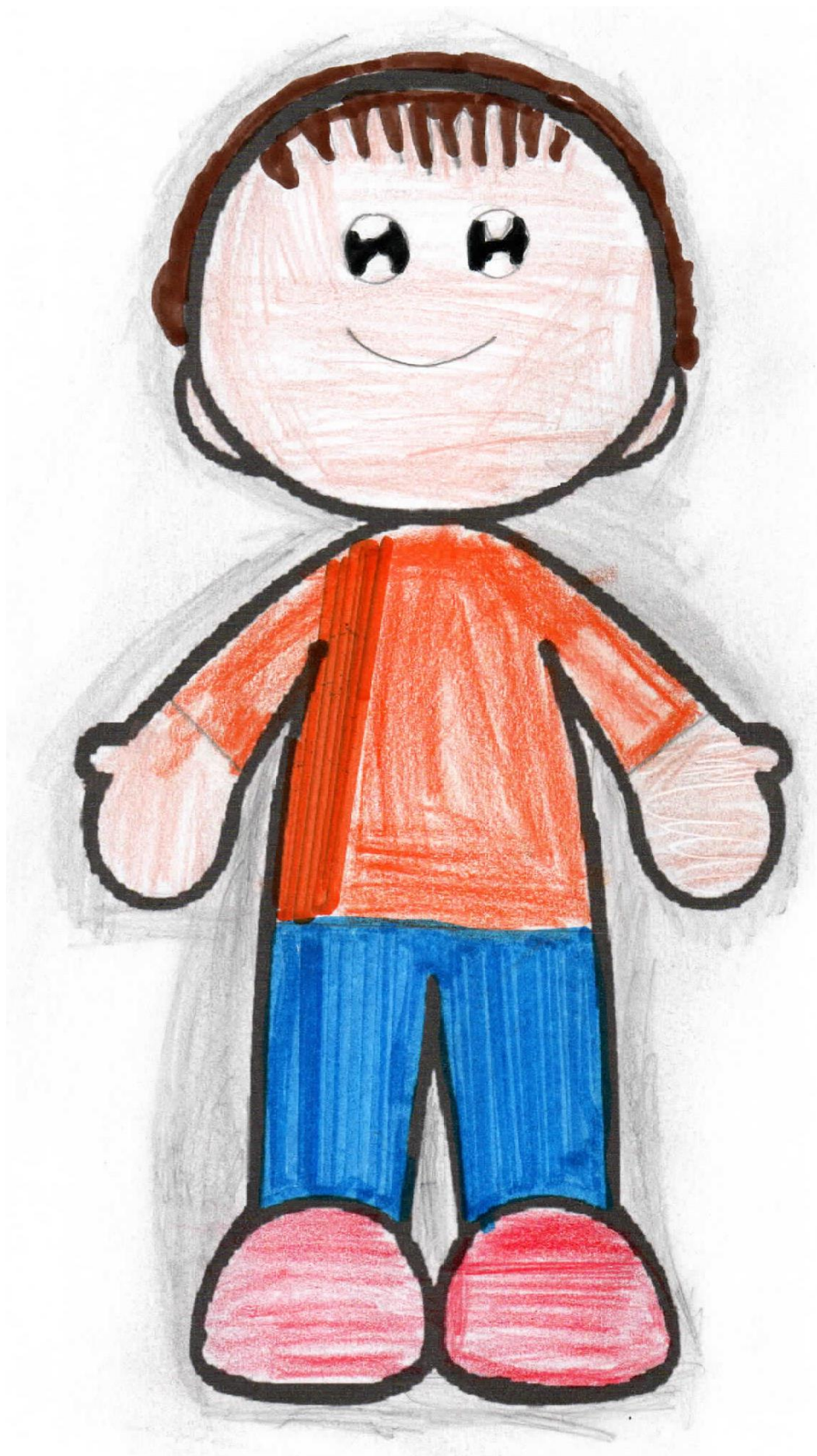
D. Rojas

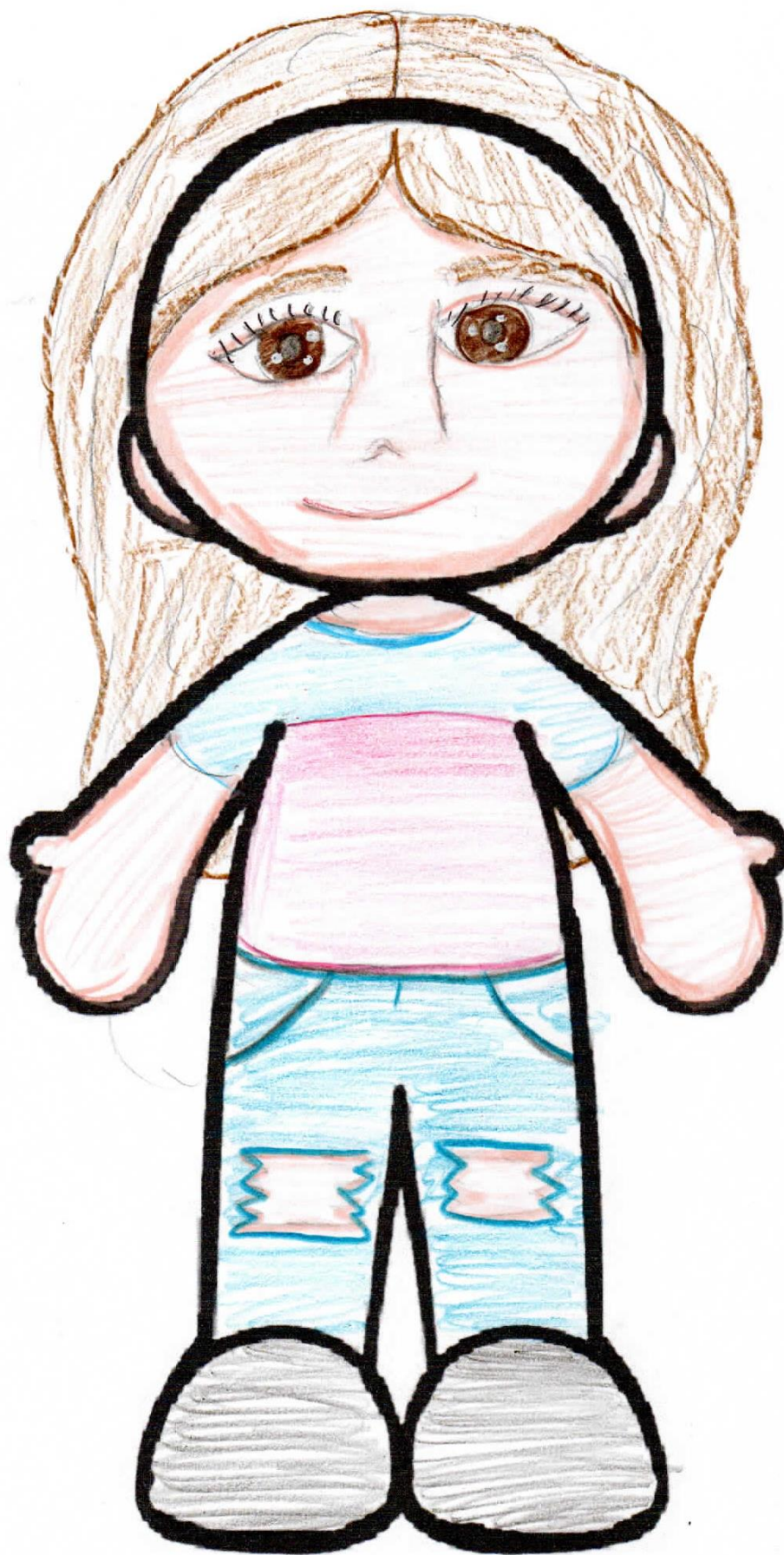




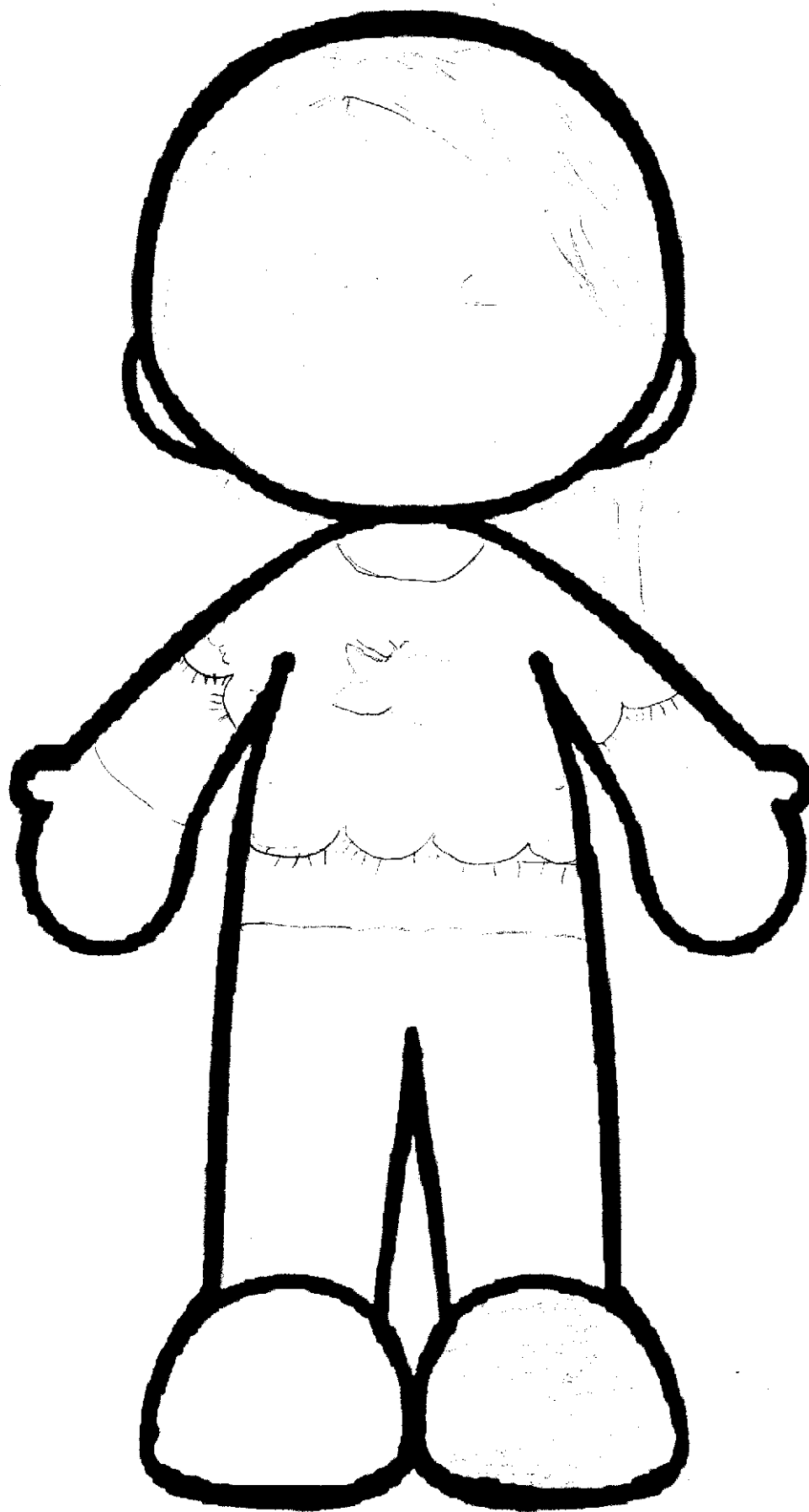


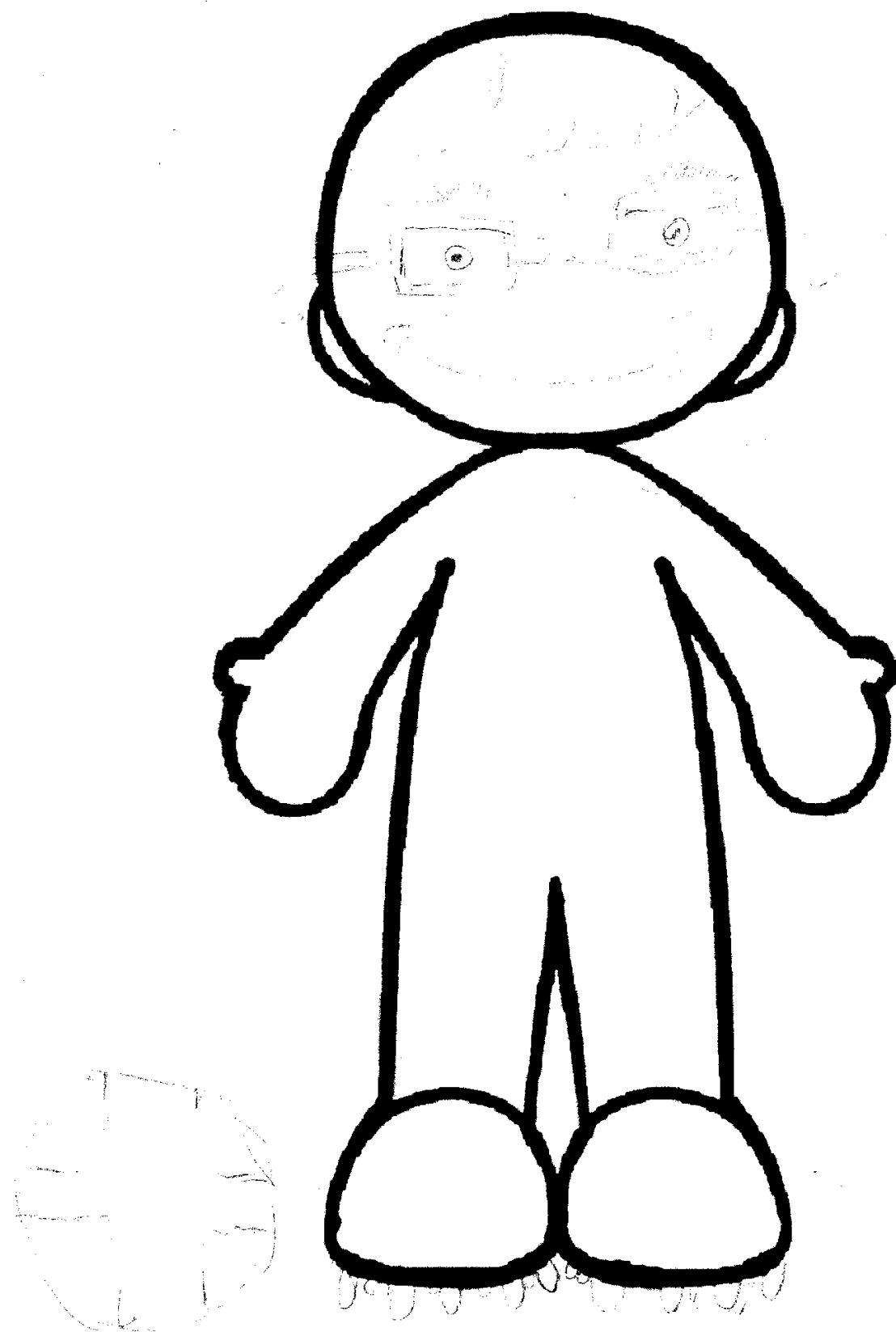




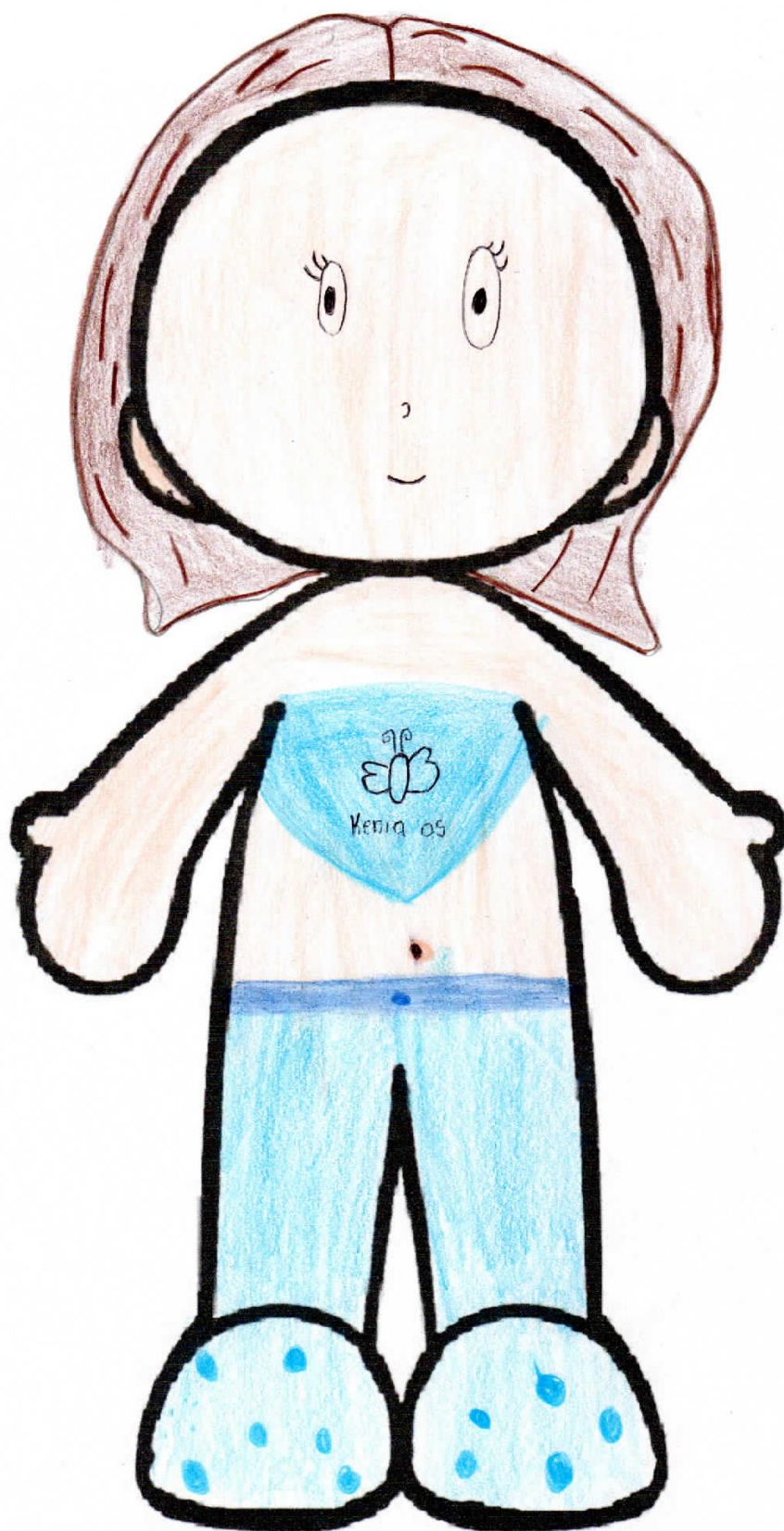


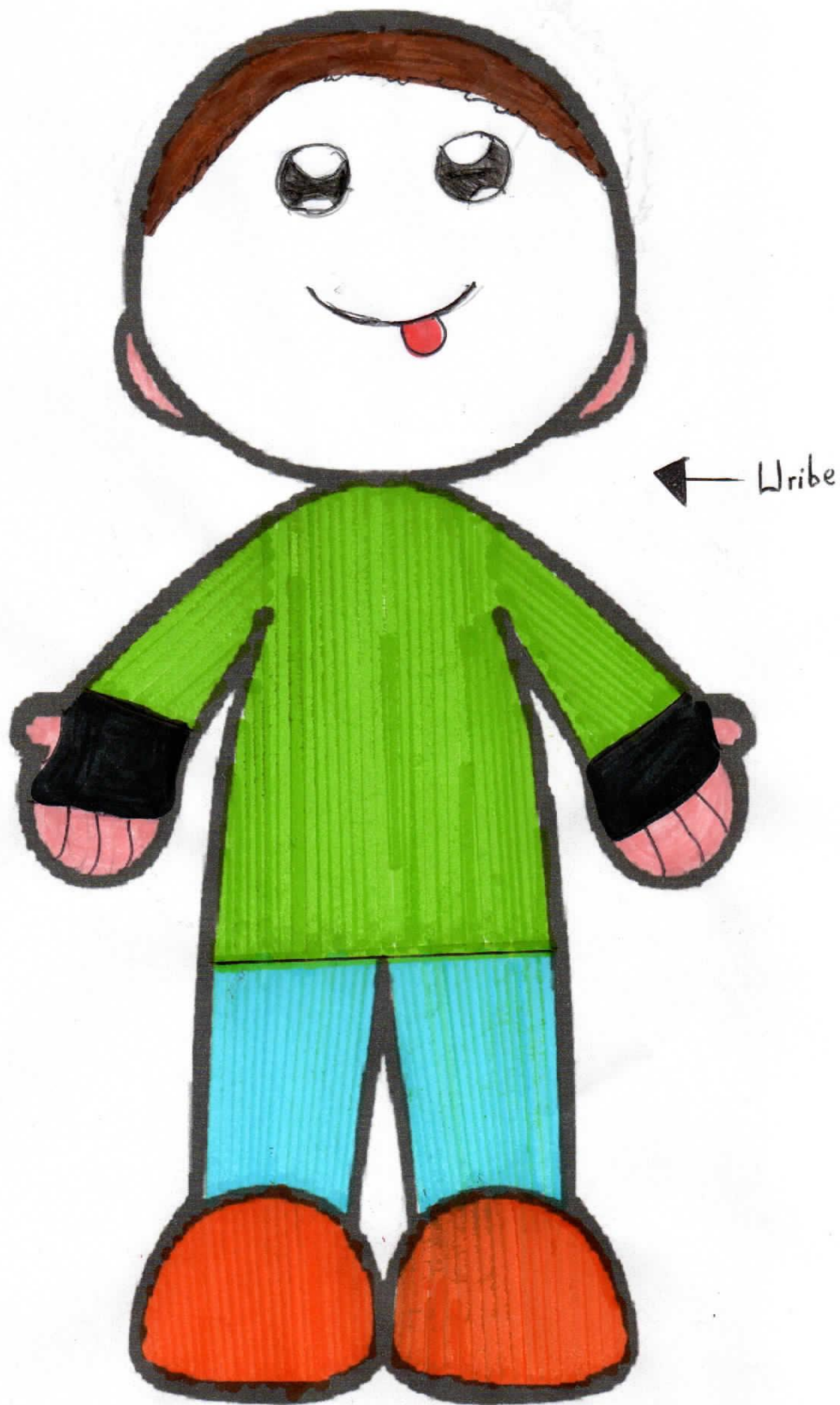


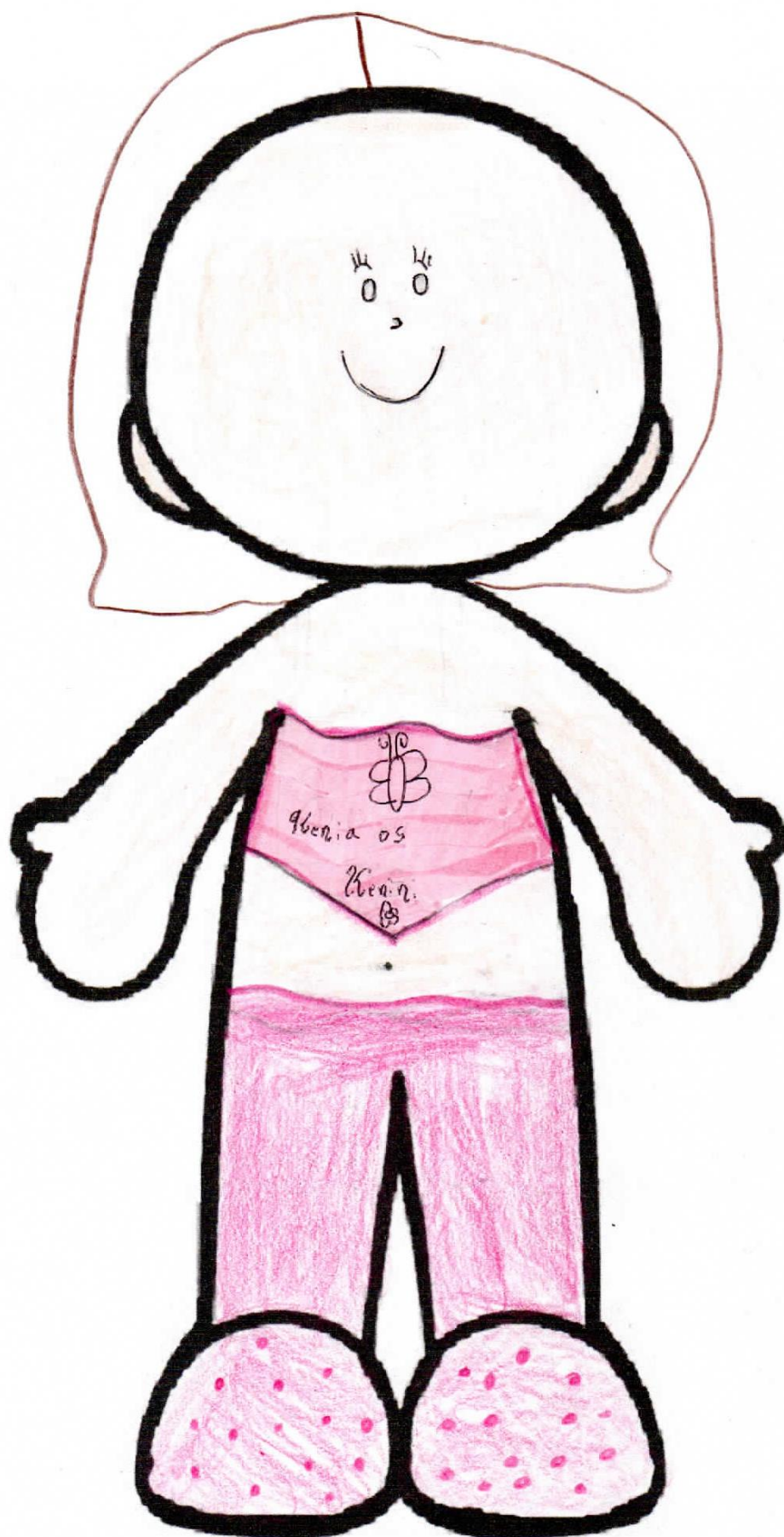


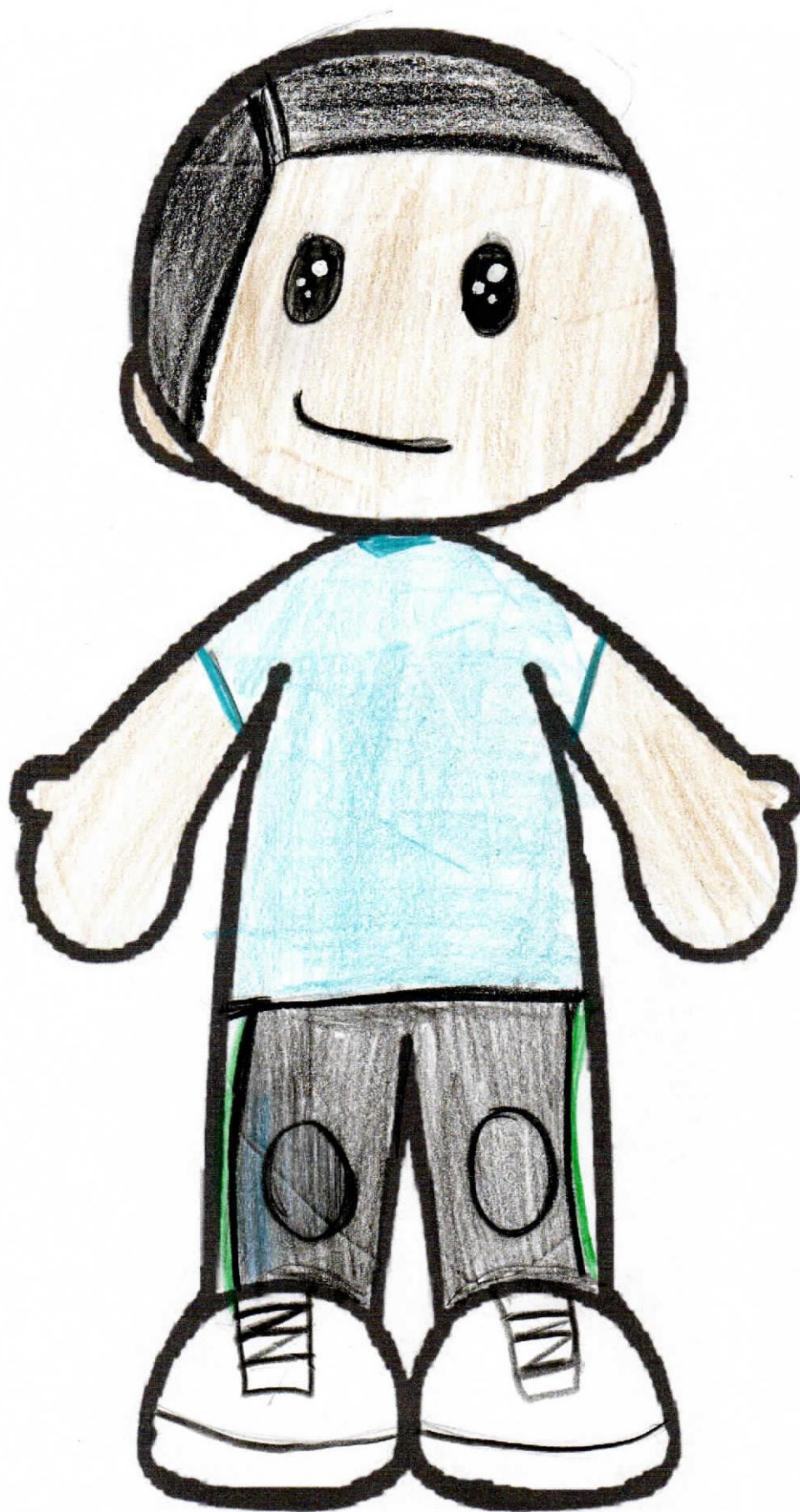


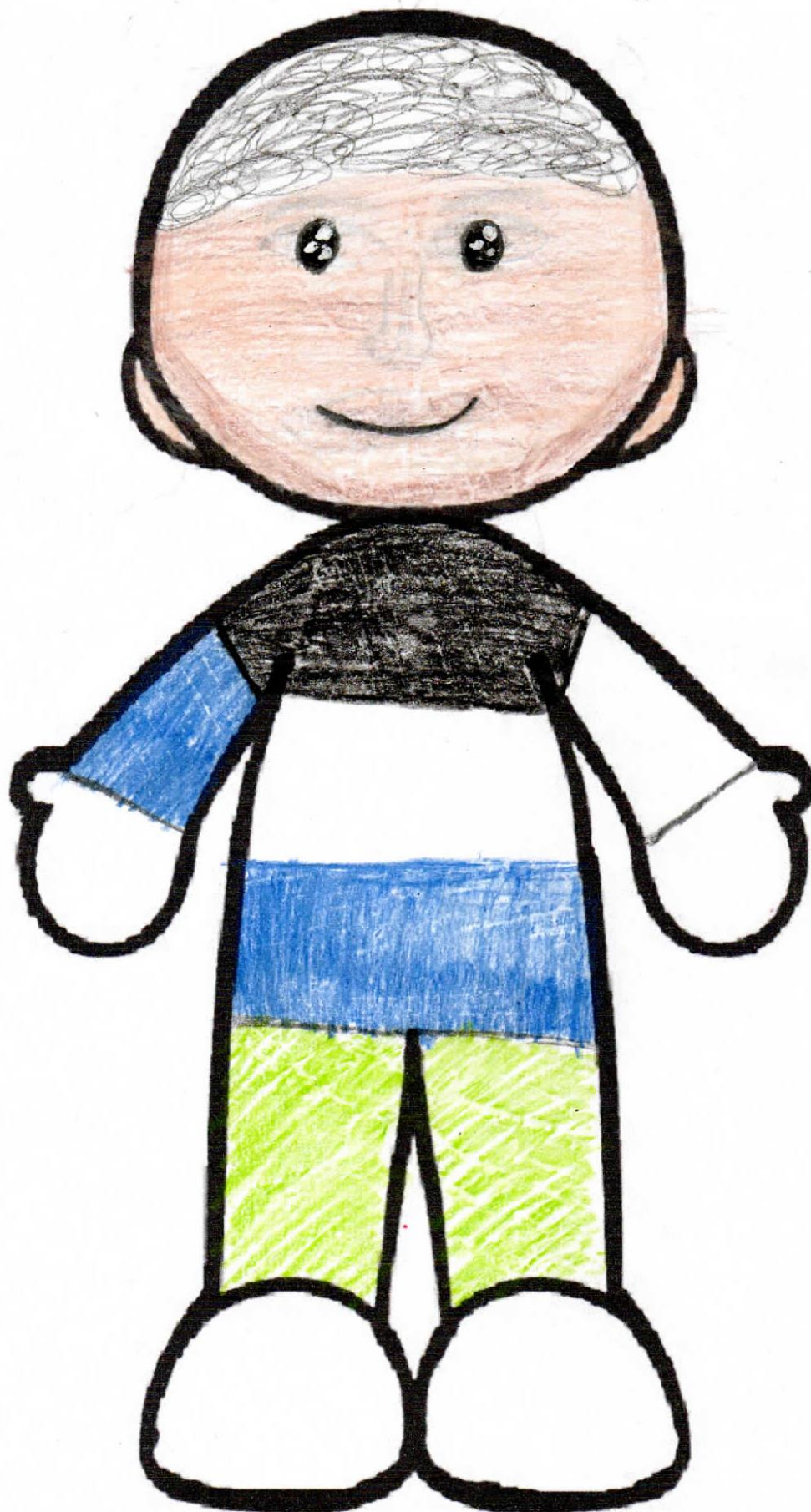
Handwritten signature



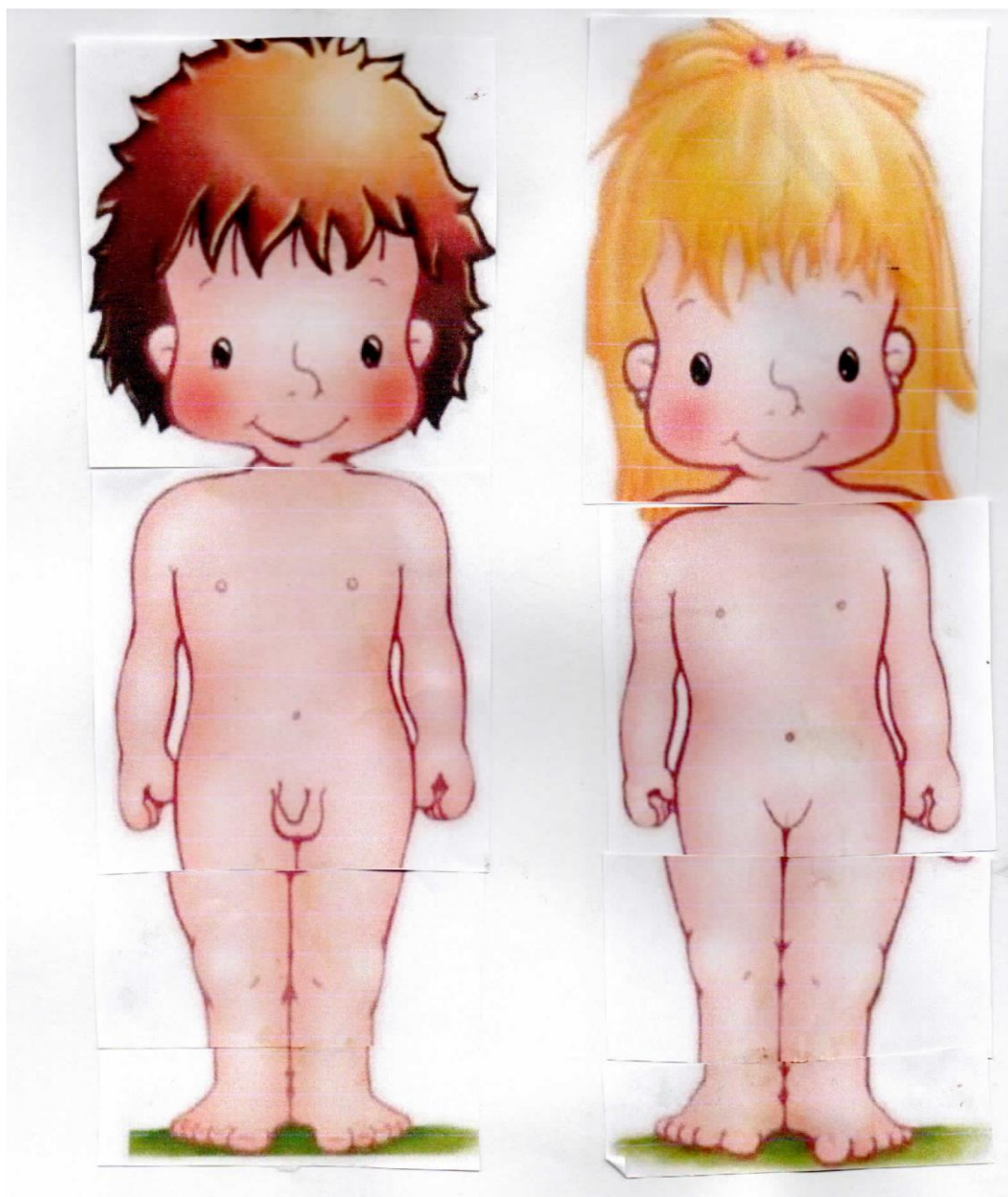


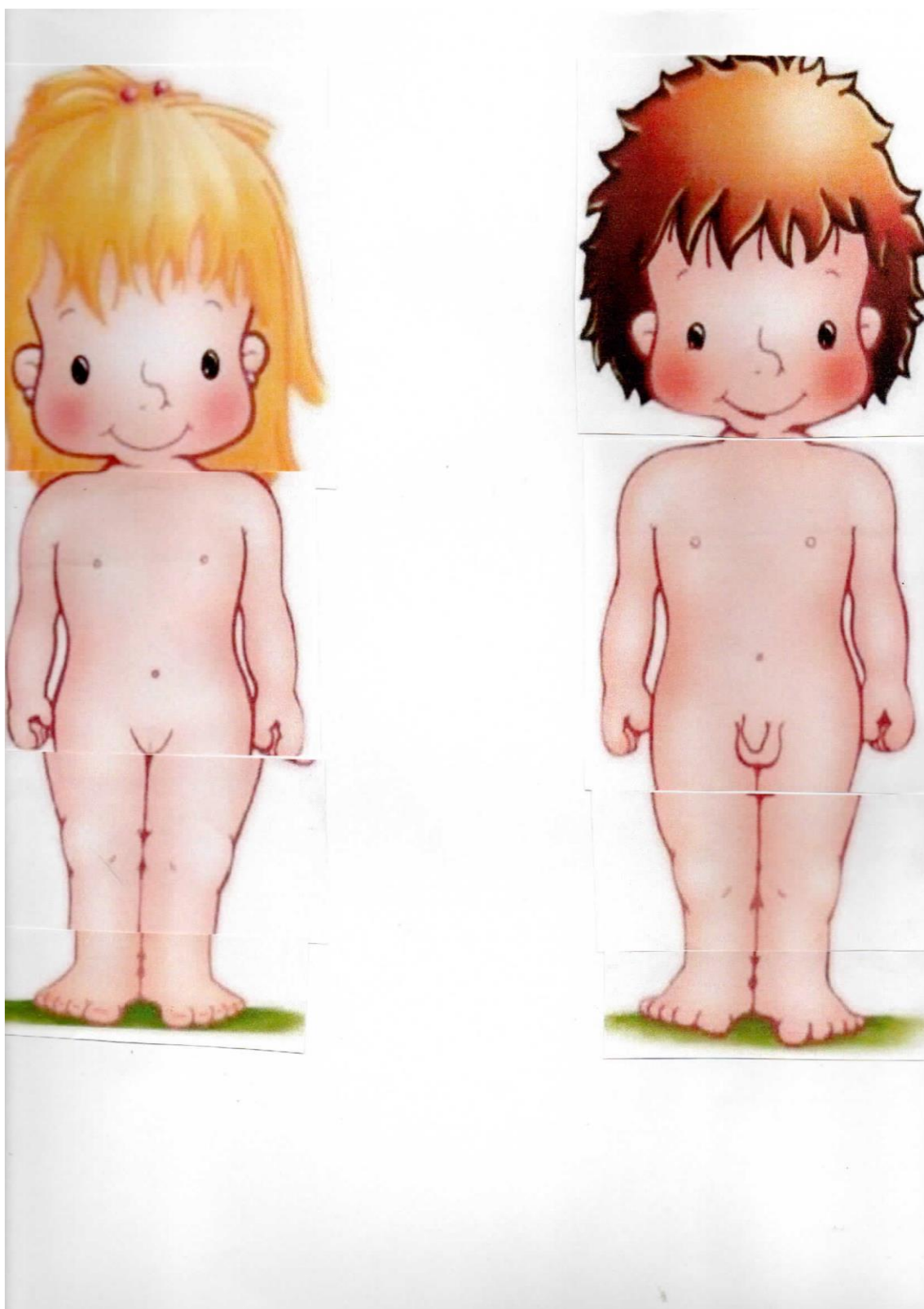






ANEXO 4
ROMPECABEZAS





ANEXO 5

CARTA DE PRESENTACIÓN



Universidad Católica
de Santa María

AREQUIPA - PERU

(5154)382038 <http://www.ucsm.edu.pe> [facebook.com/ucsm.edu.pe/](https://www.facebook.com/ucsm.edu.pe/)

"IN SCIENTIA ET FIDE ES IT FORTITUDO NOSTRA"
(En la Ciencia y en la Fe está nuestra Fortaleza)

Arequipa, 18 de diciembre del 2023


Sr. Prof.
CESAR ZAMATA ZAPANA
Director del Colegio Domingo Zamacola y Jauregui
Ciudad. -

Asunto: Sesión Educativa para Trabajo
Académico - FOyP.

Tengo a bien dirigirme a Usted, para manifestarle que uno de los requisitos para la obtención del título de Segunda Especialidad en Salud Sexual y Reproductiva del Escolar y Adolescente de nuestra Facultad de Obstetricia y Puericultura es realizar un trabajo Académico sobre la Especialidad, para lo cual la señora estudiante **YENHNY CÁRDENAS NÚÑEZ**, Identificada con DNI 29642489, realizará una Sesión Educativa: "Yo se cuidar mi cuidar", los días 19 y 20 de diciembre del presente año 2023.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión para expresarle los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente,



Dra. JANNIE ESCOBEDO VARGAS
Decana (e) de la Facultad de Obstetricia
y Puericultura de la UCSM



Recibido 18/12/23
VNI 29349791 SIII 13:40 pm.