



MÓDULO CREARTE

Descripción del módulo

Edades

Adolescentes

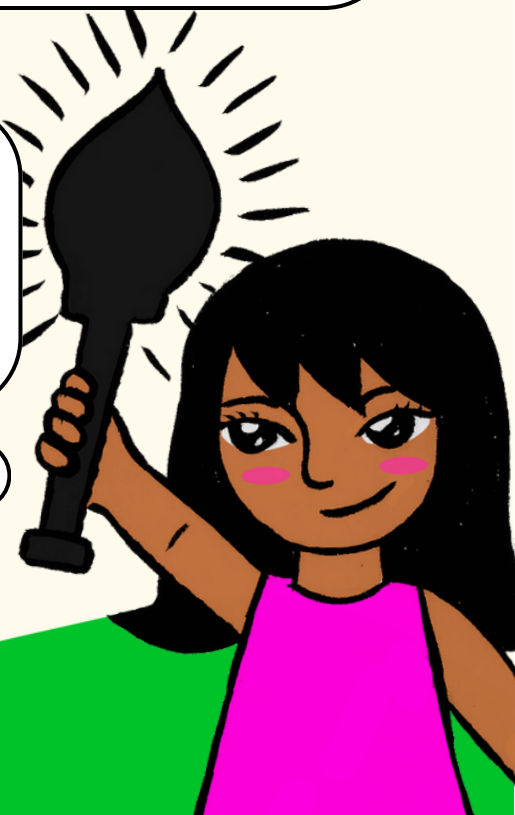
El módulo de ESI para adolescentes está diseñado desde una perspectiva de derechos para que puedan construir una vida sexual responsable y placentera. Para ello, es fundamental romper mitos y tabúes sobre la sexualidad, generar espacios de diálogos y reconocer los cambios que viven sus cuerpos. Identificar la anatomía y fisiología de los aparatos reproductores de hombres y mujeres. Conocer los riesgos que pueda conllevar una sexualidad sin protección y la importancia del consentimiento. Por otro lado, este módulo propone construir con lxs adolescentes una campaña de salud sexual con la finalidad de que se apropien de esos conceptos y que los puedan difundir con sus propias palabras y puntos de vista a sus pares y a moradores de su barrio.

Objetivo del módulo

El objetivo de este módulo es enseñar a lxs adolescentes a comprender su proceso de crecimiento y a sentirse acompañados en el desarrollo de su sexualidad y el cuidado de su salud. Enfocados en la toma de decisión libre, respetuosa y responsable sobre su sexualidad, respetando así la diversidad sexual previniendo la violencia, la discriminación y el abuso.

Palabras claves

responsabilidad, anticonceptivos, placer, consentimiento



JAKON NETE

Sesión 1: Presentación y bienvenida

Objetivo de la sesión: conocernos y dar la bienvenida a los nuevos participantes del proyecto. Construir colectivamente los acuerdos que facilitarán la convivencia y el desarrollo el módulo.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
15 min	Inicio de sesión Presentación	Dar la bienvenida. Presentación de lxs participantes.		
30 min	Compartir buenos deseos con lxs compañerxs	Hilo: se entregará un ovillo de hilo al grupo que deberá estar sentado en círculo. El/la facilitador/a debería empezar la dinámica, entregar el hilo a una persona del círculo diciéndole cosas positivas que le gustaría que suceda en el nuevo módulo, deseándole buena energía, y así esa persona deberá mandar el ovillo a otra persona, hasta terminarlo. Luego nos damos cuenta de que al final estamos todxs conectadxs.	Ovillo de hilo	
15 min	integración grupal	Maloca curraca ventarrón		
20 min	Acuerdos de convivencia	Lxs facilitadorxs explican el objetivo del módulo. Entonces se les pregunta: ¿Qué tenemos que hacer para cumplir con los objetivos y deseos que ellxs tienen y los que tiene el módulo?	papelote plumones	

		Se busca que sus enunciados sean positivos y resistan los cuestionamientos que lxs facilitadorxs hagamos. Se elabora una lista de las “conductas deseables” para conseguir lograr nuestras metas personales y colectivas. Se vuelve a revisar con la lista se analiza su pertinencia y su aprobación colectiva y de ser necesario y posible se hace la redacción final.		
10 min	Contar de que va a ir el módulo	El facilitador deberá contar a los participantes sobre de que va el módulo ESI. ¿Saben que es ESI?		
20 min	Evaluar sus conocimientos sobre ESI	Evaluación sobre que tanto conocen sobre ESI	Prueba de entrada	
10 min	Charla final	Charlar un poco sobre qué expectativas tienen del módulo, que esperan.		

+

Sesión 2: la educación sexual como un derecho

Objetivo de la sesión: Conocer que la educación sexual integral es un derecho. Constituir una herramienta efectiva para que los adolescentes identifiquen, comprendan y denuncien este tipo de situaciones.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10 min	Inicio de sesión	bienvenida. Conocemos nuestras emociones. ¿Cómo estamos?		
30 min	Activar el cuerpo	El juego del lazo: se le entregará a cada participante un lazo de tela de 50 cm. Cada participante deberá moverse en el espacio utilizando el lazo, deberá seguir indicaciones como: utilizar el lazo para acariciarme, para pasarlo por todo el cuerpo, para luego jugar con el compañero haciendo lo mismo. Pasar el lazo por el cuerpo del compañerx, manteniendo la conexión visual y permitiendo atreverme a jugar con el compañerx sin ser intrusivx. Luego El/la facilitador/a va dando otra utilización al lazo, como el hacer cosquillas al otro, buscar en el compañero el lugar que le causa cosquilla. Luego deberán entrelazar las cintas en sus cuellos y de esa manera acercarse cada vez mas hasta quedar frente a frente. Mirarse y ver que sucede. Al final se dan la mano y se abrazan, si lo sienten. Se conversa al final que sintieron. Como la pasaron.	Lazos de tela	

20 min	Definir porque es importante hablar de ESI	¿Creen que es necesario hablar de ESI? Se abre la pregunta dando pie a las diversas opiniones. Se buscará abarcar desde el manejo de emociones, los derechos, el cuidado y respeto.		
20 min	Conocer la relación entre educación sexual y derechos humanos	buscar que lxs adolescentes adquieran conocimientos sobre que la educación sexual se encuentra indudablemente vinculada a los derechos a la salud y a la educación, al principio de igualdad y no discriminación, y a los derechos sexuales y reproductivos. Conversa.	https://idehpucp.pucp.edu.pe/revista-memoria/articulo/educacion-sexual-una-cuestion-de-derechos-humanos/	
30 min	Desarrollar la confianza desde el cuerpo	Trabajo de confianza: se buscará trabajar primero de manera individual donde los participantes se moverán en el espacio experimentando movimientos y entrando en un tacto más consciente con el cuerpo. Luego se buscará trabajar de a dos, donde los participantes deberán ponerse frente a frente, observarse y darse el ok con la mirada para pasar a tocar al compañero, empezando por el rostro, las manos y terminar en un abrazo.		
10 min	Conversa final	Se buscará escuchar opiniones sobre la sesión trabajada. ¿Cómo se sienten al trabajar estos temas? ¿Lo trabajan en casa, colegio? ¿Lo hablan con amigos? Buscamos la reflexión.		

Sesión 3: mitos y verdades – plan de vida

Objetivo de la sesión: desterrar los mitos sobre la educación sexual integral e informar sobre sus beneficios.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10 min	Activar el cuerpo	Calentamos con movimientos pélvicos para desbloquear el cuerpo, propios del teatro. Buscamos accionar de formas incómodas con el cuerpo, desde posturas para luego incorporar la voz a través de sonidos onomatopéyicos		
10 min	Fortalecer lo aprendido en la sesión anterior	Iniciamos la sesión charlando sobre la sesión anterior, recordar un poco lo trabajado.		
30 min	Contribuir a eliminar mitos en torno a la sexualidad y educación sexual	Se pondrá en un papelote un cuadro que muestre por un lado un mito (10) y en otro su realidad, se buscará la conversa y participación activa de los participantes.	Papelote con mitos y verdades	
10 min	Regular la energía	Adivina la palabra: un participante deberá pasar al frente y pronunciar una palabra (referido al tema del módulo) el resto deberá adivinar que palabra es. Quien adivina pasa nuevamente al frente a realizar la misma dinámica. Para eso el facilitador deberá tener palabras ya escritas y metidas en una	Cajita Palabras lista	

		cajita para que cada participante lo saque.		
20 min	Identificar los beneficios de hablar sobre ESI	Se buscará cuestionar a lxs participantes ¿Cuáles son los beneficios de hablar sobre ESI? Se armará entre todxs una lista de beneficios escritos sobre un papelote.	Papelote plumones	
20 min	Crear un plan de vida	¿Qué es un plan de vida? Se buscará las respuestas entre los participantes, reflexionamos sobre ello. Luego cada participante deberá hacer en una hoja su plan de vida, para luego compartirlo en grupo. se buscará relacionarlo con los beneficios y la importancia de la educación sexual para el plan de vida.	Hoja Lápiz	
10 min	Buscar un espacio de expresión libre y anónima	Buzón anónimo: se entregará a cada participante una pequeña hoja y un lápiz donde pondrán algunas preguntas referente al tema e incluso algunos temas de los que quisiera que habláramos. Dudas. Cada participante deberá poner su papelito en el buzón para luego en la proxima sesión poder compartirlas y aclarar con fundamentos sus dudas.	Papel Lápiz Buzón	
10 min	Cerrar sesión	Maloca. Se buscará que los participantes lideren la dinámica.		

Sesión 4: conozco mi cuerpo

Objetivo de la sesión: Conocer los cambios físicos y emocionales. Desarrollar el conocimiento, la comprensión, actitudes y valores positivos.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10 min	Inicio de sesión Responder a las preguntas del buzón	Conversa inicial: ¿Cómo están? Recordar lo que vimos la sesión anterior, pedido de opiniones. Se buscará abrir el buzón, compartir sus dudas y preguntas que hicieron la sesión anterior.		
30 min	Conocer los cambios físicos y emocionales de la adolescencia	Se pondrá en la pizarra dos cuadros, uno donde se ubiquen los cambios físicos y en otro los emocionales. Cada participante deberá pasar a escribir un cambio, el que se le venga a la mente. Luego de completar el cuadro se profundizará el tema de forma gráfica en relación con sus cambios.	Papelote Laminas Plumones	
10 min	Regular la energía	Maloca curaca ventarrón	Buffer	
50 min	Identificar las diferentes razones de los cambios emocionales en los adolescentes.	Educación sexual, serie. Se mostrará un capítulo de la serie "SEX EDUCATION" que nos permita identificar la razones de los cambios emocionales en los adolescentes. Como lo manifiestan, como lo resuelven.		
20 min	Conversa final	Se buscará armar una conversación al final de la serie. Reflexionando así la importancia de los cambios, lo que provoca en ellos, el autodescribirse.		

Sesión 5: los placeres sexuales

Objetivo de la sesión: dar a conocer que el sexo no es solo para tener hijxs o complacer al hombre, si no tambien una forma de complacerse, autocomplacerte y disfrutar el placer sexual como tal.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10 min	Inicio de sesión	Conversamos sobre lo que hicimos la sesión anterior.		
10 min	Dinámica	Baile improvisado, se buscará mover el cuerpo de forma libre y segura por el espacio. Pero en cada stop se ira dando indicaciones usando diferente tipos de palabras que hará alusión al trabajo de la sesión del día, por ejemplo, en un primer stop se dice “placer” y todos deberán quedarse en una pose que indique dicha emoción. Otra podrá ser “excitadx” “malhumoradx” etc	Buffer	
30 min	Identificar zonas de placer y gestos de agrados y afectos	Se divide el grupo en dos. Cada grupo tendrá que dibujar una silueta para una adolescente y una silueta para un adolescente. Tendrán que indicar las partes del cuerpo que puedan generar estimulación y excitación. Indicar también en la figura, un afecto, un gesto que les gusta recibir.		
30 min	Descubrir los placeres en el hombre y la mujer.	se abrirá una conversa sobre si conocen o saben que es un placer. ¿Qué placeres sienten los hombres y mujeres desde el ámbito sexual?	Imágenes	

		¿Qué partes del cuerpo me dan placer? De forma gráfica con láminas e imágenes se buscará explicar que parte del pene y la vagina son erógenas. Se insistirá sobre la sensibilidad del cuerpo y la importancia de disfrutar del cuerpo completo.		
10 min	Conversa final	Los participantes deberán exponer sus dudas y hacer una reflexión sobre todo lo trabajado en sesión.		

Sesión 6: Conozco mi cuerpo

Objetivo de la sesión: Reconocer anatomía y fisiología y de los aparatos reproductores de hombres y mujeres

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
15 min	Inicio de sesión	Conversa inicial: ¿Cómo están? Recordar lo que vimos la sesión anterior, pedido de opiniones.		
95 min	Describir las partes y funciones de cada aparato reproductor	Primero se invita a lxs participantes a conectar los nombres de las partes con su función. Luego, se procede a leer lo que vincularon, preguntar si están de acuerdo todxs. Si es necesario hacer el cambio necesario. Luego, se pega en las láminas correspondientes. Se corrige los eventuales errores y se procede a explicar las funciones.	Laminas Leyendas	

Sesión 7: El ciclo ovomenstrual

Objetivo de la sesión: Contribuir a generar un estado cde bienestar físico, mental y social en torno al ciclo menstrual

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10	Regular la energía	Jueguito corporal		
10	Fortalecer lo aprendido	Recordar los órganos sexuales masculinos, sus partes y funciones pegando en las láminas.		
5-10	Presentar la sesión	La salud menstrual es importante para gozar de una buena salud menstrual (implica un bienestar físico, mental y social) Preguntar si han escuchado hablar del ciclo menstrual y si pueden definirlo.	Pizarra plumones	
10-15	Identificar las creencias erróneas en cuanto al ciclo menstrual	Separamos al grupo en 2 equipos. Se leerá frases y cada grupo (sucesivamente) tendrá que decir si es verdadero o falso, unx exponente deberá explicar porque. Luego, la facilitadora corrige en caso de que sea necesario	Lista de frases verdaderas y frases de creencias erróneas	
15	Volver a definir e identificar órganos sexuales femeninos y sistema endocrino	Para poder hablar de ciclo menstrual es importante conocer los órganos sexuales femeninos y el sistema endocrino. Les preguntamos si saben que es el sistema endocrino. Explicamos. Les pedimos luego que coloquen las etiquetas de los nombres de los órganos sexuales femeninos. Corregimos si es necesario y hacemos un breve repaso.	Ilustración sistema endocrino	
20-25 min	Reconocer las fases del	LAS FASES: Se describe las 4 fases del ciclo con los cambios que generan en el útero, los ovarios y en la producción hormonal.	ilustración del cerebro con la hipófisis	

	ciclo ovomenstrual	Se recomienda terminar con fichas que describen cada ciclo y que lxs adolescentes los ordenen. De esta forma, se puede ver cuanto han entendido y reforzar.	Ilustración de los ciclos de las hormonas Ilustración de la matriz en cada fase	
15-20	Reconocer los productos de gestión menstrual y tips de cuidado	Productos de gestión menstrual: Se les pregunta que productos conocen. Luego se les presenta un kit (toallas reusables-copa-tampón-toalla de telita). Luego, se comparte consejos para una buena higiene tanto durante la menstruación como en los otros momentos del ciclo. Se recomienda agendar con las adolescentes un espacio circular de compartir para poder profundizar el tema, desde un espacio más íntimo.	Kit	
5-10	Cerrar sesión	Consideran que han tenido la información suficiente a tiempo (en caso de las chicas antes de su menarquia). ¿Esta información les esta brindada en el colegio? ¿En casa? ¿Les parece información necesaria? ¿Sienten que en el colegio los baños por ej permiten un buen manejo de su ciclo menstrual? ¿Consideran que se les brinda la información necesaria y adecuada? Recalcando que la salud sexual y reproductiva donde se encuentran la salud menstrual es un derecho y que podemos exigir más información.		

Sesión 8: Sexualidad responsable

Objetivo de la sesión: dar a conocer sobre los métodos de prevención y cuidado de las ETS/ITS

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10 min	Inicio de sesión	Conversamos sobre lo que hicimos la sesión anterior.		
10 min	Dinámica	Activamos el cuerpo con propuestas de movimientos de cada uno, el resto debe seguir.		
90 min	Dar a conocer los riesgos y cuidados de la ETS	¿Saben que significa ETS? (Se recomienda invitar a algunx representante de un centro de salud) Se pondrá en la pizarra la palabra ETS y se buscará ir completando sus definición con los aportes de los participantes. Al final el facilitador deberá crear un significado que englobe todo. Luego se hablará sobre las causas y consecuencias de estas enfermedades. Síntomas. Las formas de prevención. Se hablará sobre los métodos anticonceptivos y se buscará ejemplificar la puesta de un condón masculino y femenino.	Graficas preservativos	

Sesión 9: la fecundación

Objetivo de la sesión: dar a conocer sobre las etapas de la fecundación.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
10 min	Inicio de sesión	Conversar sobre lo que hicimos la sesión anterior.		
10 min	Relajación	Tomar conciencia a través de la meditación acostada, sobre todo lo que van adquiriendo como información de vida.		
40 min	Conocer los procesos de fecundación	Identificar los procesos de fecundación, conocer, saber e interiorizarse al respecto.	Gráficas digitales	
50 min	Reflexionar sobre las primeras relaciones sexuales	Proyectar un corto xxxx sobre las primeras relaciones sexuales a fin de poder generar un dialogo con lxs adolescentes y romper tabús. Presentar el concepto de consentimiento y su importancia para relaciones sexuales placenteras y libres de violencia.	TV/proyector	

Sesión 10: campaña de salud sexual en el barrio

Objetivo de la sesión: Idear una campaña de salud sexual en el barrio, liderado por los y las adolescentes.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
15 min	Inicio de sesión	Iniciar la sesión con una conversa amena, para saber cómo están de ánimos. Saber cómo les fue durante la semana.		
15 min	Conocer la existencia de mitos y verdades sobre la masturbación	Conocer si saben de mitos sobre la masturbación. ¿Qué saben de ello? Rompemos y Aclaremos dudas.		
40 min	Escoger los temas y los objetivos de una campaña sobre salud sexual para su barrio	Definir qué es una “campaña” *. Hacer un repaso de lo que se ha trabajado en las últimas sesiones. Identificar en conjunto cuales serían los objetivos de la campaña y los temas importantes que difundir y los medios que se usarían.		
30 min	Definir los roles de cada participantes	Definir roles para los trabajos. Empezar por el nombre de la campaña, definir equipos de trabajos y actividades que realizarán así como plazos. Es importante que puedan reunirse fuera de los horarios de las sesiones para preparar sus materiales.		

10 min	Conversa final	Es importante hablar del compromiso de cada unx para que se pueda producir esta campaña.		
---------------	-----------------------	--	--	--

* Señalamos que lxs adolescentes con quienes trabajamos están siendo capacitados como comunicadores barriales. Entonces ya habían realizado una campaña en su barrio. Si es un tema nuevo, se recomienda hacer una sesión para explicar cómo se realiza una campaña.

Sesión 11: campaña de salud sexual en el barrio II

Objetivo de la sesión: Realizar una campaña de salud sexual en el barrio, liderado por los y las adolescentes.

Tiempo	Objetivos	Descripción	Materiales	Comentarios/observaciones
20 min	Inicio de sesión	Conversar sobre los roles, actividades, compromisos.		
80 min	Preparar los materiales para la campaña	Se dividen en sus grupos de trabajos y preparar sus materiales. En el caso del proyecto Jakon Nete lxs adolescentes han realizado los siguientes materiales: Juego didáctico, power point informativo sobre ITS/ETS, creación de afiches de sensibilización y un corto sobre el uso del preservativo. Este último material requerirá de organizarse en horarios fuera de las sesiones para poder grabar las tomas del cortometraje.		

10 min	Conversa final	Revisar las fechas fuera de las sesiones para la realización de los distintos productos.		
---------------	-----------------------	--	--	--

Se recomienda unas 2 a 3 sesiones más para poder terminar los productos. En la última sesión es importante hacerles su prueba final (la misma que la prueba de entrada) y evaluar cómo se han sentido en el proceso, qué información les ha ido valiosas, qué cosas les ha faltado.

Se recomienda presentar los productos en una muestra en el barrio y que la campaña dure varios días para tener mayor impacto.