

MANUAL DE FAMILIAS

creciendo juntos para la vida



© CARE Internacional en Ecuador
Todos los derechos reservados

Diseño y revisión de la metodología

Jimmy Salgado, Nubia Zambrano

Coordinación

Jimmy Salgado, Nubia Zambrano

Construcción

María Flores, Unidad Educativa José Acosta Vallejo

Margot Proaño, Escuela Mixta Ayacucho

Miryam Chimarro, Escuela Otto Sharnow

Blanca Ruano, Escuela Antonio de Alcedo

Rogelio Pulamarín, Escuela César Augusto Tamayo

Edición

Otto Zambrano Mendoza

Revisión final

Martha Rodríguez

Diagramación e impresión

INKPRIMA

Red Educativa Cangahua

Antonio Orozco, Director

Jimmy Salgado, Subdirector

Yolanda Ruiz, Escuela Otto Sharnow

Margarita Sevilla, Escuela Mixta Ayacucho

Pilar López, Escuela Antonio de Alcedo

Jimmy Salgado, Unidad Educativa José Acosta Vallejo

Fanny Perugachi, Escuela César Augusto Tamayo

CARE Internacional en Ecuador

Peter Buijs, Director

Iván Palacios, Director Área de Desarrollo Social Integral

Fernando Unda, Coordinador Nacional de Educación

Nubia Zambrano, Coordinadora Proyecto SOY! CARE

Alexandra Almeida, Técnica de Campo

Fabiola Pijal, Técnica de Campo

Dirección: Carlos Montúfar E15-14 y La Cumbre, sector Bellavista

PBX: (593 2) 225 3615

FAX: (593 2) 243 3069

Correos electrónicos: care@care.org.ec; funda@care.org.ec

Página web: www.care.org.ec

Proyecto SOY!

Consortio liderado por Catholic Relieve Services (CRS) e integrado por la Conferencia Episcopal Ecuatoriana,

Fundación Wong, Save the Children UK y CARE Ecuador

César Paredes, Director

Luis Stacey, Especialista en Educación

Elizabeth Ponce, Especialista en Monitoreo y Evaluación

Dirección: Av. América 1830 y Mercadillo, edificio Radio Católica, PB, Quito

Teléfonos: (593 2) 256 7473 / 256 8874

FAX: (593 2) 256 6054

Casilla: 17-03-0226

Correo electrónico: egc@crsecuador.org.ec

Página web: www.catholicrelief.org

Quito, Ecuador

Septiembre de 2008

Los fondos para esta publicación fueron proporcionados por el Departamento de Trabajo de Estados Unidos bajo Convenio de Cooperación N° E-9-K-4-0050.

Esta publicación no refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento de Trabajo de Estados Unidos, ni implica el apoyo por parte del Gobierno de Estados Unidos a la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones.



SUMARIO



SI ESTUDIAMOS, TENDREMOS UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA 9

NO ME MALTRATES, AYÚDAME A CRECER FELIZ 15

NUESTRA SALUD ES UN REGALO DE LA VIDA, CUIDÉMOSLA 21

SI NOS ALIMENTAMOS BIEN, CRECEREMOS INTELIGENTES Y FUERTES 27

¿CÓMO HABLAR DE SEXUALIDAD CON NUESTROS HIJOS E HIJAS? 35



Antecedentes

La Red Educativa Cangahua está integrada por las instituciones educativas de jurisdicción hispana: Unidad Educativa José Acosta Vallejo, escuelas Otto Sharnow, Antonio de Alcedo, Ayacucho y César Tamayo, y el jardín Zoila Rendón, localizadas en el cantón Cayambe, provincia de Pichincha. Fue creada mediante acuerdo ministerial N° 537 del 27 de febrero de 2002.

La Red, según su planificación estratégica, visión y misión institucionales, fundamenta el proceso de formación integral de niños, niñas y adolescentes (NNA) en el respeto a sus derechos, en valorar su autoestima, en fomentar el liderazgo y el buen rendimiento académico, en capacitar a sus docentes profesionalmente, alentar el trabajo en equipo y cimentar comunidades educativas saludables sobre principios éticos.

Para ello se cuenta con la intervención directa de todos los actores educativos: niños, niñas y adolescentes, maestras y maestros, padres y madres de familia, comunidad, organismos gubernamentales, entidades públicas; cada una, desde su punto de vista y desempeño institucional, aporta criterios para la toma de decisiones tanto en su propio bien como para el buen funcionamiento de la Red.

Para tal empeño se toman en cuenta ejes y aspectos primordiales a desarrollarse en el proceso educativo, los que facilitarán el convivir armónico y la solución de problemas cotidianos, tanto domésticos como institucionales. Para aportar a estos propósitos, ponemos a su consideración este MANUAL DE FAMILIAS, un instrumento guía para tratar temas básicos: desarrollo de aprendizajes, maltrato infantil, deserción escolar, salud y nutrición, sexualidad, derechos, equidad de género, entre otros. Listado temático que surgió del diagnóstico situacional del Proyecto Educativo Institucional (PEI) realizado con la participación de padres, madres de familia, niños, niñas y adolescentes, maestros, maestras, directoras, directores; proceso de orientación, ejecución, evaluación, sistematización, seguimiento y coordinación que se realizó gracias al apoyo técnico del proyecto SOY! CARE.

Esperamos que la experiencia y los aprendizajes asimilados durante el proceso y concretados en este Manual aporten al trabajo y accionar de todos los actores educativos inmersos en la Red Educativa Cangahua; que su lectura atenta y la puesta en práctica aliente un mejor proceder, repercuta en el mejoramiento de la calidad de vida de su entorno, corrija lo impropio que pueda haber en su metodología y la haga evolucionar conforme a la realidad de cada actor y escenario.

Jimmy Salgado

Subdirector Red Educativa Hispana Cangahua



Presentación

Una de las estrategias que impulsó el Proyecto SOY!, para prevenir y erradicar el trabajo infantil en las zonas de producción de flores y banano para exportación, fue el mejoramiento de la calidad de la educación, con el propósito de lograr que los centros escolares se conviertan en espacios cálidos y acogientes para las niñas y los niños, en los que los aprendizajes se desarrollen en un ambiente de juego, alegría y buen trato, con nuevas prácticas pedagógicas que hagan de lo lúdico el camino más adecuado para la adquisición de nuevos saberes. Para conseguirlo el SOY! convocó a padres y madres de familia, a lideresas y líderes comunitarios, a directores y docentes de las escuelas, y a los representantes de los gobiernos estudiantiles a conformar comunidades educativas que asuman corresponsablemente el reto de lograr una educación de calidad; para conseguirlo se desarrollaron varios instrumentos que el Proyecto apoyó en el diagnóstico y la planificación educativas, que permitió establecer un conjunto de acciones que, al ser implementadas, dieran cuenta del objetivo propuesto.

Los diagnósticos permitieron identificar la urgente necesidad de lograr una de las precondiciones básicas para el desarrollo integral de niñas y niños: contar con afecto, amor y respaldo incondicional de sus familias.

La familia es el primer lugar que conocemos del mundo. Ahí nace y crece la vida. Ahí nos protegemos y fortalecemos. Ahí aprendemos a construir nuestro destino. Ahí comienza la búsqueda de la felicidad.

Ése es el espacio donde debemos crear las condiciones para que la crianza y desarrollo de nuestros niños, niñas, adolescentes y jóvenes, se dé en un ambiente de respeto, afecto y reconocimiento; donde debemos creer y reconocer sus capacidades y potencialidades, donde debemos alentar y orientar sus ilusiones y sueños.

Este espacio de ternura y construcción debe extenderse a otros ámbitos de crecimiento, recreación, aprendizaje y socialización, sin perder en el camino sus méritos y calidades. Tienen que adecuarse y adaptarse a los nuevos escenarios de relacionamiento, en los que las reglas y códigos de comportamiento cambian de forma incesante. La familia y la escuela, padres y madres, maestros y maestras deben sobrellevar estas realidades con formas creativas y de manera asociada. La cotidianidad ya no es una ruta conocida, sino —con frecuencia— un conjunto de problemáticas a resolver en la marcha y con diversas herramientas.

Creciendo juntos para la vida es un Manual de Familias que quiere ofrecer diferentes alternativas, herramientas y espacios de reflexión para, a través del diálogo, la reflexión, la participación y la práctica, encontrar nuevos modos de acercarnos a nuestros hijos, hijas, hermanos, hermanas, parejas, y acompañarlos y acompañarnos en el descubrimiento de la vida. Empezando por reconocer y expresar los valores, vínculos y afectos, ya presentes, y fortaleciéndolos y alimentándolos con los que nacen de las nuevas realidades.

La solidaridad y el amor propios son una buena tierra para sembrar afecto y respeto por los otros y las otras. Hay que regarla con otras aguas y abonarla de acciones sinceras.

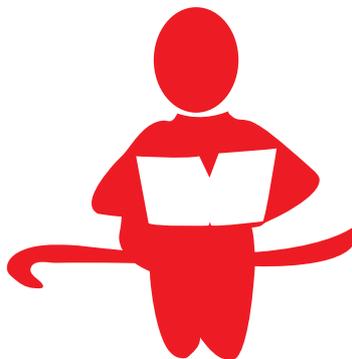
Este Manual no es una receta para la felicidad, sino un lugar para encontrarnos con nosotros mismos y encontrar a los demás, a nuestra familia más cercana y a la gran familia que es el mundo, y ofrecerles una vida mejor y perdurable.

Cesar Paredes - CRS Proyecto SOY
Nubia Zambrano - CARE Proyecto SOY





SI ESTUDIAMOS, TENDREMOS UNA
MEJOR CALIDAD DE VIDA



INTRODUCCIÓN

La educación constituye la base fundamental para el desarrollo de los pueblos, porque ésta contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas. Es mejor si, además, se inicia ofreciendo una formación integral, eficiente y eficaz al segmento de la sociedad que empieza a vivirla: niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Esta tarea debe contar con el apoyo de sus familias, pero sus problemas, entre ellos el analfabetismo y la falta de recursos, les impiden contribuir con su parte en los procesos de aprendizaje. La preocupación por resolver sus urgencias vitales deja de lado la atención y motivación que deberían dar a sus hijos e hijas para que estudien, peor aún para dedicarles tiempo y apoyarlos en sus tareas cuando han logrado ingresar al sistema educativo. De éstas y otras causas se deriva la deserción escolar y el trabajo infantil.

Así, el primer responsable del cuidado y protección de niños, niñas, adolescentes y jóvenes y de dar una buena calidad de vida no está cumpliendo su rol, y quienes deberían ser sus beneficiarios están echados a su suerte: comienzan a trabajar prematuramente en labores no acordes con su edad. Este esfuerzo les impide contar con el tiempo y la energía para dedicarlas al cumplimiento de las tareas escolares o, directamente, les hace desistir de ellas y, en consecuencia, del sistema educativo. Al dejarlo, dejan también de ejercer uno de sus derechos básicos: la educación.

Empujarlos al trabajo y dejar de garantizarles educación es violar sus derechos.

Esta realidad y sus múltiples manifestaciones tienen, también, un sinnúmero de posibles soluciones; algunas al alcance de los miembros de la comunidad educativa. Ésa es la intención de este Manual, que nosotros como educadores seamos sujetos activos de cambio, promoviendo a través de este instrumento un proceso de sensibilización a las familias para, entre otras acciones, prevenir algunas de las formas de violación de derechos.

Su objetivo principal son los estudiantes y sus familias, pero las vías para llegar a ellos y ellas pasan por todas las personas involucradas en el proceso educativo.

Este Manual quiere impulsar en los y las estudiantes un aprendizaje significativo y una formación integral como seres humanos que aborde el conocimiento, las actitudes y los procedimientos que les ayudan para la vida. Instrumentos y métodos que descienden de la teoría y se enraízan profundamente en las distintas realidades en que ellos y ellas se desarrollan y se integran a valores preexistentes como la interculturalidad, el medio ambiente, el respeto, la responsabilidad y la honradez, y los potencian en el quehacer educativo.



APOYO CONCEPTUAL

Analfabetismo: falta de instrucción elemental en un país, referida en especial al número de sus ciudadanos que no saben leer ni escribir.

Deserción escolar: niños, niñas y adolescentes que han abandonado los centros educativos sin terminar la educación básica, ya sea por problemas familiares, económicos o de otra índole.

Trabajo infantil: Esfuerzo humano infantil aplicado a la producción de riqueza¹. Violación al Código de la Niñez y Adolescencia, que prohíbe el trabajo de niños y niñas menores de 15 años; y lo autoriza, de esta edad hasta los 18, solo en jornadas de seis horas y en labores que no perjudiquen su normal desarrollo. Niños, niñas y adolescentes que en sus hogares cumplen con tareas extraordinarias, a veces muy forzadas, que no van de acuerdo a su edad, y que les impiden asistir en condiciones y puntualmente a sus centros educativos.

Apoyo escolar de las familias: acompañamiento en las tareas escolares

DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

Actividad fuera del aula

Deben formar dos columnas y los estudiantes deben quedar frente a frente, para hacer el saludo del:

- ✘ Torero: un estudiante simula tener una capa en sus manos y con ella le dice a su compañero del frente *olé, olé*.
- ✘ Chinito: unen las manos y agachan la cabeza dirigiéndose a su compañero del frente.
- ✘ Alemanes: dan la mano a su compañero del frente de una manera muy distante y fría.
- ✘ Compadre: un abrazo muy fuerte con palmaditas en la espalda.

Pregunte: ¿Cuál de los saludos le gustó más? y ¿por qué? Converse sobre el saludo que gustó a la mayoría.

¹ Encarta, 2007.



HERRAMIENTA DE APRENDIZAJE

Lorenzo era un humilde campesino que, por falta de estudio, no tuvo muchas oportunidades de trabajo; para mejorar la calidad de vida de su familia y darles una mejor educación a sus hijos e hijas, decidió partir a la gran ciudad en busca de trabajo. Fue muy difícil conseguirlo, pero no se dio por vencido: logró ser mensajero en la oficina de una empresa privada. El jefe era una persona muy exigente, malhumorada, quería que Lorenzo a más de mandadero hiciera la limpieza de los baños, arreglara y cultivara el jardín, trajera comida, la sirviera en la mesa, lavara la vajilla, entre otras tantas tareas.

El jefe comía solo, no compartía el alimento con el pobre mensajero que apenas ganaba para su sustento en la gran ciudad.

Un día Lorenzo decidió volver a visitar a su familia. La encontró muy triste y con muchos problemas, pensó sobresaltado: ¡No puede ser que mi familia esté tan sola. Ni mi trabajo ni mi salario compensan las necesidades de mi hogar. Tengo mi chacra, ella me dará lo necesario, y mi mujer y mis hijos e hijas cariño y apoyo, concluyó. Decidió, entonces, regresar a su tierra, al lado de su familia.

Volvió a la ciudad a comunicarle su decisión al jefe, éste trató de convencerlo para que se quedara, sabía lo que valía, pero lo dijo muy tarde. Como un caballero del campo agradeció a su jefe, y regresó a trabajar su tierra y compartir la vida con su familia.

- ACTIVIDADES

Una vez concluida la lectura del cuento, se forman grupos de trabajo con la dinámica *El rey manda* (a formar grupos de dos, tres y así sucesivamente hasta que queden tres grupos), luego se entregan dos preguntas generadoras a cada grupo y se presenta en la plenaria lo analizado.

PREGUNTAS GENERADORAS

1. ¿Le gustaría que sus hijos fueran los actores de este cuento?
2. ¿Qué deberían hacer como familia para que los niños tengan una mejor calidad de vida?
3. ¿En qué actividades colaboraría como parte de la familia?
4. ¿Qué valores deberían desarrollar ustedes como familiares?
5. ¿Qué deberíamos hacer para incentivar a los niños, niñas y adolescentes para que estudien?
6. ¿Cree que los niños, niñas y adolescentes deben dejar de estudiar para trabajar?

Tomando como base las presentaciones hechas en la plenaria, reflexionamos y sacamos conclusiones.



REFLEXIONES

- Una buena educación es el mejor y más útil regalo para el futuro de sus hijos e hijas; en ella se funda la esperanza y el progreso de los pueblos.
- La responsabilidad con sus hijos no es solo traerlos al mundo, sino ofrecerles todas las oportunidades posibles. La primera puerta para entrar en él, en las mejores condiciones, es la educación. El primer plan de vida en familia es garantizar esa educación, porque ella, a su vez, asegura mejores condiciones de vida, mayores ingresos y una mejor relación con el resto de la sociedad.
- Dos son las principales alternativas para vivir: aceptar las cosas como son o cambiarlas para que sean mejores. La responsabilidad de lo que quiere que sea su vida es suya y de las decisiones que tome. La educación le prepara para tomar las mejores.
- **Los deberes y responsabilidades que trae la educación son las únicas labores que deberían desempeñar niños, niñas y adolescentes pero, en su lugar, los obligan o se ven obligados a desempeñar tareas y trabajos propios de adultos. Es la más grande y penosa violación a sus derechos.**

ACUERDOS DE FAMILIA

Padre y madre seremos los primeros en tratar de mejorar la calidad de nuestra vida y la de nuestros hijos e hijas, ofreciéndoles educación, estimulándolos a que estudien y dotándoles de los materiales necesarios para que se sientan a gusto y tengan ganas de estudiar.

MENSAJES

- Los infantes nacen indefensos y necesitan del amor, cuidado y atención de sus familiares.
- Una familia que practique sus valores en un ambiente de respeto y afecto dará equilibrio físico y psicológico a sus hijos e hijas.
- Si hay armonía en el hogar, los niños, niñas y adolescentes crecerán sanos.
- Niños, niñas y adolescentes y jóvenes necesitan el amor de su familia, acompañado de una buena educación.



DINÁMICA DE CIERRE

En el patio jugamos a *La Ronda*:

Ronda arriba, ronda abajo

Hasta terminar en gran abrazo. Para reafirmar la aceptación entre todos y fomentar la amistad.

Tomados de las manos, al tiempo que giramos y bailamos, cantamos:

*Arriba y abajo por los callejones,
pasa una ratita con veinte ratones.*

Para *La Ronda*, giran para el otro lado y dicen:

*Unos sin colitas
y otros con colones;
unos sin orejas
y otros orejones.*

Vuelven a cambiar de dirección:

*Unos sin narices
y otros narigones,
unos sin hocicos
y otros hocicones.*

Poniéndose en pareja:

*Pero todos, todos
expresan cariño,
en abrazo sincero
como los de un niño.*

Terminan todos abrazados².

² Programa de mejoramiento y capacitación docente, pág. 38.





NO ME MALTRATES,
AYÚDAME A CRECER FELIZ



INTRODUCCIÓN

Niños, niñas y adolescentes sufren maltratos. La comunidad educativa debe estar atenta a las señales de este maltrato, para detectarlo a tiempo y salvaguardar la integridad física y emocional de niños, niñas y adolescentes. Las más evidentes son las lesiones: heridas, fracturas, quemaduras, y otras que no se ven, pero que se notan en el dolor que muestra la víctima.

También hay otros tipos de maltrato que no presenta huellas en el cuerpo, pero sí en el comportamiento: tristeza, angustia, timidez, que se pueden percibir observando con detenimiento la conducta de niños, niñas y adolescentes.

APOYO CONCEPTUAL

Maltrato infantil: forma violenta de relacionarse con niños, niñas y adolescentes y jóvenes, que genera ambientes desagradables de convivencia, provoca carencia afectiva o agresión; actos que violan los derechos básicos de bienestar de niños, niñas y adolescentes.

Carencia: privar a niños, niñas y adolescentes de algo a lo que tienen derecho.

Agresión: cualquier acto violento contra niños, niñas y adolescentes o jóvenes.

En resumen: maltrato es todo lo que viola los derechos de niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

• TIPOS DE MALTRATO

El Código de la Niñez y Adolescencia del Ecuador condena toda forma de maltrato; las sanciones pueden incluir el encarcelamiento del maltratante, según el tipo y grado de este maltrato.

En nuestra sociedad se dan varios tipos y grados de maltrato:

Maltrato físico-sexual: es el que ocasiona cualquier lesión interna o externa en el cuerpo de niños, niñas y adolescentes o en su identidad sexual.

Maltrato emocional: es el que destruye o lesiona su autoestima: “Las palabras hieren tanto como los golpes”.

Maltrato pedagógico-social: es el que la sociedad aprende, reproduce y aplica como normas de conducta en la familia, la escuela, las instituciones y en la vida cotidiana. No se debe confundir con el maltrato escolar.



En muchos casos, se dan varios de estos tipos de maltrato en la misma relación del adulto con niños, niñas y adolescentes. Así, el maltrato físico va acompañado de abuso emocional como aislar a niños, niñas y adolescentes, descalificarlos, aterrorizarlos, ignorarlos, corromperlos, abandonarlos.

• **LOS EFECTOS DEL MALTRATO EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES**

- Actos de violencia impulsivos, seguidos de llanto.
- Falta de apetito o alteraciones en su forma de alimentarse.
- Problemas de control de esfínteres.
- Vinculación a pandillas.
- Consumo de alcohol y drogas.
- Relaciones sexuales prematuras.
- Embarazos.

• **TRATAMIENTO**

Debe ser multidisciplinario y comprende:

- Tratamiento médico de las lesiones.
- Hospitalización o atención ambulatoria (en casa).
- Tratamiento psicológico.
- Apoyo psicosocial.
- Tratar al maltratante.
- Consulta legal.
- Tratar de mantener la unidad familiar —si las condiciones lo permiten— hasta las últimas consecuencias.



- PREVENCIÓN

Para prevenir el maltrato y promover el cuidado y buen crecimiento de niños, niñas y adolescentes, debemos conocer y aplicar algunas de sus formas:

- **Prevención primaria:** implementar grandes campañas de prevención, con el fin de cambiar las actitudes y conseguir que la sociedad y sus individuos dejemos de ser maltratantes.
- **Prevención secundaria:** trabajar contra el maltrato (físico, emocional, psicológico, social o la negligencia en su control y sanción) en los ámbitos donde el niño se desenvuelve: su familia, su escuela y su barrio.
- **Prevención terciaria:** evitar que nuestros niños, niñas y adolescentes vuelvan a ser maltratados.

- CÍRCULO DE VIOLENCIA

La pobreza impide acceder a la educación y a una alimentación básica; la falta de educación empuja al trabajo prematuro y la de alimento, a la desnutrición; el trabajo prematuro, violenta el crecimiento normal de niños, niñas y adolescentes; la desnutrición provoca la muerte. Es un proceso de violencia que se sabe dónde comienza y dónde termina: termina en la muerte y vuelve a empezar en la vida.

La pobreza también genera violencia entre sus individuos menos favorecidos. Una sociedad injusta crea seres injustos, que se defienden de ella atacando a otros más indefensos. Las estructuras sociales inequitativas reproducen inequidad en las relaciones entre sectores y entre individuos, cuyas frustraciones se traducen en violencia social.

- DINÁMICAS DE INTEGRACIÓN

El facilitador pide a los miembros de las familias formar un círculo; les enseña la canción *Agua de limón*, y les dice que sigan las indicaciones de ésta para ir formando los grupos:

Vamos a jugar,

el que se queda solo,

solo se quedará:

Agruparse de uno, de dos, de tres...



• DESARROLLO DEL TEMA

A partir de las herramientas de aprendizaje

ACTIVIDAD 1

¿Quién quiere al hombre negro?

Nadie, porque es negro,

que come carne, que bebe sangre,

que corre carreras.

Se reúnen los grupos formados al inicio, reflexionan y responden a las preguntas generadoras.

PREGUNTAS GENERADORAS

- ¿Será lo mismo un hombre negro, mestizo o indígena?
- ¿Debemos discriminar a las personas por su color, lengua o vestimenta?
- ¿Qué creen ustedes que es maltrato?
- ¿Cómo debemos evitar maltratar y ser maltratados?

Se comparten las reflexiones y respuestas de cada grupo; luego, se entrega un papelote y un marcador, y una persona elegida por su grupo anotará y contará las conclusiones de éste al resto de participantes en la plenaria.



ACTIVIDAD 2

Se reparten hojas y lápices entre los participantes, se les pide que dibujen al ser que más aman. Luego deben hablar de la persona a la que dibujaron y explicar cómo les gustaría que fuera la vida de ella; después, el facilitador pregunta qué no les gustaría que le pasara —ahí surgirá el tema del maltrato, las carencias y otro tipo de problemas—. Se reflexiona sobre lo que impide que un niño, niña y adolescente se desarrolle bien (maltrato físico, psicológico o cualquier otra cosa que dificulte su desarrollo integral).

Se forman grupos usando la dinámica del *Barco se hunde y el capitán pide que se formen grupos de...* y se juega hasta que quedan tres o cuatro grupos. Se reflexiona y responde: ¿Qué hacer para evitar el maltrato en la familia, en la comunidad, en el centro educativo? Cada grupo elabora un cartel y su delegado expone en plenaria.

Finalmente, se llegan a compromisos con relación a su vida individual y familiar, para que se respeten sus derechos, los de sus hijos e hijas y otros parientes.

Se entregan los mensajes a los grupos para que reflexionen.

MENSAJES

- Es muy importante dejar que los niños, niñas y adolescentes expresen sus sentimientos y emociones a través de las actividades que realizan.
- Niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una buena educación, a exponer sus ideas y a ser escuchados.
- Niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir en familia, a recibir amor, afecto y comprensión.

CIERRE

Al final del taller se les entrega una hoja en la que todos escriben una carta, comprometiéndose a no maltratar a sus hijos, hijas, esposos, esposas. Si están de acuerdo, se leen dos o tres cartas; todas las personas participantes se llevan las suyas para que recuerden sus compromisos.

Se cierra el taller con la dinámica *Aplauso del amor*:

Tres palmadas en las piernas,

tres aplausos, un autoabrazo

y un beso volado a todos y todas.





NUESTRA SALUD ES UN REGALO
DE LA VIDA, CUIDÉMOSLA



INTRODUCCIÓN

Tener una buena salud nos permite un buen desenvolvimiento en la vida diaria; una salud deficiente nos impide crecer, desarrollarnos y vivir a plenitud.

La salud del cuerpo es consecuencia de la salud mental y emocional. La satisfacción y motivación personal producen vitalidad, energía, voluntad de vivir y actuar. Si aprendemos a ser felices, a ser capaces, a ser decididos, el cuerpo también disfrutará los efectos de este aprendizaje y responderá a nuestros requerimientos. Eso se llama autoconocimiento y desarrollo personal, ése es el principio de una buena salud.

A éste hay que sumar las cualidades del entorno en el que nos desarrollamos, las necesidades básicas que debemos cubrir —físicas, emocionales, sociales—, las decisiones que tenemos que tomar para cubrirlas. Lo siguiente son los cuidados que damos a nuestra vida y cuerpo por diferentes medios.

APOYO CONCEPTUAL

• NORMAS DE HIGIENE

Son las distintas maneras de cuidar y asear nuestro cuerpo lo que se llama la higiene corporal; que deben ser aprendidas y promovidas entre niños, niñas y adolescentes en su familia, centro educativo y comunidad.

Estas buenas maneras no solo se limitan a conductas de aseo, sino también a las formas de proceder con el entorno y nuestros prójimos; a ofrecerles una buena imagen de nosotros, una buena educación, una buena relación. Aunque no lo parezcan, estas cualidades son parte de una buena salud física, mental, emocional y social, porque nos permiten una vida mejor.

• LA DESNUTRICIÓN

Es una enfermedad de la carencia: falta de alimentos, falta de estimulación psicológica, falta de afectos; se manifiesta físicamente en un peso y una talla inferiores a los que corresponden a la edad.

Grados de desnutrición: leve, moderada y crónica (con riesgo de muerte).

Consecuencias: detiene el crecimiento y desarrollo. Disminuye la capacidad de aprendizaje y rendimiento escolar.



DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

Que lo baile todo el mundo

El facilitador motiva a todos los integrantes a participar. Éstos se ponen de pie. El primero da inicio a la canción, los segundos lo siguen con el coro:

*Que lo baile, que lo baile
que lo baile todo el mundo,
con el perro Facundo y
la gata de la Inés*

*La mano se irá poniendo
donde vaya diciendo.*

Luego, se canta realizando los movimientos que se indican:

*Una mano en la cabeza, la otra mano en el tobillo.
Una mano en la cintura, la otra mano en la rodilla.
Una mano en la oreja, la otra mano en la espalda.*

Se pueden aumentar más versos usando otras partes del cuerpo.

Se forman grupos de trabajo de acuerdo a los colores de los pequeños cuadraditos azules, verdes, rojos y amarillos que se han repartido previamente. Se reparten revistas a cada grupo para que las recorten y armen un *collage*.

Preguntas para cada uno de los grupos:

- ¿Cómo nos damos cuenta de que estamos sanos?
- ¿Qué cosas enferman a la gente?
- ¿Cómo prevenir enfermedades?

Cuando los grupos terminan su trabajo, se socializa, se reflexiona y se presenta en plenaria.



HERRAMIENTAS DE INTEGRACIÓN

Tengo una muñeca vestida de azul

Tengo una muñeca vestida de azul

Zapatitos blancos delantal de tul

La saqué al paseo y se me enfermó

La metí a la cama con mucho dolor

Esta mañanita me dijo el doctor

Que le dé jarabe con un tenedor.

PREGUNTAS

1. ¿Qué le pasa a la muñeca?
2. ¿Adónde la llevaron?
3. ¿Le dieron los medicamentos que mandó el doctor?
4. Si no le dan el medicamento —como mandó el doctor—, ¿qué le puede pasar a la muñeca?
5. ¿Les gustó la canción?

CUESTIONARIO PARA REFLEXIÓN

- ¿Cómo debemos cuidar nuestra salud?
- ¿Qué enfermedades debemos prevenir?
- ¿Cómo debemos mantener nuestra alimentación diaria en nuestro hogar?
- ¿Qué alimentos naturales debemos consumir?



ACUERDOS DE FAMILIA

- Mejoraremos la situación nutricional y de salud de nuestros niños, niñas y adolescentes en la escuela.
- Llevaremos adelante acciones de educación nutricional con los actores educativos: familias, niños, niñas y adolescentes, comunidad.
- Tenemos que llevar a nuestros niños, niñas y adolescentes y personal comunitario al control médico y odontológico trimestral.
- Buscaremos o daremos apoyo para que nuestros niños, niñas y adolescentes reciban tratamiento en diversas especialidades.
- Fomentaremos la participación de las madres en la preparación de la alimentación diaria.
- Realizaremos charlas con las madres y padres sobre el aseo y la presentación de nuestros niños, niñas y adolescentes.

MENSAJES

- Lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño; tener siempre la casa ventilada, abrir las ventanas para que entre el aire y el sol.
- Alimentarnos con comida sana como verduras, frutas, carnes, arroz; combinadas de forma adecuada.
- Bañarse diariamente, en lo posible cambiarse de ropa todos los días.
- Llevar a nuestros niños, niñas y adolescentes al centro de salud la fecha indicada para cumplir con las respectivas vacunas.
- No ingerir alimentos de la calle, si no se sabe cómo fueron preparados.
- Mantener limpia la cocina, ya que es el lugar donde se preparan los alimentos.
- Acudir urgentemente al médico si se presentan los siguientes malestares: fuertes dolores, diarreas por varios días, tos con flema, tanto en niños, niñas y adolescentes como en los adultos, pues pueden causar la muerte.
- Es importante utilizar la medicina natural en enfermedades que no parezcan graves: resfriados, dolores leves de estómago, para lo que se utilizarán infusiones de hierbas medicinales (manzanilla, orégano, etcétera), que son plantas muy conocidas por nuestros mayores.



DINÁMICA PARA FINALIZAR

Fulano se comió un pan en las calles de San Juan

Los participantes se sientan formando un círculo, cada uno en una silla.

Quien dirige el juego dice:

Rosa se comió un pan en las calles de San Juan

La aludida contesta:

¿Quién? ¿Yo?

Todos los participantes contestan en coro:

Entonces, ¿quién? ¿Rodrigo?

Éste dice:

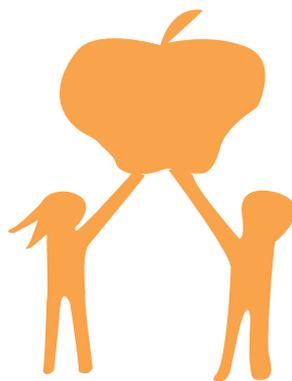
Emma se comió un pan en las calles de San Juan.

Así con el resto de participantes.





SI NOS ALIMENTAMOS BIEN,
CRECEREMOS INTELIGENTES Y FUERTES



INTRODUCCIÓN

Una de las causas por la que los niños, niñas y adolescentes no pueden aprender adecuadamente en la escuela es porque no consumen una alimentación balanceada; es decir, alimentos que no proporcionan los nutrientes necesarios para su edad, que ayuden a su crecimiento y desarrollo.

Existen alimentos nutritivos y alimentos chatarra. Estos últimos no ayudan a crecer ni a desarrollar.

Las familias deben elegir alimentos nutritivos para brindar una alimentación diaria balanceada a sus miembros; de esta forma no tendrán problemas de salud ni de crecimiento y, de ninguna manera, problemas de desnutrición. Estarán debidamente alimentados para estudiar y trabajar.

APOYO CONCEPTUAL

Alimentación: proporcionar al cuerpo los alimentos que se han seleccionado adecuadamente y preparado previamente.

Nutrición: ingerir alimentos nutritivos para que la persona crezca sana y no tenga problemas de salud.

Crecimiento: tener el peso y la talla acordes con su edad.

Desarrollo: aumento físico, intelectual o moral de una persona según su calidad de alimentación.

Alimento nutritivo: sirve para nutrir y desarrollar a la persona: cereales, vegetales, legumbres, hortalizas, jugos, pescado, leche, etcétera.

Alimento chatarra: no sirve para un adecuado crecimiento de la persona: chitos, galletas, caramelos, colas, papas fritas, chicles, etcétera.

Dieta equilibrada: es la cantidad adecuada de los nutrientes necesarios para mantener un buen estado de salud y poder realizar nuestras actividades. Para ello hay que ingerir al menos un alimento que pertenezca a cada uno de estos grupos: carbohidratos, proteínas, vitaminas o minerales.

- GRUPOS DE ALIMENTOS

Energéticos: a este grupo pertenecen los hidratos de carbono y las grasas. Son la mejor fuente de energía para el crecimiento; contienen almidón y azúcar (pan, arroz, papas), que proporcionan la energía necesaria para caminar o correr, pues las células musculares la obtienen de estos nutrientes.



Formadores, reparadores: son las proteínas. Ayudan a la formación de las células y de los tejidos, forman los músculos y los huesos. Las encontramos en los mariscos, el pollo, el pescado, etcétera. Toda la vida se nos van muriendo células (de la piel, los glóbulos rojos o las que se destruyen por una herida), estos alimentos las reponen.

Reguladores: a este grupo pertenecen las vitaminas y minerales. Las **vitaminas** (A, B, C, D, K, etcétera) las encontramos principalmente en frutas y verduras. Las vitaminas son sustancias naturales que se encuentran en las plantas y en los animales. El cuerpo usa estas sustancias para mantenerse sano y como apoyo para realizar muchas de sus funciones. Los **minerales** provienen de la tierra o del agua. Las plantas y los animales los absorben para obtener nutrimentos.

▪ CARACTERÍSTICAS DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES BIEN ALIMENTADOS

- Crecimiento normal.
- Siente gusto por hacer las cosas.
- Tiene defensas contra alguna enfermedad leve.
- Alto rendimiento en su aprendizaje (centro educativo).

▪ CARACTERÍSTICAS DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES MAL ALIMENTADOS

- Su crecimiento es bajo, no acorde con su edad.
- Falta de color en la piel, palidez.
- No tiene ánimo para hacer las cosas.
- No cuenta con defensas en su cuerpo. Se enferma fácilmente.
- Bajo rendimiento en su aprendizaje (centro educativo).



DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

Escuchar y entonar una canción

HERRAMIENTA DE APRENDIZAJE

Canción

*Los niños del Ecuador,
cuando tienen mucha hambre,
los pequeños comen chitos
y los grandes comen sopa.*

Chunga la cachunga, lacachungaa la.

*Los niños del Ecuador,
cuando tienen mucha sed,
los pequeños toman cola
y los grandes toman leche.*

Chunga la cachunga, lacachunga la.

PREGUNTAS GENERADORAS

Se presentan en la plenaria, en tarjetas:

- ¿Qué sucede con los niños, niñas y adolescentes que no se alimentan bien?
Se enferman.
No participan activamente.
Son desnutridos.
- ¿Qué alimentos comen los niños, niñas y adolescentes en el centro educativo?
Alimentos chatarra que no sirven para su crecimiento.
Alimentos nutritivos que les sirven para crecer y vivir sanos.
- ¿Quiénes alimentan a los niños, niñas y adolescentes?
Puede ser la mamá, papá, hermanos, abuela, tía, etc.
Depende con quien viva el niño, niña o adolescente.



- ¿Qué alimentos se producen aquí en nuestra comunidad?
- ¿Por qué es importante una buena alimentación, principalmente para los niños, niñas y adolescentes?
- Escriba un ejemplo de lo que consumimos a diario en el desayuno y lo que consumimos en el almuerzo.
- ¿Conocemos cuántos grupos de alimentos existen?
- ¿Conocemos en qué consiste una dieta equilibrada?

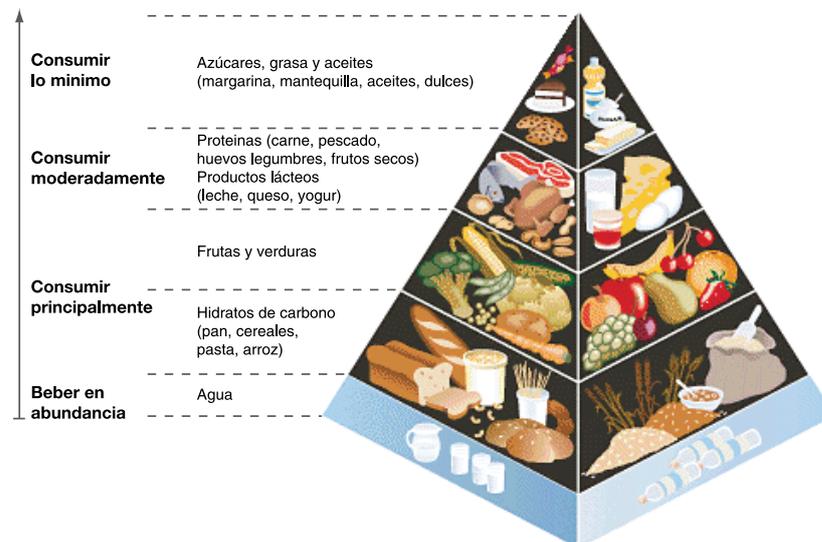
REFUERZO CON BASE EN LAS PREGUNTAS GENERADORAS

Luego de haber conversado con los adultos de las familias, a partir de estas preguntas, se muestra una fotografía de un niño nutrido y de un niño desnutrido; se reflexiona.

A continuación, se señalan los grupos de alimentos y cuáles pertenecen a cada uno:

1. Hortalizas
2. Verduras
3. Frutas
4. Carbohidratos
5. Proteínas

Además, se dan ejemplos de estos alimentos con la participación de los asistentes, tomando en cuenta los que existen en la comunidad y los que consumen a diario. Se establece en conjunto una dieta equilibrada o balanceada; los grupos dan ejemplos de cómo deberían ser los desayunos, almuerzos y meriendas, combinando los grupos de alimentos.



REFLEXIÓN

La base fundamental para un buen crecimiento es alimentarse tres veces al día, pero lo más importante es comer bien (alimentación equilibrada o balanceada), principalmente en el desayuno y el almuerzo. Lo ideal es hacerlo así:

Desayuno: es la mejor comida del día, por lo tanto, debe ser completa y equilibrada. Ejemplo: colada de máchica, huevo; arroz de cebada con leche, pan; tortillas con morocho de dulce; café de haba, pan con queso; arroz con lenteja, verduras y agua de hierbas con panela, etcétera.

Almuerzo: deben ser tres platos, sopa muy nutritiva (de haba con queso y zanahoria, si va a ser la única comida del almuerzo); arroz o papas con sardina y ensalada de tomate con cebolla, y un vaso de avena o colada de harina de maíz tostado.

Merienda: una sopita de legumbres, coladita con pan, etcétera.

Un ejemplo de dieta para niños de 1 a 12 años.

DESAYUNO	ENTRE COMIDAS	ALMUERZO	ENTRE COMIDAS	MERIENDA
leche	frutas	sopa	chochos	sopa
pan		seco o segundo		agua aromática
queso		jugo		
huevos				
colada				

- ALIMENTOS NUTRITIVOS

Sopas/coladas de avena, cebada, chuchuca, arroz, quinua, haba, fideo, maíz, lenteja, fréjol.

Para que sean más nutritivas, las sopas y coladas deben ser preparadas con zanahoria, pimienta, cebolla, cilantro, leche, carne (si no hay, no importa: será rica en nutrientes si las prepara con los demás ingredientes).

Arroz con fréjol o con lenteja o con arveja o con mellocos o con mote.

Papas con habas o con choclos o con queso o con pescado o con pollo, etcétera.

Estos platos deben ir acompañados siempre de una rica ensalada, que puede ser preparada con lechuga, tomate, cebolla, rábano, brócoli, pepinillo, limón, etcétera.

Otros alimentos nutritivos: chocho, tostado, yogur, frutas, jugos naturales.



ACUERDOS

- Proporcionaremos a nuestra familia alimentos nutritivos como verduras, frutas, cereales, etcétera, para que hijos, hijas, padre y madre crezcan sanos y fuertes.
- Prepararemos los alimentos de forma limpia y adecuada, así nuestra familia no tendrá problemas de salud, aprendizaje o crecimiento.

MENSAJE

Se debe cuidar a la familia con mucho cariño, amor, ternura y, a la vez, hay que proporcionarle alimentos nutritivos para que sus miembros crezcan bien, sanos y felices.

DINÁMICA DE CIERRE

El tren de los alimentos

La maestra o el maestro es el chofer del tren y va cantando alrededor de los padres y madres de familia:

El trencito de alimentos nutritivos

donde quiera va a parar,

no se cansa, ni descansa

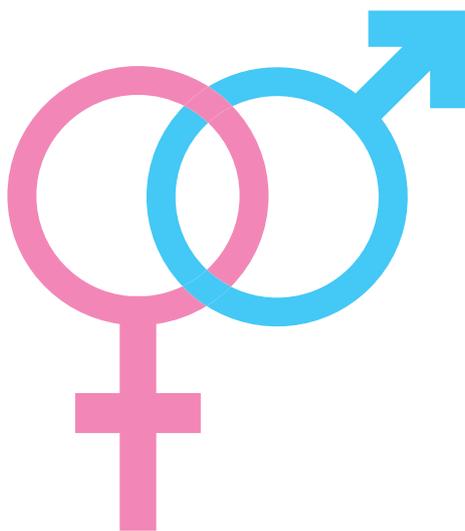
chiqui, chuqui, chiqui cha.

La persona que diga el nombre de un alimento nutritivo sube al tren; cuando padres y madres de familia hayan subido al tren, se grita: ¡Arriba los alimentos nutritivos! y se dan un abrazo entre todos.





¿CÓMO HABLAR DE SEXUALIDAD CON NUESTROS HIJOS E HIJAS?



INTRODUCCIÓN

Se recomienda este capítulo del Manual a las familias que se preocupan por tener una buena comunicación con sus hijos e hijas; que quieren hablar con ellos y ellas sobre sexualidad de una forma adecuada, para que —en su momento— puedan llevar una vida sexual confiable y saludable.

Analizaremos las maneras en que las familias tratan el tema de la sexualidad (represiva, permisiva, personalizadora); los cambios físicos y psicológicos que experimentan niños, niñas y adolescentes en la pubertad y adolescencia; reflexionaremos sobre las relaciones sexuales a temprana edad, los embarazos no deseados (sea producto de enamoramiento o los producidos por abuso sexual); también hablaremos sobre el acoso sexual.

Es muy necesario que padres y madres de familia estén capacitados sobre este tema, para que, a su vez, puedan orientar a sus hijos e hijas. Por ello nos acercaremos a la sexualidad y a algunos de sus aspectos (cambios físicos, valores morales, cuidado del cuerpo), sin desvincularlos de la familia, la comunidad y la sociedad, cuyas creencias, prejuicios, hábitos y conductas tienen mucho que ver tanto para bien como para mal.

APOYO CONCEPTUAL

Sexualidad: es una manera de comportarnos, de sentir, de hacer, que tiene que ver con factores biológicos, psicológicos y sociales.

Sexo: es la diferencia física y biológica entre el hombre y la mujer.

Sexualidad represiva: cuando no se explica nada a hijas e hijos; no se trata del tema, no se lo menciona, se juzga cualquier cosa que tenga que ver con el sexo.

Sexualidad permisiva: el sexo se trata y se vive con una libertad sin límites, con libertinaje; cuando su práctica y su control se salen de las manos.

Sexualidad personalizadora: de persona a persona; cuando la mujer o el hombre son muy conscientes del tema, lo asumen y lo viven según sus gustos y convicciones.

Relaciones sexuales: es la expresión del amor, el afecto, el cariño mediante diversas formas (caricias, besos, cópula) de una pareja, con el consentimiento de las dos partes.

Abuso sexual: todo contacto físico a los que se somete a un niño, niña, adolescente o joven sin su consentimiento o logrando su consentimiento mediante seducción, chantaje, intimidación, engaños, amenazas o cualquier otro medio.

Acoso sexual: insinuaciones, propuestas, caricias contra la voluntad de niños, niñas, adolescentes, jóvenes o adultos por parte de personas inescrupulosas que abusan de algún grado de poder o autoridad sobre ellas o ellos.



Genitalidad: es el aspecto corporal de la sexualidad. Se refiere a los órganos sexuales de la mujer y del hombre.

Embarazo/gestación: es el proceso en el que germina, crece y desarrolla el feto en el interior del útero de la madre.

Embarazo precoz: el proceso anterior pero a corta edad.

Adolescencia: etapa de transición y cambio entre la niñez y la juventud.

Autoestima: valorarse a sí mismo en todo.

Género: son las características definidas por la sociedad para hombres o mujeres, o asumidas como rol sexual por ellos y ellas. El conjunto de atributos socioculturales asignados a las personas a partir del sexo y que convierten la diferencia sexual en desigualdad social.³

DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

Cantar la canción: *Me siento feliz*

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Y ahí donde estás parado saluda al que está a tu lado,

y dale una sonrisita.

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Y ahí donde estás parado abraza al que está a tu lado,

y dale una sonrisita.

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Y ahí donde estás parado acaricia al que está a tu lado,

y dale una sonrisita.

³ Tomado de www.wikipedia.com septiembre de 2008.



Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

*Y ahí donde estás parado coquetea al que está a tu lado,
y dale una sonrisita.*

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez

Si te sientes muy contento da tres palmas, da tres palmas, otra vez.

DINÁMICA

Se forman tres grupos de trabajo, cada uno según el sonido de un animal elegido. Se entregan tarjetas con los dibujos de los animales. El grupo imita el sonido del animal correspondiente.

HERRAMIENTA DE APRENDIZAJE

Dramatización

- Se dan instrucciones sobre el trabajo que realizará cada grupo.
- Se entrega a cada grupo un documento de apoyo sobre las características de sexualidad.
- Se nombra un coordinador en cada grupo.
- Se lee, analiza, se sacan conclusiones y se comenta en grupo.
- Se seleccionan personajes.
- Se realiza la dramatización.



CARACTERÍSTICAS DE LA SEXUALIDAD

- SEXUALIDAD REPRESIVA

Características

Familias:

- Evaden la comunicación sobre temas de sexualidad.
- Imponen su pensamiento.
- No emplean el vocabulario que corresponde: cambian el nombre a los órganos genitales.
- No dan explicaciones correctas a las preguntas planteadas por hijos e hijas (¿de dónde venimos?, ¿cómo nacemos?).
- Toman a la sexualidad como algo negativo o inmoral.

Hijos e hijas:

- Son tímidos/as, no preguntan a sus padres o madres, acuden a los amigos y los medios de comunicación (revistas, televisión, Internet).
- No pueden practicar unos valores que no entienden.
- Son propensos a cometer errores o a ser presa fácil de otros y otras (embarazo a temprana edad, abuso sexual).

- SEXUALIDAD PERMISIVA

Características

Familias:

- No existen normas ni reglas a las que deben sujetarse hijos e hijas.
- Dejan en libertad a sus hijos e hijas para que vivan o entiendan la sexualidad a su manera; sin control, ésta se convierte en libertinaje.
- No fomentan valores.

Hijos e hijas:

- Tienen algunas parejas.
- Comienzan a tener relaciones sexuales a temprana edad.
- Se dejan influenciar por su entorno social, sin criterio para ubicarse en él.



- No se sujetan a reglas ni normas.
- No tienen valores de referencia.
- Frecuentan lugares de comercio sexual.
- Embarazos prematuros, abandono de bebés, abortos.

- SEXUALIDAD PERSONALIZADORA

Características

Familias:

- Buena comunicación con sus hijos e hijas.
- Emplean términos adecuados.
- La comunicación es sencilla.
- Hablan con la verdad.
- Fomentan valores (amor, responsabilidad, compromiso, confianza, solidaridad).
- Son amigos de sus hijos e hijas.
- Son negociadores, ponen reglas, no las imponen.
- Son positivos.
- Toman a las relaciones sexuales como parte del amor.
- Inculcan amor a otros.

Hijos e hijas:

- Crecen con valores y van formando los suyos.
- Toman a la sexualidad como una expresión positiva y de compromiso.
- Saben tomar decisiones, dicen no a lo incorrecto.
- No hay embarazos a temprana edad.
- Tienen autoestima alta.
- Practican el afecto y la solidaridad con los otros.

Se analiza lo que observaron en los sociodramas: ¿Qué sintieron con lo observado? ¿Con cuál se identifican? Sacan conclusiones sobre los tipos de sexualidad y cuál es la mejor manera de abordar la sexualidad con sus hijos e hijas.



DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

Al terminar las representaciones de los sociodramas en plenaria, se hace oír la canción *Cuando agosto era 21:*

*Se ocultaba en los pilares de los viejos pasadizos
Para esconder al hijo que pronto le iba a llegar
Fue difícil esconder en un pobre delantal los tres meses y algo más
Y salía del colegio con un siete en la libreta
Y en el vientre una cometa que pronto querrá volar.*

*Y se iba a caminar y se iba a preguntar, por las calles sin final
Y se fue a donde un cura quien le dijo era pecado
Y muy pronto un abogado le habló de lo legal
Y fue el profe de Ciencias quien le habló de la inconciencia
de la juventud actual, de la juventud actual.*

*Los que juzgan no han sentido el amor
El dolor, y en el vientre unos latidos
Y se enredan en prejuicios
Y el amor se quedó en unos cuantos latidos.*

*Y sobraron los consejos que le hablaron de pastillas
De una vieja mujercilla que el trabajo lo hace bien
No faltó la buena amiga, esa amiga entre comillas
Que le dio cierta dirección.*



Y salió desde el colegio

En una fría mañana, cuando la vieja campana

Aún no daba su talán...

Mientras que el profe de Ciencias

Hablaba de la inconciencia de la juventud actual, de la juventud actual

Cuando agosto era 21 la encontraron boca arriba

Con la mirada perdida y su viejo delantal

Y en el bolso del colegio dibujado un corazón que decía tú y yo.

PREGUNTAS GENERADORAS

- ¿Quiénes son los protagonistas de la canción?
- ¿Qué problema se cuenta?
- ¿Cuál es el final de la historia?
- ¿Qué se podría hacer para que a nuestras hijas, sobrinas, hermanas no les ocurra esto?

En plenaria se anotan las respuestas en el pizarrón o en el papelote.

ACOSO Y ABUSO SEXUAL

Regresamos a una actividad con los grupos ya formados anteriormente, a cada grupo entregamos tres preguntas generadoras:

1. ¿Qué entendemos por abuso y acoso sexual?
2. ¿Cuáles son sus causas?
3. ¿Cómo podemos prevenir?

Pedimos que cada grupo:

- Escriba o dibuje en un papelote el trabajo realizado.



- Exponga en plenaria.
- Sacamos conclusiones sobre el tema en conjunto.

ACUERDOS

- **Hablaremos de sexualidad de manera sencilla y siempre con la verdad.**
- **Utilizaremos** términos básicos y adecuados.
- **Incluiremos** valores de respeto, responsabilidad, amor, solidaridad, confianza, compromiso.
- **Seremos amigos de nuestros hijos e hijas;** pondremos reglas no las impondremos; negociaremos, llegaremos a acuerdos.
- **Fomentaremos la autoestima de nuestros hijos e hijas; seremos siempre** positivos.
- **Inculcaremos amor,** afecto, respeto por los seres que amamos; haremos lo que sea correcto para nuestro bienestar.

MENSAJES

Hay que concienciar a hijos e hijas sobre los cambios que ocurren en la etapa de la adolescencia, las relaciones sexuales, los embarazos.

El acoso y abuso sexual son problemas que no solo viven los adultos; niños, niñas, adolescentes y jóvenes son más vulnerables a éstos, pues hay padres y madres que, por diversas circunstancias, dejan solos a sus hijos e hijas o bajo el “cuidado” de parientes o personas extrañas, ocasión que puede ser aprovechada por gente inescrupulosa. Estas amenazas no solo están latentes en el hogar, sino también en los centros educativos por parte de maestros o maestras o por miembros de la comunidad.

CIERRE. DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

La telaraña del compromiso

Forme un círculo con las familias.

Entregue un ovillo de lana a un integrante (que debe decir su nombre y compromiso sobre el tema tratado).

Éste lanza el ovillo a cualquier persona del círculo, que hace lo mismo. Así hasta que todos los integrantes lo hayan hecho.



Coloque la red de compromisos en el piso (telaraña del compromiso).

MENSAJES

- Debemos ser amigos de nuestros hijos e hijas a través del amor y la verdad.
- Las familias deben olvidarse de los mitos y temores que encierra el tema de la sexualidad y las relaciones sexuales, y cambiarlos por una actitud abierta y comprensiva, para que los y las adolescentes afronten con responsabilidad su sexualidad y la relación con su pareja.
- Debemos transmitir valores humanos con credibilidad y convicción.
- Tenemos que amar y respetar nuestro cuerpo, e inculcar ese amor y respeto en nuestros hijos e hijas.
- Concienciar sobre las relaciones sexuales, explicando que son fruto del amor.
- Manifestar cordialidad al relacionarse con los demás.
- Ejercer nuestros derechos sexuales y reproductivos, y propiciar que los otros los respeten.
- Incentivar la comunicación y confianza entre padres, madres, hijos e hijas.
- Tomar conciencia de los riesgos y consecuencias que conllevan las relaciones sexuales prematuras.
- Cultivar los hábitos de aseo para tener una buena salud.
- Fomentar el deporte y la recreación familiar.
- Dar mayor atención a los hijos e hijas cuando tengan cambios en sus comportamientos, se tornen tristes o agresivos, pues pueden ser señales de que están siendo víctimas de acoso o abuso sexual.
- Recuerden: la mayoría de casos de abuso o acoso sexual son cometidos por familiares o amigos cercanos; si los niños, niñas y adolescentes les cuentan que están siendo víctimas de ello, *deben creerles*.

LA FAMILIA ES NUESTRA PRIMERA PATRIA EN EL MUNDO.
AHÍ APRENDEMOS, CRECEMOS, CREEMOS, NOS HACEMOS.
HAGAMOS DE ELLA UN MEJOR LUGAR PARA LA VIDA.





Consortio SOY:

