



# EDUCACIÓN sexual INTEGRAL

Guía básica para trabajar en la escuela y en la familia

Leandro  
Cahn

Mar  
Lucas

Florencia  
Cortelletti

Cecilia  
Valeriano

# Índice

<b>Este libro (y estas colecciones)</b>	<b>11</b>
<b>Introducción. De qué hablamos cuando hablamos de educación sexual integral</b>	<b>17</b>
<b>1. ¿Por qué es importante la educación sexual integral en las escuelas?</b>	<b>27</b>
Entonces... ¿qué es la ESI?	31
¿Cómo hacen los docentes para enseñar ESI si no tuvieron educación sexual como estudiantes?	32
Si un docente o una escuela no están de acuerdo con la ESI, ¿puede no aplicarse?	35
¿Por qué enseñar ESI en la escuela?	36
<b>2. ¿Cuáles son los contenidos de la ESI?</b>	<b>39</b>
EJE 1. Reconocer la perspectiva de género	42
EJE 2. Respetar la diversidad	46
EJE 3. Valorar la afectividad	50
EJE 4. Ejercer los derechos sexuales y reproductivos	54
EJE 5. Cuidar el cuerpo y la salud	57
<b>3. ¿Cómo trabajar la ESI en la escuela y la familia?</b>	<b>61</b>
Toda educación es sexual; lo importante es revisar qué transmitimos	63
¿Qué tiene para decir la escuela?	66
La construcción siempre es en red	67
Una consultoría de salud sexual y (no) reproductiva	69
¿Qué se puede hacer dentro de la comunidad educativa para implementar la ESI?	72
Todos para la ESI, cada quien desde su lugar	73
¿Qué pueden hacer los directivos?	73

¿Qué pueden hacer los docentes?	74
¿Qué pueden hacer los preceptores?	75
¿Qué pueden hacer los equipos de orientación escolar?	76
¿Qué pueden hacer los estudiantes?	76
¿Qué pueden hacer las familias?	77
¿Qué pueden hacer los no docentes?	78
<b>4. ¿Cómo utilizar la ESI para enfrentar las situaciones que irrumpen en la escuela?</b>	<b>83</b>
Situación 1. La lucha de pitos	87
Situación 2. Un bichito en la sangre	91
Situación 3. Ramiro de 5° es Mariana de 6°	95
Situación 4. Mancha borrador	100
Situación 5. Noviazgos violentos	104
Situación 6. El Último Primer Día (UPD)	107
<b>5. ¿Qué podemos aprender de algunas experiencias exitosas de ESI?</b>	<b>113</b>
Nivel inicial	116
Nivel primario	119
Nivel secundario	122
Nivel superior	127
<b>6. Mitos (y) manías sobre la ESI</b>	<b>131</b>
El género es una ideología	133
El patriarcado no existe, es una idea del pasado o una exageración del feminismo	134
La escuela necesita autorización de los padres para hablar de sexualidad	134
La ESI no habla sobre el amor	135
La ESI enseña a masturbarse a niñas y niños	135
La ESI incita a que se tengan relaciones sexuales más temprano	136
La ESI promueve la homosexualidad	136
Cuando se les habla de sexualidad, los chicos quedan exaltados/excitados y no se puede trabajar con normalidad en clase	137
Hoy, con internet, los chicos saben más que sus docentes	137
Trabajar la ESI hace crecer los casos de abuso a niñas, niños y adolescentes	138

El feminismo busca que las mujeres puedan oprimir a los varones	138
Es mi derecho como familia educar a mi hija o mi hijo como quiero	139
La ESI hace que los jóvenes se vuelvan rebeldes y desafíen las creencias de las familias	139
Las niñas y los niños que no cumplen con los mandatos de su género son raros y no se adaptan bien a la escuela	140
Yo no trabajo la ESI con mis alumnos porque puede traerme problemas con las familias	140
Yo no estoy preparado para hablar de este tema, se necesita un especialista	141
Las familias tienen creencias diferentes y hay que respetarlas	141
La ESI corrompe la inocencia infantil	141
La ESI trata temas delicados, son temas tabú	142
Si todos pueden elegir su género y mañana alguien me dice que se siente perro, ¿hay que aceptarlo?	142
<b>Anexos</b>	<b>147</b>
<b>La ESI etapa por etapa</b>	<b>149</b>
2 a 3 años	149
4 a 5 años	151
6 a 8 años	154
9 a 12 años	155
13 a 18 años	157
<b>¿Qué leyes respaldan el trabajo integral en educación sexual?</b>	<b>161</b>
Ley 26 150: Programa Nacional de Educación Sexual Integral	161
Los derechos humanos como marco	164
Las normativas nacionales que enriquecen la ESI	165
Normativas nacionales anteriores a la ESI	166
Y después de la ESI, ¿qué?	168
Leyes vinculadas a la violencia de género	170
¿La ESI está en todo el país?	172

## La ESI etapa por etapa

Sin pretender ser exhaustivos, presentamos a continuación una descripción de lo que es esperable en relación con la sexualidad en las diferentes etapas de las infancias y adolescencias. Aportamos también algunos comentarios de lo que, como adultos, podemos hacer para acompañar a les niñes y adolescentes en su desarrollo. Y, por último, proponemos algunos recursos que nos han resultado útiles para ayudarnos con los temas que queremos charlar, o simplemente para ampliar las experiencias desde lo lúdico y artístico.

### 2 a 3 años

#### LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS SUELEN...

- \* Explorar las partes de su cuerpo, incluidos los genitales. Experimentar erecciones del pene y secreciones en la vulva. Registrar distintas sensaciones al tocar su cuerpo. Experimentar distintos sentimientos relacionados con la construcción de su identidad. Estos sentimientos están influidos por su interacción con la familia y la sociedad. En este sentido, es importante evitar los mensajes sexistas que puedan limitar la experimentación propia de la edad.
  - \* Demostrar gran interés por el momento del baño. Suelen querer ver y tocar la materia fecal o manipular otros materiales que la representan, como el barro, las masas de modelar, las témperas, etc.
-

## LOS ADULTOS PODEMOS...

- \* Dejar que exploren su cuerpo si se tocan durante el cambiado. Fomentar una imagen corporal positiva con los gestos que hacemos, las miradas, la firmeza al sostenerlos, la forma de acariciarlos, etc.
  - \* Darnos lugar para tener interacción corporal con él o ella: compartir abrazos, masajes, juegos corporales y rítmicos, bailes, etc.
  - \* Dar ejemplos respetuosos de contacto personal al sujetarlos, vestirlos, hablarles, llamarlos, corregirlos y jugar. Respetarlos cuando manifiestan no querer saludar con un beso u otra interacción física a alguna persona, aunque sean familiares o niños.
  - \* Enseñar pautas de cuidado: hay que aprender a diferenciar lo que lastima el propio cuerpo o el de los otros y lo que hace bien.
  - \* Nombrar adecuadamente todas las partes del cuerpo y ayudar a reconocerlas en el propio cuerpo y en el de los otros. Jugar frente al espejo resulta una buena herramienta para fortalecer la idea de unidad corporal del niño o la niña y contribuye a la conformación de la identidad.
  - \* Comenzar a identificar momentos de intimidad, como asimismo establecer lineamientos de cuidado personal.
- 

## ALGUNOS RECURSOS QUE NOS PUEDEN AYUDAR...

- \* Leer cuentos que contribuyan a conocer las partes del cuerpo. Es importante tener en cuenta que, a la hora de ofrecer materiales que muestren la desnudez, se haga a través de ilustraciones. Un buen recurso para utilizar son las láminas del Programa Nacional de ESI para nivel inicial y el material “Charlar sobre VIH en familia” de Fundación Huésped.
- \* Acercar juegos y juguetes diversos que permitan representar tareas fáciles de imitar: utensilios de cocina,

volantes de autos, carritos de compras, herramientas, juegos de mate, etc.

- \* Escuchar música, cantar y bailar canciones que incentiven el reconocimiento de las partes del cuerpo como “El monstruo de la laguna”, en Canticuénticos; “El calipso”, en Piojos y Piojitos, o “El espejo”, de Hugo Midón.
- \* Durante el cambiado pedirles permiso antes de comenzar a maniobrar su cuerpo. Narrarles el procedimiento por realizar utilizando los nombres adecuados para cada parte del cuerpo. Esto propiciará un vínculo positivo con el propio cuerpo y el de los otros.

#### 4 a 5 años

##### LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS SUELEN...

- \* Decir que son un niño o una niña. Sin embargo, mientras juegan pueden simular que son del otro género, e incluso jugar a utilizar ropas o calzado de los adultos e imitar distintas prácticas que observan. Sentir mucha curiosidad por las diferencias corporales y jugar al doctor y a la casita. En estas actividades se manifiesta la sexualidad a través del juego. Simular que revisan a otro los habilita a tocar y mirar otro cuerpo.
- \* Participar de episodios en que la sexualidad aparece de forma explícita, como mirar o tocar los genitales de otro. Manifestar interés por mirar cuando un bebé u otro niño es cambiado.
- \* Al comprobar que se sienten bien cuando tocan sus genitales, hacerlo autoestimulándose con la mano o frotándose contra algún objeto.
- \* Expresar interés por las “palabrotas” que escuchan y empezar a hacer preguntas sobre sexualidad, como ¿de dónde vienen los bebés? ¿Por qué están adentro de la panza? ¿Cómo salen?
- \* Identificarse con un género que puede coincidir o no con su sexo biológico.

### LOS ADULTOS PODEMOS...

- \* Construir espacios donde se sientan cómodos para dar y recibir cariño, con confianza, seguridad y libertad para expresar ideas y opiniones, y pedir ayuda. Una clave es asegurar la igualdad de oportunidades para niñas y niños en los juegos. También, ofrecer muñecos sexuados para ayudarlos a entender que las niñas y los niños tienen muchas partes iguales y algunas diferentes. Mostrar láminas con ilustraciones suele ser un buen recurso para abordar las características de cada cuerpo y despejar dudas y ansiedades.
- \* Ante alguna pregunta o algún episodio que requiera intervención, siempre es recomendable esforzarse por comprender lo que el niño o la niña trae desde su visión infantil y no realizar interpretaciones desde una perspectiva adulta de la sexualidad. Para esto conviene preguntar cómo se les ocurrió ese juego o pregunta, dónde escucharon o vieron algo parecido, etc. Será igualmente importante dar seguimiento a las consultas que se abran en el diálogo.
- \* Trabajar pautas de cuidado y autoprotección, profundizar acerca del concepto de intimidad, identificar a las personas que pueden ayudarlos en momentos de intimidad, como ir al baño, y bajo qué condiciones (que responda a una necesidad concreta, que el niño se sienta cómodo con su intervención, que sea en el marco del respeto).
- \* Trabajar en la prevención de abusos ejercitando la capacidad de discernir entre contactos adecuados e inadecuados. Se podrá distinguir entre aquellos secretos que es agradable mantener porque representan una sorpresa que genera alegría, de aquellos que despiertan miedo, incomodidad o angustia.
- \* Ofrecer distintas representaciones de familias a través de cuentos o dibujos animados y conversar al respecto.



- \* Buscar orientación para poder acompañar los procesos que atraviesan las niñas y los niños en relación con su identidad de género autopercebida.
- 

### ALGUNOS RECURSOS QUE NOS PUEDEN AYUDAR...

- \* Estimular juegos que permitan representar roles: cocinar, cuidar un bebé, arreglar cosas, etc. Profundizar el cuidado y los derechos sobre el propio cuerpo.
- \* Se pueden utilizar las canciones, como “Hay secretos” en Canticuénticos y “Canción del bebé que le cuenta a su mamá”, de Luis Pescetti, para hablar sobre gestación y nacimiento. En este punto es importante que los adultos de referencia puedan responder las consultas de los chicos, por ejemplo: ¿cómo llegó el bebé a la panza de la mamá? Si respondemos esas preguntas con silencio, los niños construyen sus propias teorías acerca de la sexualidad y los procesos corporales. Queremos destacar que la Ley de ESI asegura la transmisión de conocimientos pertinentes, precisos, confiables y actualizados sobre los distintos aspectos involucrados en la educación sexual integral. La revista *Educación Sexual Integral para Charlar en Familia* del Ministerio de Educación de la Nación o el material *Charlar de VIH en familia* de Fundación Huésped ofrecen ejemplos de cómo tratar este contenido.
- \* Para visibilizar la diversidad familiar, aconsejamos leer con ellos libros como *Nicolás tiene 2 papás*, de Leslie Nicholls, o dibujos animados como el capítulo “La familia” de *Minimalitos III* del canal Paka Paka. Se pueden encontrar otros ejemplos de literatura para trabajar la educación sexual integral por nivel en el material desarrollado por el Ministerio de Educación del Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires *Educación sexual y literatura. Propuestas de trabajo*.

## 6 a 8 años

### LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS SUELEN...

- \* Continuar realizando juegos sexuales y tocándose con algunas características diferentes a la etapa anterior. Por ejemplo, suelen comprender con mayor claridad cuáles son los espacios de intimidad.
  - \* Desarrollar amistades estrechas con pares. Comenzar a distinguir los tipos de afectos: la amistad, la atracción amorosa, el amor entre hermanos, etc. Puede ocurrir que experimenten desagrado o rechazo por las relaciones sexoafectivas.
  - \* Formular preguntas más específicas y elaboradas en relación con la concepción, la gestación y el nacimiento.
  - \* Mostrar mayor interés en los roles del estereotipo masculino y femenino, más allá de los que muestran los adultos que acompañan su crianza.
- 

### LOS ADULTOS PODEMOS...

- \* Presentar el cuerpo humano como totalidad, con necesidades de afecto, cuidado y valoración. Hablar sobre la apariencia corporal y los cambios en el desarrollo, sobre todo en la pubertad, temática que se vincula con la autoestima. Los niños deben reconocer que todos somos diferentes, incluidos nuestros cuerpos. Cada uno crece de forma distinta y según sus tiempos. Cada uno debe amarse y respetarse como es.
- \* Sostener y profundizar la igualdad entre mujeres y varones en juegos y actividades motrices e intelectuales.
- \* Ampliar el conocimiento sobre la diversidad del mundo, incluyendo la diversidad de familias en distintas épocas y culturas, como asimismo la diversidad sexual.
- \* Aprender sobre el respeto y el derecho que todos los seres humanos tenemos a vivir digna y libremente, de

este modo se formarán personas más tolerantes para eliminar la discriminación.

- \* Es momento de empezar a hablar sobre la violencia en las relaciones y plantear que los gritos, los celos y otras respuestas violentas no son muestras de amor en la pareja.
  - \* Valorar el tener relaciones sanas y equitativas con quien se desea tenerlas. Ofrecer materiales adecuados, con contenidos validados científicamente, para canalizar dudas. Favorecer un diálogo basado en la confianza para propiciar espacios saludables de intercambio.
  - \* Buscar orientación profesional para acompañar los diferentes procesos que atraviesan las niñas y los niños.
  - \* Acompañarlos en la elección de los programas de televisión, YouTube, etc.
- 

#### ALGUNOS RECURSOS QUE NOS PUEDEN AYUDAR...

- \* Hablar sobre los roles de género y fomentar el juego libre basado en el deseo y no en los roles estereotipados entre los géneros. Materiales recomendados, además de algunos de los ya mencionados: *La Cenicienta que no quería comer perdices* y *Cuentos para antes de despertar* de Nunila López Salamero y Myriam Cameros Sierra, *Cuentos de buenas noches para niñas rebeldes* de Elena Favilli y Francesca Cavallo, el capítulo “Juguete de niño” del dibujo animado *El diario de Mica*, o las películas *Frozen: una aventura congelada* y *Valiente*.

#### 9 a 12 años

#### LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS SUELEN...

- \* Volverse más reservados y desear privacidad. Experimentar sentimientos de desagrado e incomodidad en relación con el propio cuerpo y repentinos cambios de

humor. Tener más curiosidad por los cuerpos masculinos y femeninos. Mirar revistas y páginas de internet eróticas. Interesarse por las citas amorosas. Dialogar con pares, preguntar si a otros les pasó o vivencian los mismos cambios que ellos y compararse. Experimentar presión para cumplir con las expectativas familiares y sociales respecto de la conducta adecuada de niñas y niños. Usar lenguaje sexual y explorar fantasías románticas y sexuales. Masturbarse para obtener un orgasmo profundo y parecido al de los adultos.

---

### LOS ADULTOS PODEMOS...

- \* Respetar el deseo de privacidad de las y los preadolescentes.
  - \* Ofrecer espacios de confianza donde abordar aspectos de la sexualidad de forma integral, haciendo hincapié en la promoción de la salud, el cuidado, el placer, los derechos, el consentimiento, etc.
  - \* Brindar información validada sobre los cambios puberales, acompañando el inicio de la menstruación y los sueños húmedos como parte del desarrollo integral, abordando también el embarazo con sus aspectos biológicos, sociales, psicológicos y afectivos, incluidos los métodos anticonceptivos y las ITS.
  - \* Trabajar intencionalmente para desarrollar en los niños habilidades para la toma de decisiones, la comunicación, la afirmación de sus deseos y el respeto de los límites.
  - \* Reforzar el acompañamiento en la gestión de la intimidad en redes sociales, abriendo el diálogo sobre las personas con quienes comparten en cada red, las imágenes que suben, los videos que miran y los que les envían.
-

## ALGUNOS RECURSOS QUE NOS PUEDEN AYUDAR...

- \* Para continuar hablando sobre las transformaciones históricas de los roles de género se pueden utilizar “Viajando a través de los géneros”, juego de mesa para armar hecho por Crisol y el Ministerio de Cultura del Gobierno de la ciudad de Buenos Aires, la serie de libros Antiprincesas de la editorial Chirimbote, o el dibujo animado *La asombrosa excursión de Zamba a las mujeres de Latinoamérica*, de Paka Paka.
- \* Para hablar sobre los cambios puberales y las relaciones sexuales, se puede visitar la página web <princesasmenstruantes.com>, ver videos en las secciones Embarazo y reproducción, Relaciones saludables, Pubertad y Orientación sexual del sitio <amaze.org/es>, la serie de videos Cortos que animan: “Sextees”, “Un día”, “Diario de Juan. Historia íntima del VIH”, disponibles en el Canal de YouTube de Fundación Huésped, o el libro *¿Qué es esto? 2*, de editorial Uranito. Para trabajar los estereotipos de belleza, el capítulo de *Los simuladores* “El debilitador social”.

### 13 a 18 años

#### LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS SUELEN...

- \* Experimentar, besar y tocar, incluido el sexo oral y la relación sexual. Masturbarse, enamorarse, involucrarse en relaciones sexoafectivas. Experimentar y descubrir su propia orientación sexual.

---

#### LOS ADULTOS PODEMOS...

- \* Es común que las y los adolescentes busquen mayor independencia y pongan más distancia con los adultos de la familia. Sin embargo, es importante que sepan que

cuentan con su apoyo para poder hablar y consultar cuando lo necesiten. Hacer que se sientan aceptados y queridos es importante para que los vínculos se basen en la confianza y el respeto y refuercen el ejercicio de los derechos, colaborando con la construcción de vínculos saludables, libres de violencia y abuso, previniendo tanto el maltrato como la explotación sexual y la trata.

- \* Brindar información validada y facilitar el acceso de los adolescentes a consultas de salud sexual y reproductiva acompañándolos en las decisiones sobre su sexualidad, incluida la elección de métodos anticonceptivos y de prevención de ITS.
- \* Es momento de abrir el debate sobre cuestiones como los cambios progresivos en el cuerpo, la autonomía y la responsabilidad, el respeto a las distintas formas de ser joven en diferentes contextos y según las experiencias de vida, así como a la diversidad sexual. Dialogar sobre los patrones hegemónicos de belleza y su relación con el consumo y pensar críticamente sobre la feminidad y la masculinidad a lo largo del tiempo.
- \* Repensar las concepciones sobre el amor, la pareja y el cuidado mutuo en las relaciones afectivas. El abordaje de la maternidad y la paternidad en la adolescencia desde una mirada integral y crítica, reforzando el derecho a acceder a servicios de salud sexual y reproductiva.

---

#### ALGUNOS RECURSOS QUE NOS PUEDEN AYUDAR...

- \* Facilitar y fomentar el diálogo y la reflexión sobre temas de adolescencia, derechos y diversidad. Series recomendadas: cortos del canal Encuentro *Mejor hablar de ciertas cosas*, en los que las y los adolescentes junto con especialistas toman la palabra, opinan y comparten su punto de vista con respecto a diversos temas. Hay muchos capítulos de *Los Simpson* para trabajar estereotipos de género, como “La fobia de Homero”, “Las chicas solo quieren sumar” y “Lisa vs.

la Stacy Malibú”. Series como *Presentes* del canal Encuentro, *Sex education*, o *Merlí*. También los textos de la escritora nigeriana Chimamanda Ngozi Adichie sobre la discriminación de género y raza, y su charla “Todos deberíamos ser feministas”.

- \* Para trabajar la violencia de género, es útil la cartilla de juegos diseñada y llevada a cabo por la Campaña Nacional Contra las Violencias hacia las Mujeres, y para promover el debate sobre el aborto, la secuencia pensada por Ademys “Tiza en mano #25: Debates en torno el aborto”.

