



# GESTIÓN MENSTRUAL

*en el marco de la ESI*



VIVAMOS  
VICENTE LÓPEZ



SECRETARÍA DE  
DESARROLLO SOCIAL



## Asociación Civil Surcos:

**Alejandra Sánchez Cabezas**

*Fundadora y Directora General*

**Florencia Tufró**

**Paula Tortosa**

*Coordinadoras de Proyecto*

## Desarrollo y adaptación de contenidos

**Lucila Tufró**

## Diseño Gráfico y Diagramación

**Ariel Aragües**

**Federico Gutiérrez**

**Jazmín Rodríguez**

## Ilustraciones

**Natalia Epstein**

con colaboración de:

**Mariana Campo Lagorio**

**Gabriel Mahia**

Asociación Civil Surcos  
Gestión menstrual en el marco de la ESI / Asociación Civil Surcos,  
Secretaría de Desarrollo Social Municipalidad de Vicente López  
1ra. Es – Buenos Aires: Asociación Civil Surcos, 2022-01-13  
72 p.; 26 x 20 cm

ISBN 978-987-46619-2-0

1. Educación sexual integral. 2. Gestión menstrual 3. Género. 4. Salud integral 5. Diversidad sexual y de género. Título. CDD 370.193

# GESTIÓN MENSTRUAL

*en el marco de la ESI*



# ÍNDICE

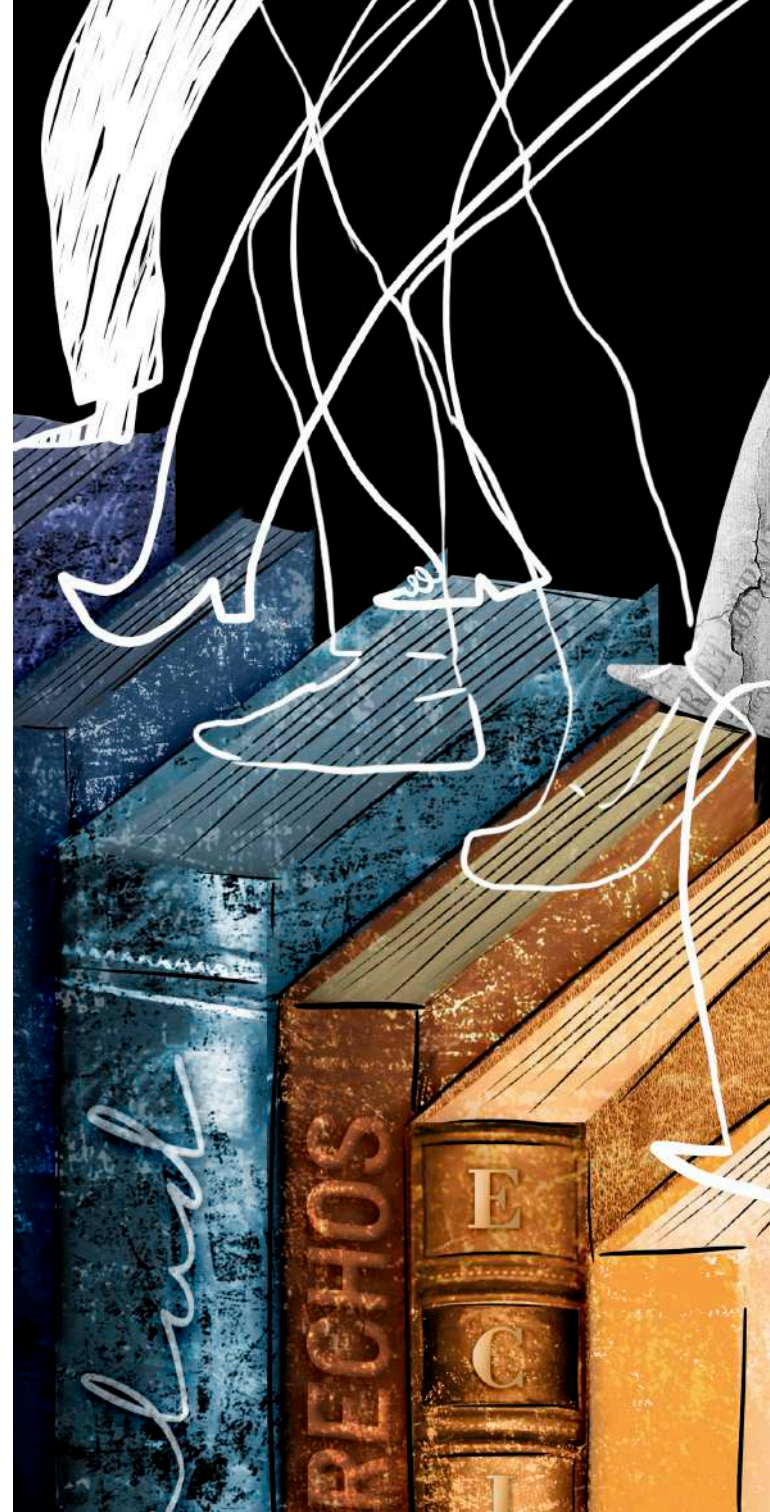
	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Pág. <b>5</b>
Capítulo 1	<b>PERSPECTIVA DE GÉNEROS</b>	Pág. <b>7</b>
Capítulo 2	<b>PERSPECTIVA DE DERECHOS</b>	Pág. <b>17</b>
Capítulo 3	<b>PERSPECTIVA DE LA DIVERSIDAD</b>	Pág. <b>29</b>
Capítulo 4	<b>EL CUERPO Y LA SALUD</b>	Pág. <b>37</b>
Capítulo 5	<b>AFECTIVIDAD</b>	Pág. <b>43</b>
Capítulo 6	<b>GESTIÓN MENSTRUAL</b>	Pág. <b>50</b>
Actividades	<b>NOS PONEMOS EN ACCIÓN</b>	Pág. <b>59</b>

# INTRODUCCIÓN

La **Educación Sexual Integral (ESI)** es un derecho de todos los niños, niñas y adolescentes del país, y debe ser implementada en todas las escuelas, ya sean privadas o estatales, en sus tres niveles educativos: inicial, primaria, secundaria.

La Ley Nacional N° 26.150 contempla 5 ejes conceptuales, los cuales serán desarrollados en la presente guía: cuidado del cuerpo y la salud; ejercicio de los derechos; respeto por la diversidad; valoración de la afectividad y perspectiva de género.

A partir de estos ejes, la ESI se considera como un proceso sistemático de enseñanza y aprendizaje, a fin de promover saberes y habilidades que ayude en la toma de decisiones de manera responsable, en relación con los derechos de niños/as y adolescentes en el cuidado de su propio cuerpo, las relaciones interpersonales, la información y la sexualidad.



En este marco, sumamos a esta guía el tema de **Gestión Menstrual**, como un eje importante y sustancial a trabajar con niñas, niños, adolescentes y jóvenes. Brindando información sobre la menstruación y los cambios que se generan en la adolescencia; como así también sobre las prácticas de higiene y los elementos utilizados, su impacto e implicancia en el cuerpo de las personas menstruantes y en el medio ambiente.

Esta guía fue pensada, elaborada y diseñada para dar un aporte más al trabajo de todas aquellas personas adultas que trabajan con niños, niñas y adolescentes en diversos ámbitos y desean desarrollar proyectos de Educación Sexual Integral y Gestión Menstrual.

La posibilidad de construir un espacio de aprendizaje y abordar la sexualidad desde una mirada integral, se relaciona con las oportunidades que este espacio puede presentar para que niños, niñas y adolescentes sientan confianza, y puedan involucrarse en el proceso. Siendo indispensable que las personas adultas involucradas estén dispuestas no solo a brindar la información correcta, sino también a recibir sus inquietudes y preocupaciones.

*Secretaría de  
Desarrollo Social*



# 1

## PERSPECTIVA DE GÉNEROS

Guía de Educación  
Sexual Integral

# PERSPECTIVA DE GÉNEROS

Como vimos en la presentación de esta Guía, el abordaje de la Educación Sexual Integral puede realizarse desde diversas perspectivas.

La **perspectiva de géneros** es el análisis que nos permite identificar las discriminaciones y desigualdades reales de las que son objeto las personas cuando son identificadas como mujeres o varones en función de los roles asignados a cada uno/a por su sexo biológico. Pero la identificación de las desigualdades no tienen únicamente un valor descriptivo o investigativo sino que busca visibilizarlas para promover cambios en las relaciones y así lograr mayores niveles de igualdad de derechos y oportunidades.

## GENEALOGÍA DEL CONCEPTO DE GÉNERO

Para comprender en profundidad esta perspectiva creemos que es muy interesante conocer cómo surge el concepto de género y cómo va adquiriendo diversos sentidos según el contexto histórico y cultural.

Desde el Siglo XVIII la cultura occidental sostiene el **bimorfismo radical** como concepción dominante de los cuerpos humanos. ¿Qué implica esa mirada? Que para nuestra cultura los cuerpos y la sexualidad se dividen únicamente en dos opciones: femeninos y masculinos. Esos dos polos binarios son a la vez complementarios en su sexualidad que es pensada únicamente

como forma de reproducción, es decir, que sólo considera como “normal” o “natural” las relaciones heterosexuales.

A fines de los años ´50 del siglo XX en el mundo científico se produjo un auge de los estudios sobre la sexualidad como las realizadas por Master y Johnson entre otros. Esos desarrollos científicos buscan discutir con las miradas moralistas y algunos aspectos de la concepción médica biologicista de la sexualidad.


En ese contexto la disciplina que primero utilizó la categoría **género** para establecer

(El género)

“denota cómo las construcciones sociales se imponen sobre los cuerpos sexuados”

Joan Scott.





una diferencia con el sexo fue la psicología en su vertiente médica. John Money la utilizó en 1955 y posteriormente fue retomada por Robert Stoller en su estudio sobre “trastornos” de la identidad sexual y de las personas que padecían el llamado “hermafroditismo”<sup>1</sup> (1968). El trabajo con esos grupos de personas hicieron suponer a Stoller que la identidad y el comportamiento masculino o femenino no se relaciona fundamentalmente con el sexo biológico, sino con el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, ritos y costumbres atribuidos a los hombres o las mujeres.

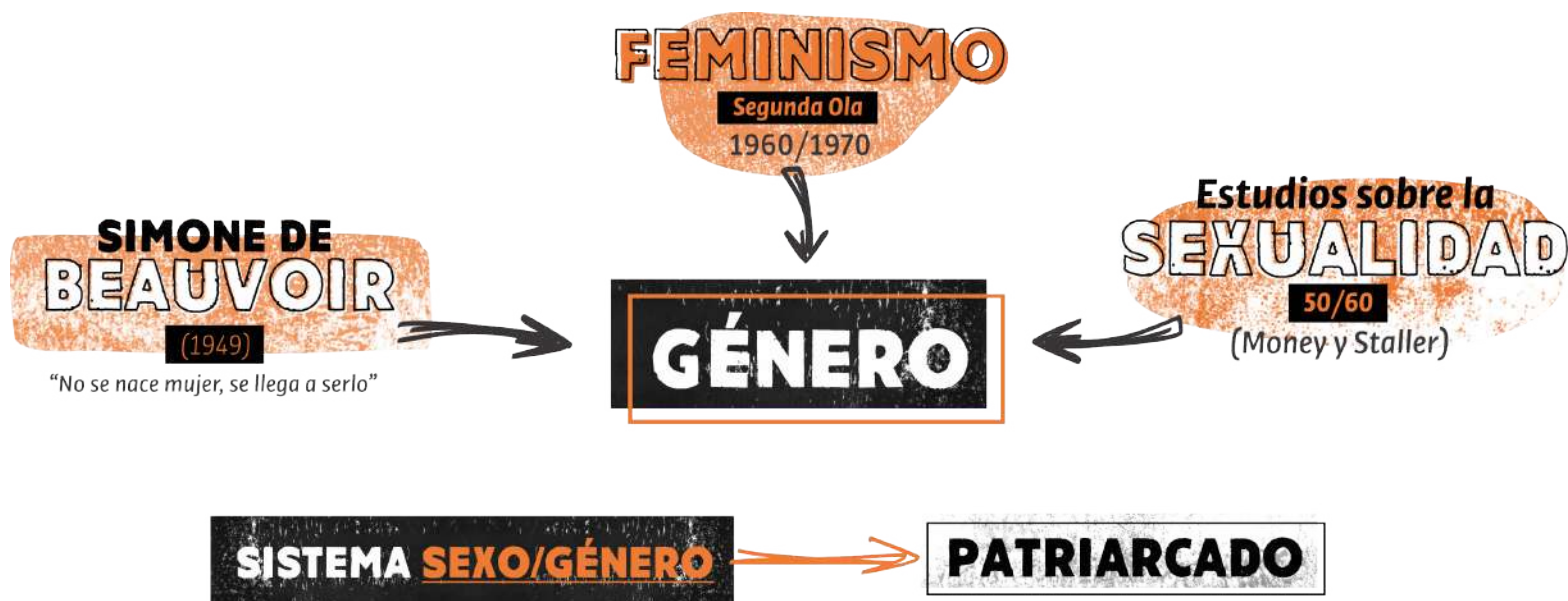
Casi en el mismo período la pensadora existencialista y feminista francesa **Simone**

**de Beauvoir** en su libro “El segundo sexo” publicado originalmente en 1949 acuña su célebre frase “no se nace mujer, se llega a serlo”. Gracias a una revisión de los estudios antropológicos, etnográficos e históricos la autora buscó demostrar que las características humanas consideradas como “femeninas” y “masculinas” no derivan de una supuesta naturaleza biológica, sino que son adquiridas mediante un complejo proceso individual y social. En este sentido, el mayor aporte del pensamiento de Beauvoir fue “abrir la puerta” para que los debates de las diferencias sexuales pasaran del ámbito de la biología al de los estudios culturales, sociales y psicológicos que surgieron a partir de la década de los ´60.

**“NO SE NACE MUJER,  
SE LLEGA A SERLO”.**

<sup>1</sup>Actualmente la diversidad corporal o intersexualidad ya no es considerada una patología y tampoco se utiliza el término hermafrodita para referirse a personas que tienen genitales o caracteres sexuales diferentes a la “norma” establecida por la medicina. Profundizaremos este tema en el capítulo sobre Diversidad.

Simone de Beauvoir



Estos aportes abrieron las puertas para que las feministas de la llamada “segunda ola” que se desarrolló en Europa y EEUU entre las décadas del 60 y 70 del Siglo XX pudieran encontrar las respuestas y argumentos discursivos (tanto políticos como académicos) que explicaran las desigualdades “reales” que todas las mujeres sufrían y aún sufren en su vida cotidiana, más allá del mayor o menor reconocimiento de sus derechos “formales”.

### SISTEMA SEXO-GÉNERO

El feminismo de la segunda ola propuso un sistema sexo-género que representa una forma simple y gráfica de explicar, al menos inicialmente, cómo nuestra sociedad divide a las personas en categorías que tienen consecuencias en sus vidas cotidianas.

Según este sistema, cuando nacemos, se hace evidente que la naturaleza dota a las mujeres y a los varones de órganos sexuales y capacidades reproductivas distintas. Vagina, clítoris, pene, testícu-

los, ovarios son sólo algunos ejemplos de estas diferencias. Según las definiciones científicas tradicionales las características biológicas son las que determinan el sexo -hombre o mujer- y no han cambiado a lo largo de la historia de la humanidad. Tampoco dependen de la etnia o el lugar en el que vivimos.



En este primer intento de definición el feminismo propuso separar el **sexo** (entendido como las diferencias biológicas entre varones y mujeres) del **género**, entendido como una condición social y cultural construida históricamente. Le género comprendería entonces un conjunto de actitudes, roles, valores, comportamientos que determinan lo que debe ser un varón y una mujer, impuestos a cada sexo mediante el proceso de socialización. Esta diferencia sirvió para explicar que las desigualdades entre mujeres y varones no era del orden natural y dado, sino un sistema de poder que se imponía a partir de la cultura y, en consecuencia, factible de ser cambiado.

Como veremos más adelante cuando abordemos las cuestiones de género a partir de los nuevos aportes de los feminismos interseccionales y los movimientos de la diversidad, el sistema sexo género es una mirada limitada y limitante de los vínculos entre personas, grupos y sociedades ya que sigue pensando el mundo en forma binaria exclusivamente (varón-mujer) y al sexo como una dimensión “natural” o “biológica”. Gracias a pensadoras como **Judith Butler** hoy podemos afirmar que los seres humanos no podemos entender ni tener acceso directo a la materialidad del cuerpo si no es a través de un imaginario social: no se puede acceder a la “verdad” o a la “materia” del cuerpo sino a través de los discursos, las prácticas y normas.

**ENTONCES TANTO EL GÉNERO COMO EL SEXO (Y LA SEXUALIDAD) SON INTERPRETACIONES CULTURALES QUE VAN VARIANDO CON EL TIEMPO Y EN CADA SOCIEDAD.**

Lo que sí se puede observar es que, aún hoy, cada cultura define una serie de características y reglas de “lo propio” de las mujeres y “lo propio” de los varones que establece dos esferas separadas. Por ejemplo se dice que las mujeres son sensibles, maternales, cuidadoras, lloronas, charlatanas, dulces y dependientes. Mientras que los hombres son fuertes, valientes, inquietos, independientes, inteligentes y poderosos.

Así vamos aprendiendo cuales son las formas “adecuadas” y posibles de sentir, de comportarnos, de vestirnos, de actuar en la pareja, etc., de acuerdo a lo que cada sociedad considere qué significa ser varones y qué significa ser mujeres.

Pero ¿qué es la **socialización**? Es el proceso mediante el cual las personas que pertenecemos a una sociedad o cultura aprendemos, interiorizamos y hacemos propio una serie de normas, valores y formas de percibir la realidad a través de la convivencia familiar, la educación, los medios de comunicación, etc.

El género influye en cuestiones que tienen que ver con la **esfera individual** (nuestra forma de pensar y sentir, nuestra forma de vincularnos con nuestro cuerpo y los de las demás personas), y la **esfera social** (la división del trabajo, la distribución de los recursos y la definición de jerarquías y poder entre unos y otras).

Es interesante recuperar las ideas de **Marta Lamas** quien señala que desde la perspectiva psicológica, género es una categoría en la que se articulan tres instancias básicas:

**a** **La asignación (rotulación, atribución) de género.** Ésta se realiza en el momento en que nace el bebé y aún antes gracias a las ecografías, a partir de la apariencia externa de sus genitales. Hay veces que dicha apariencia está en contradicción con la carga cromosómica y hormonal que hoy se puede determinar gracias a los avances de la ciencia.

**b** **La identidad de género.** Generalmente se establece más o menos a la misma edad en que niños y niñas adquieren el lenguaje (entre los 2 y los 3 años) y es anterior a su conocimiento de

la diferencia anatómica entre los sexos. Desde esa identidad asignada (aceptándola o rechazándola) se organiza su experiencia vital; el género al que pertenece lo/a hace identificarse en todas sus manifestaciones: sentimientos o actitudes, comportamientos, juegos, etc.

Después de establecida la **identidad de género**, cuando un/a niño/a se sabe y asume como perteneciente al grupo (de lo masculino o de lo femenino), ésta se convierte en un tamiz por el que pasan todas sus experiencias. Es usual ver a niños rechazar algún juguete porque les parece que corresponde al género contrario, o aceptar sin cuestionar ciertas tareas porque son las que le tocan al propio. Ya asumida la identidad de género, es muy difícil cambiarla externamente, por presiones del medio.

**c** **El papel o rol de género** se forma con el conjunto de normas y prescripciones que dictan la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino. Influye en la vida de todas las personas a lo largo de la vida y a la sociedad en su conjunto.

Aunque hay variantes de acuerdo con la cultura, la clase social, el grupo étnico y hasta al nivel generacional de las personas, se puede sostener una división básica que corresponde a la división sexual del trabajo más primitiva: las mujeres paren a los hijos, y por lo tanto, los cuidan. En consecuencia lo femenino se asocia a lo maternal, lo doméstico, contrapuesto con lo masculino como lo público. La dicotomía masculino femenino, con sus variantes culturales (del tipo del yang y el yin), establece estereotipos.

En la sociedad es muy común encontrar estereotipos es decir, discursos para agrupar a la gente bajo un listado de características. Como toda clasificación, se basa en generalizaciones (“todas las personas negras bailan bien”) y/o prejuicios (“todos los gallegos son brutos”). Si estos estereotipos se basan en cuestiones relacionadas con lo que se considera propio para cada uno de los sexos, según sean hombres o mujeres, son conocidos como **estereotipos de género**. Las más de las veces son rígidos, condicionan los papeles. Limitan las potencialidades y deseos de las personas al estimular o reprimir los comportamientos en función de su adecuación al género.

Si tomamos en cuenta lo que hemos aprendido hasta ahora, cuando hablamos de género no estamos haciendo referencia a las mujeres o lo femenino (aunque muchas veces se utilice como sinónimo) sino a la relación y las diferencias entre lo definido como femenino y masculino. Aunque puede haber variaciones, todas las sociedades tienen algún tipo de organización de género en base a la cual se rigen

las relaciones y se establecen premios y castigos. Más adelante veremos en detalles este aspecto.

## ROLES DE GÉNEROS Y DESIGUALDADES

Como señalamos anteriormente el género nos condiciona tanto en cuestiones que nos afectan a nivel individual (como pensamos y actuamos) así como también en nuestras relaciones sociales, delimitando las tareas y/o trabajos que podemos realizar y los roles que se espera que desempeñemos en cada una de nuestras actividades según tengamos una identidad femenina o masculina. En muchos casos esos roles sostienen situaciones de desigualdad de género que se manifiestan por ejemplo:

- Cuando las mujeres no participan en la toma de decisiones de sus comunidades y países.
- Cuando las mujeres ganan entre 44% y 77% menos que lo que ganan los varones por el mismo trabajo.
- Cuando casi la mitad de las mujeres latinoamericanas mayores de 15 años

no tienen ingresos propios, mientras que sólo 1 de cada 5 varones está en esta situación.

- Cuando sólo el 36.7% del total de ocupados de la región corresponde a las mujeres.
- Cuando menos del 10 % de las bancas parlamentarias, de toda la región de Latinoamérica, está ocupado por mujeres.
- Cuando se dice que los varones son para la calle y las mujeres para la casa.

## LA IGUALDAD

**... entre varones y mujeres sigue siendo actualmente la aspiración de una cultura diferente, de una manera distinta de relacionarnos. En otras palabras, lo que podríamos cambiar, el horizonte al que queremos llegar. Para ello tenemos que entender el cómo y el porqué de las discriminaciones de género que vivimos a diario.**

## LA DIVISIÓN DEL MUNDO EN PÚBLICO Y PRIVADO

El sistema patriarcal de poder a lo largo de los años definió tareas, roles, capacidades y oportunidades para cada género en las que se reflejan las desigualdades de poder que llegan hasta nuestros días. Como se dijo anteriormente estas desigualdades no son producto de diferencias biológicas sino explicadas y sostenidas por la cultura. Un ejemplo claro es la división de la vida social que separa dos espacios en los que se organizan las funciones de cada género y que distribuyen roles y recursos para ello: El primero sería el ámbito de la masculinidad, **lo público**, entendido como el mundo productivo, reconocido, de interés general, universal, político. El segundo sería el de la femineidad, **lo privado** entendido como el mundo reproductivo, familiar, cerrado, sin espacio ni interés en las agendas políticas porque pertenece a la esfera de lo que es íntimo.

Esta organización de las esferas público-privadas ha marginado principalmente a las mujeres de la participación política (entendida en forma amplia y no sólo la

partidaria), y en las decisiones fundamentales de la sociedad. Ha dificultado por muchos siglos su acceso a la educación y al trabajo en condiciones de igualdad. En todos los casos se trata de situaciones de discriminación que vulneran sus derechos, potencialidades y sueños.

La consigna más popular del movimiento feminista «*lo personal es político*», es una clara manifestación del rechazo de la separación tajante entre lo público y lo privado.

Una consecuencia de la separación de la vida en una esfera privada y otra pública ha sido la división sexual del trabajo, en base a la cual se organiza nuestra sociedad y que se considera una prime-

“LO PERSONAL ES  
POLÍTICO”



ra fuente de desigualdad en la vida de hombres y mujeres. El empleo remunerado (trabajo productivo en el mercado) y el trabajo realizado en el ámbito del hogar no remunerado (trabajo reproductivo) surgen como esferas diferenciadas a partir del desarrollo de las economías capitalistas industriales.

Desde esta concepción, los varones serán los principales proveedores de recursos económicos así como los encargados de proteger a las mujeres. Las mujeres, en cambio, serán las encargadas de cuidar y mantener unida la familia, velar por su salud, y hacerse cargo de las tareas domésticas y de la crianza. Este modelo obliga a varones y mujeres a desarrollar roles y tareas de acuerdo a su género que obstaculizan la igualdad de oportunidades y su pleno desarrollo como personas.

## LA INTERSECCIONALIDAD

El concepto de interseccionalidad fue utilizado por **Kimberlé Crenshaw** en 1989 para cómo se generan las múltiples

dimensiones y opresiones que conforman las trayectorias de las mujeres negras. Afirma que la intersección del racismo/etnia, la clase y el género en las vidas de las mujeres negras afectaron y afectan sus vidas de maneras que no pueden entenderse si se miran por separado las diferentes opresiones, ni tampoco si se adicionan unas a otras<sup>2</sup>. De la misma manera que los Derechos Humanos son indivisibles, las formas de desigualdad interactúan, se combinan y se potencian (se interseccionan).

Este enfoque tiene en cuenta las dimensiones de una forma concreta, es decir, desde las vivencias e identidades de personas y grupos a analizar. Por ejemplo: en las cárceles de nuestro país la mayor parte de la población privada de su libertad proviene de sectores pobres, con escaso acceso al sistema educativo y son de piel color marrón (en general ascendencia indígena-campesina). Otro ejemplo: las víctimas del gatillo fácil a manos de la policía son varones pobres y racializados.



Esta mirada resulta fundamental a la hora de pensar las **múltiples dimensiones** que debe tener en cuenta un abordaje integral de la educación sexual y cuáles son esas formas concretas de vivir y **convivir con las desigualdades** de nuestros/as alumnos y alumnas.

<sup>2</sup> Podríamos agregar al capacitismo como una dimensión fundamental para ser abordada en el ámbito educativo. El capacitismo es una forma de discriminación o prejuicio social contra las personas con discapacidad.

## LA PERSPECTIVA DE GÉNERO EN LA ESCUELA

Las representaciones sobre qué es ser mujer y sobre qué es ser un varón son construcciones culturales que, como hemos visto, se transmiten desde que nacemos y nos afecta a cada uno/a de nosotros/as en todos los espacios que atravesamos.

La escuela, como uno de los principales ámbitos de socialización, es una importante transmisora de ideas y mensajes que muchas veces reproducen los estereotipos (Trama, 2018<sup>3</sup>).

Incorporar la perspectiva de género, de manera transversal, implica no sólo incorporarla a los contenidos. En las escuelas las situaciones de desigualdad de género se producen en diferentes espacios, mensajes y expectativas. Para citar sólo tres ejemplos podemos señalar:

- **En los mensajes implícitos y explícitos**, así como en las distintas instancias de comunicación y uso del lenguaje: cuando siempre hablamos en género masculino: “los alumnos”, “chicos cállense”, invisibilizando los otros géneros.
- **En las expectativas** que tanto docentes como padres/madres depositan en las mujeres y en los varones adolescentes: cuando se dice que a las mujeres “les cuesta” matemáticas por razones personales; mientras que los varones “no estudian”, sin poner en duda su capacidad o habilidad.
- También **cuando asignamos futuros laborales estereotipados**: cuando apostamos a que las mujeres van a ser enfermeras y los varones médicos –y si pensamos a las mujeres como médi-

cas seguramente serán pediatras y no cirujanas; cuando apostamos a que las mujeres van a ser maestras jardineras y los varones ingenieros.

Las expectativas que depositamos en los/as alumnos/as (tanto si son mujeres o varones) marcarán el camino para que apuesten (o no) a determinados proyectos futuros. Trabajar sobre esas expectativas es fundamental para cuestionar los roles y estereotipos en los espacios laborales y para romper el techo de cristal que limitan las potencialidades de las mujeres.

El reconocimiento de los **diversos modos de ser** y la promoción del respeto y cuidado de sí y de los/as otros/as son fundamentales para habilitar el desarrollo de **infancias y adolescencias más libres e igualitarias**.





# PERSPECTIVA DE DERECHOS

Guía de Educación  
Sexual Integral

## PERSPECTIVA DE DERECHOS

La Declaración Universal de los Derechos Humanos (DD.HH) de 1948 se proclamó al finalizar la Segunda Guerra Mundial, momento en el que se tomó conciencia de las dimensiones del Holocausto y los graves abusos derivados del conflicto bélico. Era necesario limitar el poder de los Estados para establecer un **estándar de dignidad mínimo y común a todas las personas en el mundo.**

### ¿CÓMO SON LOS DDHH?

- ✓ **Son inherentes**, pertenecen a las personas desde que nacen.
- ✓ **Son universales**, para todas las personas sin ningún tipo de excepción.
- ✓ **Son inalienables**, no se pueden negar o renunciar salvo en determinadas situaciones según las debidas garantías.
- ✓ **Son indivisibles**, todos tienen la misma importancia y jerarquía.
- ✓ **Son interdependientes**, el cumplimiento o violación de un derecho impacta en los demás.



## PROGRESIVIDAD DE LOS DERECHOS

Dentro del Sistema de Derechos Humanos se encuentra el principio de progresividad y su contraparte, que es el principio de no regresión. Ambos son principios de rango superior a las leyes. En materia de derechos humanos nunca se debería retroceder. Todos los pueblos pretenden con justicia estar cada día mejor, y no lo inverso.

Numerosas situaciones que hoy consideramos injustas y violatorias de los derechos humanos no siempre fueron vistas como tales: muchas de ellas han sido parte de las prácticas habituales de las sociedades. Sin embargo, una vez que un derecho es reconocido, se espera, por un principio de **progresividad**, que las sociedades logren cada vez mayores niveles de protección y promoción de la dignidad humana.

En nuestras sociedades históricamente marcadas por las injusticias, desigualdades y situaciones de dominación, los derechos humanos son el desafío constante hacia democracias justas, con espacio y derechos para todas las personas. La responsabilidad de los Estados por lograr los ideales de dignidad, igualdad, equidad e inclusión es clara e indelegable, pero no alcanza. **Cada una de las personas y de las comunidades tenemos un rol clave para aportar al fortalecimiento de la cultura de derechos.**

Así como debemos hacer respetar nuestros derechos humanos, también debemos promover y respetar los derechos humanos de los/as demás.

Se trata del compromiso diario con una transformación cultural que:

- construya lazos sociales basados en los valores de los DD. HH.;
- redefina las relaciones entre las personas;
- renueve las formas de ser y hacer en todos los ámbitos de la vida: el trabajo, la familia, la escuela, el ocio, la política, etc.

## DERECHOS DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

La progresividad de los Derechos Humanos nos convoca a las instituciones y personas adultas que trabajamos chicos, chicas y adolescentes a asumir el enfoque adoptado por la **Convención de los Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes (CDN)**<sup>1</sup>, incorporada en la Constitución Nacional junto a otros tratados internacionales. Desde esta concepción, y de acuerdo a la posterior sanción de la Ley Nacional 26.061<sup>2</sup>, la protección integral de los derechos de Niños, Niñas y Adolescentes (NNyA) implica garantizar el ejercicio y disfrute pleno, efectivo y permanente de sus derechos.

<sup>1</sup> Convención Internacional por los Derechos del Niño (1989)  
 Texto completo disponible en: <https://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>

<sup>2</sup> Ley 26061 de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes (2005) Texto completo disponible en: <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anejos/110000-114999/110778/norma.htm>

La **CDN amplió** el ejercicio de la ciudadanía **a la infancia y adolescencia,** al considerar que tienen derechos ante el Estado, la familia y la sociedad.

Esto significa reconocerlos/as como **sujetos de derechos** con una autonomía personal, social y jurídica progresiva (de acuerdo a las capacidades de cada ciclo vital), para ejercerlos y reclamar su cumplimiento. Desde el momento que nacen y toman posesión de un lugar en el mundo, niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la vida y a su máximo desarrollo que implica, entre otras cosas:



Para la Ley Nacional de Protección integral y otras legislaciones provinciales<sup>3</sup> el Estado – incluida la escuela- tiene la máxima responsabilidad de garantizar el cumplimiento de los derechos que reconoce. Pero también establece un entramado

de organizaciones (familia, comunidad sociedad civil) que de manera articulada deben ser co-garantes y dar cuenta de la protección integral y especial que NNyA requieren. Es el denominado **Sistema de Protección Integral (SPI)**.

- **Forjar una identidad,** constar en los registros públicos, tener nombre propio y nacionalidad.
- **Conocer a sus padres y madres,** y contar con sus cuidados.
- **Que se considere su interés superior** en todas las acciones y decisiones que los/as afecten.
- **A ser escuchados/as** y que su opinión sea respetada.

<sup>3</sup> La Ley 13.298 adopta los principios de la CIDN para todo el ámbito de la Provincia de Buenos Aires. Texto completo disponible en: [https://www.mpba.gov.ar/files/documents/ley\\_13298-05.pdf](https://www.mpba.gov.ar/files/documents/ley_13298-05.pdf)

## SISTEMA DE PROTECCIÓN INTEGRAL (SPI)

El SPI se organiza mediante la articulación de diferentes instituciones del Estado y la Sociedad Civil que confluyen en:

- **Políticas Públicas** universales e integrales. Dirigidas a toda la población infantil y juvenil en su conjunto como por ejemplo las campañas de vacunación, los planes educativos, etc.
- **Medidas de protección** integral diseñadas para garantizar los derechos de niños, niñas y adolescentes que por alguna circunstancia necesitan de una mayor protección como por ejemplo la Asignación Universal por Hijo, subsidios para niños/as con capacidades restringidas, etc.
- **Medidas excepcionales** aplicables a NNyA que por circunstancias particulares deben ser separados/as de sus familias como por ejemplo el alojamiento en hogares de tránsito o familias de guarda.

### Procedimientos y recursos ante situaciones de vulneración de derechos de NNyA.

Quienes formamos parte del sistema educativo, somos co-garantes de los derechos de NNyA y por lo tanto debemos conocer los procedimientos y recursos con los que contamos para actuar en una situación de vulneración. La desinformación suele ser uno de los principales obstáculos para cumplir nuestro rol en el Sistema de Protección Integral.

Esta comunicación se hará a través de un acta elaborada por la/el docente y dirigida a la conducción del establecimiento, para iniciar el proceso de restitución de derechos en conjunto con el Servicios Local de Promoción y Protección de Derechos<sup>4</sup>.

## LEY 20.061

**en su Artículo 30 establece el “DEBER DE COMUNICAR. Los miembros de los establecimientos educativos y de salud, públicos o privados y todo agente o funcionario público que tuviere conocimiento de la vulneración de derechos de las niñas, niños o adolescentes, deberá comunicar dicha circunstancia ante la autoridad administrativa de protección de derechos en el ámbito local, bajo apercibimiento de incurrir en responsabilidad por dicha omisión”.**

<sup>4</sup> Se puede consultar el listado de los Servicios Locales en: <https://www.snya.gba.gob.ar/index.php/recursos/servicios-locales>

En el año 2012 la Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires publicó con el apoyo de UNICEF Argentina la “**Guía de orientación para la intervención en situaciones conflictivas y de vulneración de derechos en el escenario escolar**”<sup>5</sup>. Está destinada a los/as inspectores/as de enseñanza y al equipo de trabajo institucional de los diferentes niveles de enseñanza y modalidades de la DGCyE (Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires). Comprender los hechos o situaciones que irrumpen de modo extraordinario en la cotidianeidad de las instituciones educativas permite tomar las decisiones más adecuadas para brindar las mejores respuestas posibles.



Algunos de los temas abordados que deben ser tenidos en cuenta para analizar o intervenir en una situación escolar cotidiana son:

- ✘ **Violencia en el contexto familiar y maltrato infantojuvenil por parte de los adultos** que incluye: las intervenciones ante la situación de maltrato o presunción de abuso sexual de niñas, niños y adolescentes.
- ✘ **Presunción de abuso sexual** extra familiar o en el escenario escolar.
- ✘ **Violencias en el espacio escolar** que incluyen: las situaciones de violencias en sentido restringido, presencia de armas en el espacio escolar, situaciones de violencia de un/a docente o no docente de la institución hacia un/a alumno/a, situacio-

nes de violencia en el espacio escolar de un padre / madre / familiar / referente u otro hacia un/a alumno/a, hostigamiento, violencia manifiesta hacia los docentes.

- ✘ **Intento de suicidio.**
- ✘ Niñas, niños y adolescentes con **experiencia de vida en calle.**
- ✘ **Trabajo infantil.**
- ✘ Niñas, niños y adolescentes **extraviados.**
- ✘ **Consumo y venta de sustancias psicoactivas.**
- ✘ Niñas, niños y adolescentes en **situación de trata**

<sup>5</sup> Texto completo disponible en: Disponible en: [https://f1dfa964-519c-46ef-a8db-38ffd7418ebc.filesusr.com/ugd/077f27\\_9ef17edac8274776aaf919765bb060c8.pdf](https://f1dfa964-519c-46ef-a8db-38ffd7418ebc.filesusr.com/ugd/077f27_9ef17edac8274776aaf919765bb060c8.pdf)

En su marco general la Guía señala que el abordaje de situaciones conflictivas obliga a quienes están en las escuelas a conocer los **centros de vida**<sup>6</sup> de los niños, niñas y adolescentes y sus familias, así como también las dimensiones de lo institucional/ comunitario. En este sentido, en toda intervención es necesario reconocer y definir tres cuestiones claves:

- ¿Cuál es la situación conflictiva? Esta pregunta implica reconocer y definir la naturaleza del conflicto.
  - ¿Es un conflicto de intereses?
  - ¿Surgió por un factor externo o interno de la institución?
  - ¿Se relaciona con la práctica o la cultura institucional?
  - ¿Qué visión del problema tienen los involucrados?;
- ¿Cuál es la red de actores institucionales y comunitarios para su abordaje?;
- ¿Cuál es la propuesta de acciones a desarrollar? Siempre partiendo del supuesto de que el trabajo en equipo constituye una ventaja para reconocer y operar en situaciones conflictivas

Para cada una de las modalidades la Guía ofrece un marco conceptual, un marco legal y recomendaciones para un adecuado abordaje por este motivo consideramos que es una herramienta muy útil para el equipo escolar que debería leerse y trabajarse grupalmente en todas las escuelas.

Conocer las leyes y los procedimientos nos tranquiliza y nos brinda la posibilidad de **intervenir en forma correcta**, garantizando los derechos de las personas que han sufrido alguna situación traumática.

<sup>6</sup> Centro de vida es para la CIDN el es el lugar y las relaciones en las que NNyA se crían y desarrollan. Está formado por las familias nucleares y extendidas (redes de relaciones afectivas) y las instituciones con las que se vincula en un territorio (organizaciones de educación, salud, culturales, deportivas, espacios públicos, etc.

También existen otros Reglamentos y materiales para profundizar sobre este tema; sugerimos su lectura.

**“La escuela en el sistema integral de derechos”**<sup>7</sup> publicado por el Ministerio de Educación de la Nación en el año 2015.

**“Protección de los derechos de niños, niñas y adolescentes”**<sup>8</sup> (2011), Artículos 248 a 254 del Reglamento General de las Instituciones Educativas de la Provincia de Buenos Aires”

**“Protocolo Provincial de detección y abordaje de la abuso sexual hacia niños niñas u adolescentes”**<sup>9</sup> (2019) Gobierno de la Provincia de Buenos Aires.

<sup>7</sup> Disponible en: [https://backend.educ.ar/refactor\\_resource/get-attachment/22612](https://backend.educ.ar/refactor_resource/get-attachment/22612)

<sup>8</sup> Disponible en: <https://normas.gba.gob.ar/documentos/BodONdhz.html>

<sup>9</sup> Disponible en: <http://www.mds.gba.gov.ar/sai/sai.pdf>

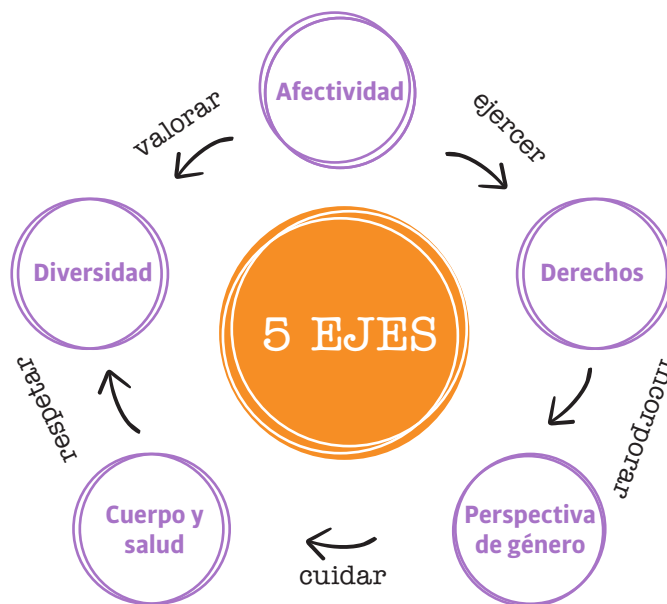
## EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL (ESI) COMO DERECHO

Gracias a una larga lucha del movimiento de mujeres y otros grupos ligados a los derechos de NNyA en el año 2006 se sanciona la Ley 26.150 de Educación Sexual Integral.

La Ley reconoce que es el derecho de todos/as los/as niños, niñas y adolescentes recibir ESI en todos los niveles educativos, desde el inicial hasta el superior. Plantea que la ESI debe ser **gradual y progresiva** de acuerdo con las etapas evolutivas, es decir, la información que necesitan para cada ciclo de vida y los contenidos que están en condiciones de entender y apropiarse. También debe ser sistemática, es decir, que debe estar incluida en el diseño curricular (transversal en todas las áreas) y no puede reducirse a actividades aisladas y esporádicas. Otro aspecto importante de la ESI es su carácter **multidimensional e integral**, es decir, que articula aspectos biológicos, psicológicos, sociales, afectivos y éticos.

## En síntesis...

La ESI es un **espacio de enseñanza y aprendizaje** sistemático, con contenidos adecuados a la edad de las alumnas y los alumnos, su situación y contexto sociocultural, que comprende saberes y habilidades para la toma de decisiones conscientes y críticas sobre 5 ejes fundamentales<sup>10</sup>, como señalamos en la presentación:





## UNA APROXIMACIÓN AL EJE “EJERCER LOS DERECHOS”

Considerar que **la ESI no es un hecho aislado** sino que se inscribe en un marco de políticas públicas relacionadas con la inclusión, la igualdad, el ejercicio de los derechos.

Propicia un **enfoque de derechos** vinculados con las infancias y adolescencias.

Rescata el **papel fundamental de los/as docentes** y todo el personal de las escuelas como co-garantes de los derechos de NNyA

Genera las **condiciones institucionales** para el efectivo cumplimiento de los derechos para toda la comunidad educativa.

Promueve aprendizajes vinculados con **la defensa y el ejercicio** de los derechos.

Programa Nacional de ESI - 2018



Haciendo foco en la sexualidad integral, un grupo fundamental de derechos a ser conocidos, ejercidos, defendidos y garantizados son aquellos llamados

**“derechos sexuales, reproductivos y no reproductivos”.**

Veamos el siguiente gráfico que los sintetiza de manera clara:



ER EN  
MI VIDA  
UD EN  
ARAZO,  
RIO.

4.

RECIBIR ATENCIÓN, APOYO Y CUIDADOS SI VIVO CON VIH/SIDA

3.

ACCEDER A SERVICIOS DE SALUD QUE ME INFORMEN, ASESOREN Y DEN ANTICONCEPTIVOS.

6.

RECIBIR EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL.

9.

EN LA ADOLESCENCIA, DECIDIR SOBRE MI SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN.

# LOS DERECHOS SEXUALES Y (NO) REPRODUCTIVOS SON DERECHOS HUMANOS

5.

ELEGIR CON QUIÉN TENGO SEXO, SEGURO, PLACENTERO Y LIBRE DE TODA VIOLENCIA Y/O COERCIÓN.

TS  
ciones  
transmisión  
XVAL





## LEYES

**Ley 25.673** Creación del Programa Nacional de Salud Sexual y Procreación Responsables

**Ley 26.485** Protección Integral para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres

**Ley 26.743** Identidad de Género

**Ley 26.618** Matrimonio civil

**Ley 26.862** Fertilización Asistida

**Ley 26.130** Anticoncepción Quirúrgica

**Ley 26.150** Educación Sexual Integral

**Ley 23.798** Nacional de Sida

**Ley 25.929** Parto Respetado

**Ley 27.610** Interrupción Voluntaria del Embarazo



# PERSPECTIVA DE LA DIVERSIDAD

## PERSPECTIVA DE LA DIVERSIDAD

Como vimos en el Capítulo sobre perspectiva de género, para el pensamiento tradicional, cada persona tenía una función que cumplir en la sociedad según su “naturaleza” y su sexo asignado al nacer.

Los movimientos LGBTTTIQ+<sup>1</sup> retoman los aportes feministas y señalan que el patriarcado también se encargó fundamentalmente de trazar un límite entre la **sexualidad** considerada “normal” o “natural”, por un lado, y los “excesos” o comportamientos fuera de la norma (desviados), por el otro. La “normalidad” era la **heterosexualidad**, dentro de la cual también debían restringirse las prácticas sexuales a aquellas destinadas a la reproducción.

La norma sexual era la pareja de: varón= activo; mujer= pasiva. Este modelo que hoy en día llamamos “heteronorma” afirma que los sexos son dos (femenino y masculino) y que la persona tendrá la identidad que corresponde según el sexo atribuido al nacer. Todas las personas que ejercían otras prácticas o tenían otras identidades de género eran consideradas abusivas, amorales, anormales, crimina-

les, y/o enfermas mentales. Recién en el año 1990 la Organización Mundial de la Salud (OMS) eliminó a la homosexualidad de la lista internacional de patologías y reconoció los derechos de gays, lesbianas, bisexuales y demás identidades sexuales disidentes. Y recién en 2018 también eliminará a la transexualidad de la lista.

Los movimientos LGBTTTIQ+ también cuestionan la forma **binaria** de pensar a las personas (mujer/varón). Visibilizan que la identidad de cada uno/a es una percepción subjetiva y una vivencia sobre sí mismo/a que podría o no coincidir con las características sexuales corporales y la categoría sexual que le asignaron al nacer. Cuando la vivencia de género de la persona coincide con el sexo asignado al nacer decimos que su identidad es **cisgénero**. Cuando la vivencia de género de la persona **no** corresponde con el sexo asignado

al nacer, decimos que su identidad es **transgénero**. Las personas trans constituyen un colectivo que a la vez abarca varias identidades y vivencias diferentes (trans femeninas, trans masculinas, travestis, transexuales, etc.).

**LA IDENTIDAD DE CADA UNO/A ES UNA PERCEPCIÓN SUBJETIVA Y UNA VIVENCIA SOBRE SÍ MISMO/A/E.**



<sup>1</sup> La sigla hace referencia a lesbiana, gay, bisexual, transgénero, transexual, travesti, intersexual y queer. El símbolo + (más) que está añadido al final significa la inclusión de todos aquellos colectivos que aún no se encuentran incorporados o representados por la sigla citada.

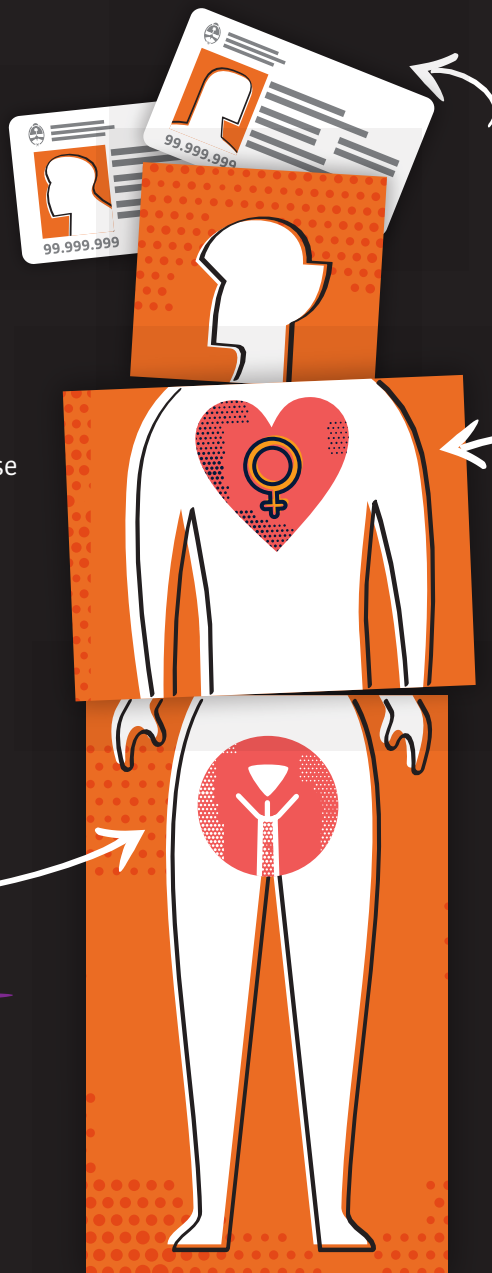
## GÉNERO

Imaginario social y cultural sobre el sexo, la sexualidad, lo femenino y lo masculino, sobre el cuerpo, el deseo, etc. Incluye las características y roles asociados a hombre y mujeres. En el proceso de subjetivación construimos nuestra identidad sobre la base de los que este imaginario nos ha ofrecido como posibilidad, asumiéndolo todo o en parte, o desidentificándonos.



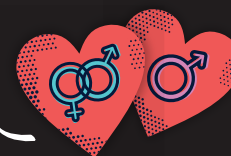
## SEXO

Asignación en el momento del nacimiento. Es una categoría jurídica. Conformada por una estructura y una distribución de recursos –materiales y simbólicos– diferenciada según esa asignación y en ese sentido es una de las estructuras de desigualdad.



## IDENTIDAD DE GÉNERO

La identidad de género se refiere a la vivencia interna e individual del género, tal como cada persona se siente profundamente, que podría corresponder o no con el sexo asignado al momento del nacimiento.



## ORIENTACIÓN SEXUAL

Se refiere a la capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un género diferente al suyo, o del mismo género, o de más de un género, así como la capacidad de mantener relaciones íntimas y sexuales con otras personas.

## EXPRESIÓN DE GÉNERO

Es la manifestación del género de la persona. Puede incluir la forma de hablar, gestos, modo de vestir, comportamiento personal, interacción social, modificaciones corporales, entre otros aspectos. Constituye las expresiones del género que vive cada persona, ya sea impuesto, aceptado o asumido.

# LEY DE IDENTIDAD DE GÉNERO

**LA IMPORTANCIA FUNDAMENTAL DE ESTA LEY ES DESPATOLOGIZAR A LAS IDENTIDADES TRANS O NO BINARIAS Y ELIMINAR LA EXIGENCIA DE REALIZAR TRÁMITES Y ESTUDIOS MÉDICOS PARA EL RECONOCIMIENTO DE SU IDENTIDAD.**

## En síntesis...

desde la mirada dominante o hegemónica de la medicina, la diversidad sexual y de género fueron sistemáticamente patologizadas y estigmatizadas, porque se consideraban “fuera la norma” y por lo tanto lo “anormal”. En la búsqueda de “prevenir” estas conductas “desviadas”, las ciencias de la salud fueron consolidando una descripción del varón y de la mujer “normales”. Las escuelas no fueron ajenas a este proceso y es ineludible reconocer que esta mirada relacionada con la heterosexualidad obligatoria sigue presente, configurándose no sólo como lo esperado sino también, y más aún, como lo “correcto”.

La Argentina vive un cambio de paradigma a partir de la aprobación en el año 2012 de la Ley 26.473 de Identidad de Género<sup>2</sup> que en su Artículo 2 define género como *“la vivencia interna e individual del género tal como cada persona la siente, la cual puede corresponder o no con el sexo asignado al momento del nacimiento, incluyendo la vivencia personal del cuerpo. Esto puede involucrar la modificación de la apariencia o la función corporal a través de medios farmacológicos, quirúrgicos o de otra índole, siempre que ello sea libremente escogido. También incluye otras expresiones de género, como la vestimenta, el modo de hablar y los modales”*.

## ARTÍCULO 2

La Ley en su Art. 2 define género como “la vivencia interna e individual del género tal como **cada persona la siente**, la cual puede corresponder o no con el sexo asignado al momento del nacimiento, incluyendo la vivencia personal del cuerpo”





También la Ley en su artículo 12 hace referencia al trato digno señalando que se deberá respetar la identidad de género adoptada por las personas, en especial, por niños, niñas y adolescentes, que utilicen un nombre de pila distinto al consignado en su documento nacional de identidad en toda ocasión (sea pública o privada) así como en registros, legajos o cualquier otra gestión o servicio. De acuerdo al nuevo Código Civil se presume que los/as adolescentes entre 13 y 16 años tienen aptitud para decidir por sí solos/as respecto a aquellos tratamientos que no resultan invasivos, ni comprometen su estado de salud o provocan un riesgo grave en su vida o integridad física<sup>3</sup>. A partir de los 16 años los/as adolescentes son considerados como adultos/as para las decisiones atinentes al cuidado de su propio cuerpo. Todos estos cambios desafían a las escuelas y a los equipos docentes a prepararse

para acompañar los procesos de adopción de identidad de los/as alumnos/as no binarios o trans.

## INTERSEXUALIDAD

Un tercer grupo que suma su cuestionamiento al patriarcado y a los sistemas tradicionales es el de las personas **intersex**. Estos grupos señalan que la diversidad corporal se refiere a una amplia gama de representaciones del cuerpo, por ejemplo, variaciones en la anatomía sexual, cromosómica y hormonal que se expanden más allá del binario hombre/mujer. Entonces decimos que las personas intersex son todas aquellas en las que su anatomía sexual, hormonal y/o genética no se ajusta a los “estándares” del cuerpo femenino o masculino. Por ejemplo, los bebés intersex nacen con genitales y/u órganos reproductores que no responden a patrones culturalmente aceptados para la anatomía.

<sup>3</sup> Este aspecto fue reglamentado a través de la Resolución 65/2015 de la Secretaría de Salud del Ministerio de Salud de la Nación.



## UN POCO DE HISTORIA<sup>4</sup>

A lo largo del siglo XX los rasgos intersexuales fueron incorporados como parte de la sintomatología de diferentes síndromes atendidos por médicos especialistas; desde entonces, el objetivo de los tratamientos médicos es atenuar o desaparecer los rasgos intersexuales mediante cirugías y terapias farmacológicas. Se diseñaron protocolos y se incluyeron recomendaciones de cirugías a bebés, niñas, niños y adolescentes intersexuales –entre ellas cirugías genitales y de extirpación de gónadas– cuyo objetivo era adaptar los cuerpos a un estándar de hombre o mujer común. La lógica fundamental era que las personas intersex, debido a su sexo indefinido, serían incapaces de integrarse a la sociedad y de llevar una vida normal, y que las intervenciones médicas eran necesarias para garantizar el ajuste psicosocial adecuado de la persona.

Los rasgos distintivos que compartían estas intervenciones es que eran (y aún hoy son) llevadas a cabo de forma apremiante tras el hallazgo de la condición intersex, durante los primeros días o meses de vida de la persona.

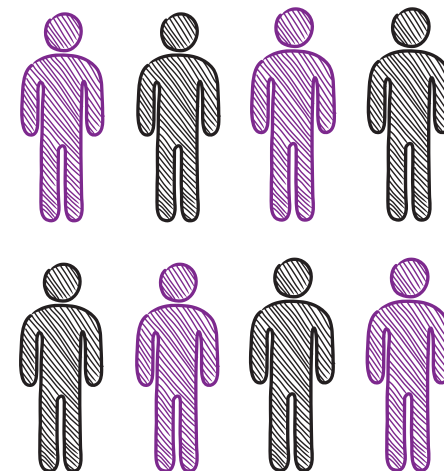
Estos procedimientos, que suelen ser irreversibles, pueden producir esterilidad permanente, dolor, incontinencia, pérdida de la sensibilidad sexual y sufrimiento mental de por vida, incluida la depresión. Además, suelen realizarse sin el consentimiento pleno, libre e informado de la persona concerniente, quien comúnmente es demasiado joven para participar en la toma de decisiones, y pueden ser violentados sus derechos a la integridad física.



<sup>4</sup> Síntesis realizada en base a los artículos de la Revista Defensor de Derechos Humanos del Distrito Federal de México. Disponible en: [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2018/07/dfensor\\_03\\_2018.pdf](https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2018/07/dfensor_03_2018.pdf)

En el año 2020 se presentó una **Ley de Protección integral de las características sexuales** que recoge las opiniones, experiencias y necesidades de las personas y organizaciones intersex. Sus principales objetivos son:

- Garantizar el **derecho a la consignación del sexo** de todas las personas, sin que sea necesario efectuar ningún tipo de modificación de las características sexuales para acceder a la partida de nacimiento y documento nacional de identidad.
- Garantizar el **derecho a la información** de todas las personas respecto a sus características sexuales, incluyendo su historia clínica
- Garantizar que **ninguna persona sea discriminada** debido a sus características sexuales
- Garantizar que todas las personas, con independencia de sus características sexuales, tengan **acceso a atención de salud** respetuosa de sus derechos humanos, incluyendo el derecho a tomar decisiones informadas acerca de su propio cuerpo.
- Garantizar la **inclusión de las características sexuales** y sus variaciones en los contenidos de la Educación Sexual Integral.



Hoy en día sabemos que es imposible pensar que nuestros cuerpos y deseos admiten solo dos opciones perfectamente distinguibles una de otra: macho o hembra; o que sólo hay dos formas posibles de comportarnos y de percibirnos: como sujetos femeninos o masculinos. En este sentido es que podemos decir que **vivimos una era de identidades diversas** y que pueden cambiar a lo largo de la vida de las personas. Sin embargo la violación a los derechos humanos<sup>5</sup> de las personas por su orientación sexual y/o identidad de género, constituye todavía un patrón global arraigado preocupante.

La perspectiva de la diversidad incorpora a la ESI una dimensión para pensar los cuerpos y las formas de sentir y desear, discutiendo con el pensamiento que naturalista y binario al considerar que los genitales no determinan la identidad así como ninguna característica corporal determina una experiencia universal ni unívoca.

<sup>5</sup>Entre esas violaciones podemos mencionar: ejecuciones extralegales, impunidad, violencia institucional, invisibilidad de las poblaciones disidentes, violencia estructural, tortura; maltrato, ataques y violaciones sexuales, invasión a la privacidad, detenciones arbitrarias, negar las oportunidades de empleo y educación y grave discriminación en relación al goce de otros derechos humanos.



# EL CUIDADO DEL CUERPO Y LA SALUD

Guía de Educación Sexual Integral

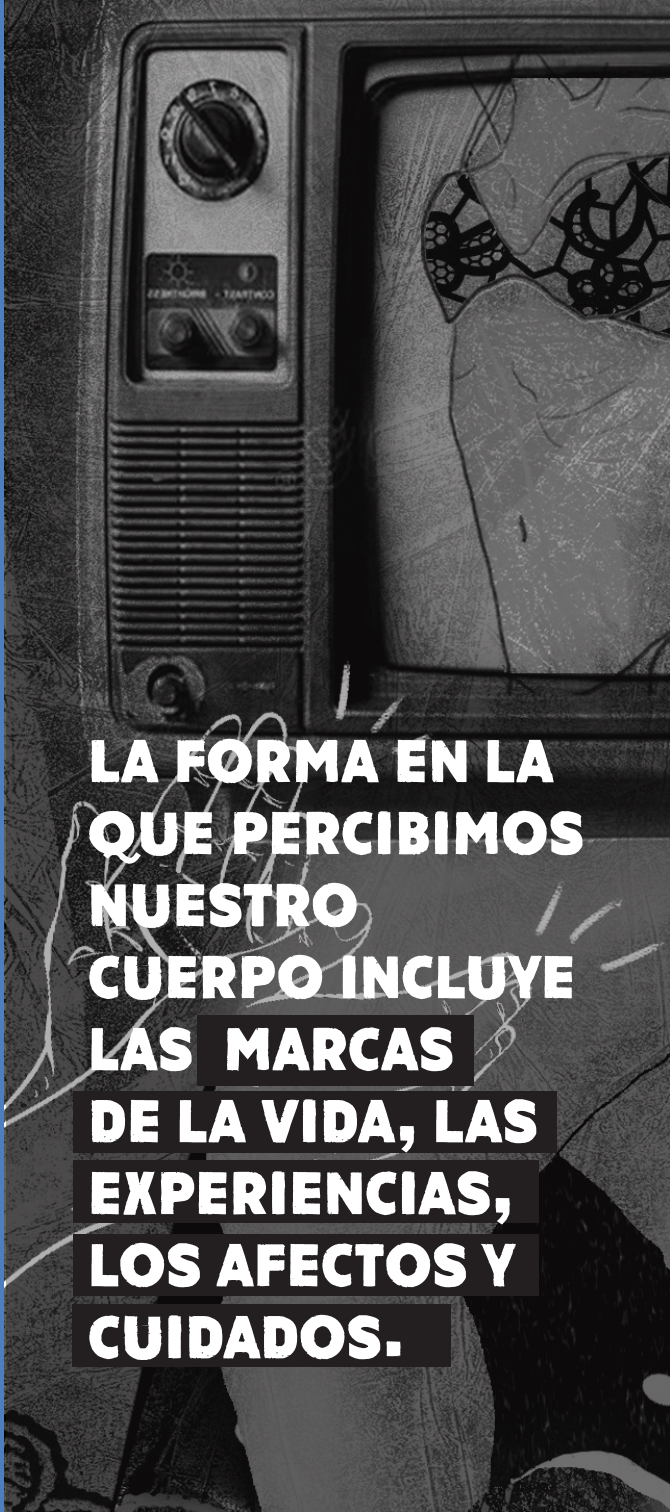
## EL CUIDADO DEL CUERPO Y LA SALUD<sup>1</sup>

El cuerpo es el la **materialidad y el sustento biológico** de la vida. La educación sexual “tradicional” hace hincapié en los aspectos biológicos y el foco fundamental se ha puesto en la prevención de enfermedades y prevención de embarazos, desde una perspectiva que refuerza las ideas de miedo, riesgo, temor o, en el mejor de los casos, los “cuidados”.

La ESI considera un cuerpo integral que además de orgánico está cruzado por **sentidos sociales** y situado en un contexto socio-histórico-cultural. Esto significa que la “naturaleza” o “lo material” de nuestro cuerpo puede ser observado, descrito y explicado a partir de las vivencias, experiencias y deseos. Esos sentidos de la biología o lo considerado natural por ejemplo son influidos por lo que la ciencia considera “verdadero” en cada momento, los mandatos socioculturales que están en relación a la corporalidad y los roles de género así como las miradas de los/as otros/as. Estos aspectos tienen efectos en la vida de las personas y las vivencias sobre su cuerpo y su sexualidad. También el arte ha representado y representa los cuerpos en la pintura, la escultura o el teatro, entre

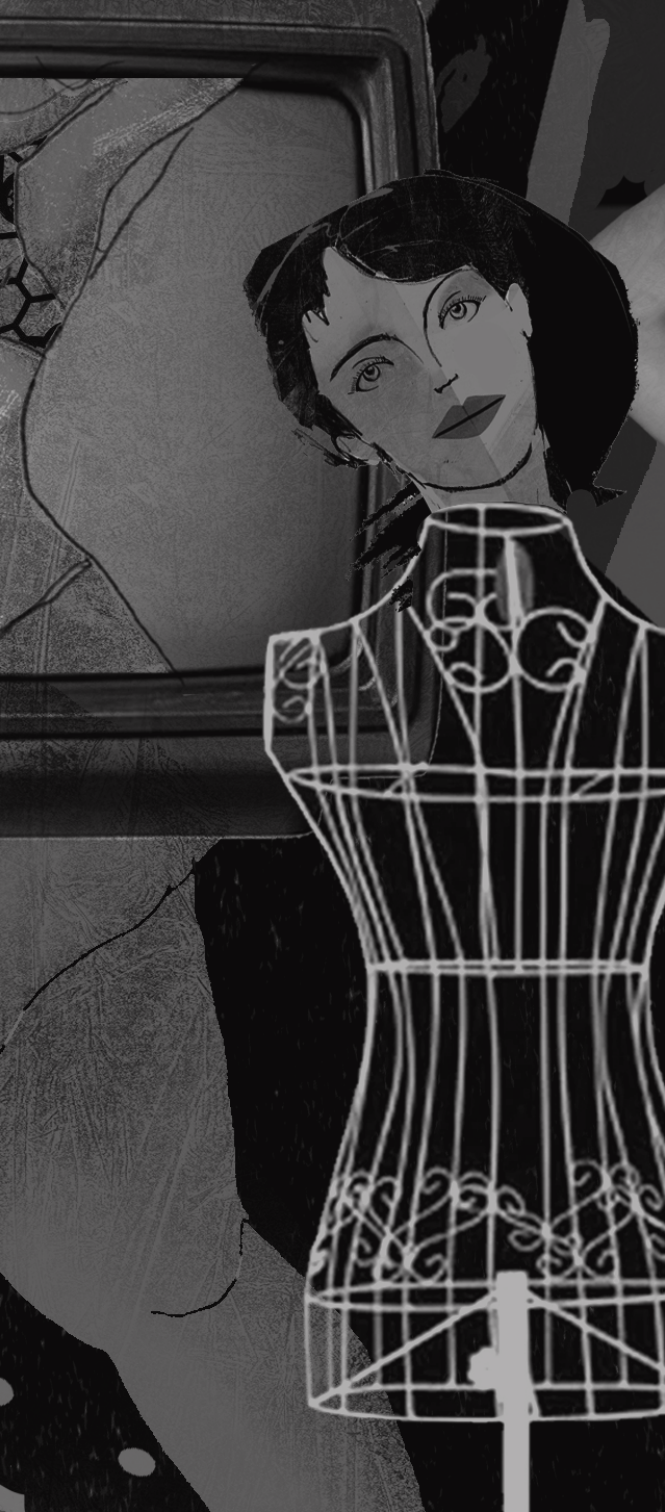
otras. Todas estas producciones simbólicas pueden ser de gran ayuda a la hora de reflexionar acerca del lugar y significación del cuerpo en la sociedad.

Pensar al cuerpo como un espacio en el que se cruzan la biología, las prácticas sociales y la historia, implica que la identidad se construye con todos estos componentes, siempre en un tejido de vínculos, desde los más próximos hasta los más lejanos, que adquiere múltiples formas de representación: imágenes, gestos, actitudes, símbolos, palabras.



**LA FORMA EN LA QUE PERCIBIMOS NUESTRO CUERPO INCLUYE LAS MARCAS DE LA VIDA, LAS EXPERIENCIAS, LOS AFECTOS Y CUIDADOS.**

<sup>1</sup> Este capítulo se basa en los contenidos del artículo “Cuidar el cuerpo y la salud” disponible en el portal Argentina.gov.ar <https://www.argentina.gov.ar/sites/default/files/eje-cuidar-el-cuerpo-y-la-salud.pdf>



Los cuerpos que se consideran **"bellos", "perfectos" o "normales"** cumplen con las pautas dominantes que los hacen deseables.

Aquellos cuerpos que no se ajustan a estas pautas muchas veces son invisibilizados y hasta violentados.

La forma en la que percibimos nuestro cuerpo incluye las marcas de la vida, las experiencias, los afectos y cuidados. Pero también los dolores, aprobaciones y rechazos. Es decir que percibimos nuestro cuerpo de manera subjetiva y a la vez colectiva. Es así que el cuerpo puede ser sentido como fuente de placer pero también ajeno y peligroso.

En cada sociedad se definen ciertos patrones o normas sociales (**estereotipos de belleza**<sup>2</sup>), modelos ideales para los cuerpos de varones y mujeres, desde la niñez hasta la vejez. Los cuerpos que se consideran "bellos", "perfectos" o "normales" cumplen con las pautas dominantes que los hacen deseables. Aquellos cuerpos que no se ajustan a estas pautas muchas veces son invisibilizados y hasta violentados.

Para la mayoría de las personas esos estereotipos de belleza son inalcanzables y por lo tanto los mensajes de los medios de comunicación, la publicidad y la industria de la cosmética, entre otros, influyen negativamente sobre la identidad y la autoestima. Los modelos de belleza y salud se modifican según las épocas pero siempre tienen efectos sobre los cuerpos y la subjetividad de varones y de mujeres.

A pesar de la influencia de los mandatos sociales, muchas personas viven sus cuerpos de manera más libre; se visten, peinan, tatúan, tiñen y se expresan en formas que no encajan con lo esperado de acuerdo al ideal de belleza.

<sup>2</sup> Glosario / Estereotipos son ideales de belleza, representaciones e imágenes que conforman las expectativas que tiene la sociedad sobre cómo deben ser los cuerpos, según la definición de belleza física que produce cada momento histórico.

## EL CUERPO Y LA SALUD

Cuando nos referimos al cuidado del cuerpo, abarcamos una multiplicidad de temas relacionados con el ejercicio de los derechos:

- el conocimiento y el respeto del propio cuerpo y el respeto por el cuerpo del/la otro/a;
- el reconocimiento de la propia intimidad y la de los/as otros/as;
- el ejercicio placentero y responsable de la sexualidad, el modo en que las construcciones de género condicionan la percepción y valoración del cuerpo y los vínculos de las mujeres, varones y personas no binarias;
- la expresión de las emociones y la afectividad a través del cuerpo, la promoción de buenos tratos, la construcción de la autonomía;
- la toma de decisiones conscientes y reflexivas sobre el propio cuerpo, el respeto por la diversidad y la protección de salud,



Al hacer referencia específicamente a la dimensión de la salud que se relaciona con la sexualidad se vuelve fundamental **incorporar la dimensión de los derechos sexuales** productivos.



## EL CUERPO EN LA ESCUELA

La escuela, como todas las instituciones, está atravesada por los discursos sociales dominantes sobre el cuerpo, que es necesario visibilizar y analizar con una mirada crítica. En primer lugar podemos hacernos la siguiente pregunta:

### **¿qué concepción de cuerpo sustentan nuestras prácticas docentes?**

Percibimos que hay una multiplicidad de ritos, símbolos y normativas que circulan en la escuela y que pueden portar mensajes estereotipados y discriminatorios en relación al cuerpo ligados a la apariencia física por ejemplo.

Pensemos qué sucede en la cotidianidad de la escuela con la reproducción de estos mensajes estereotipados sobre el cuerpo en general y sobre los cuerpos femeninos y masculinos en particular.

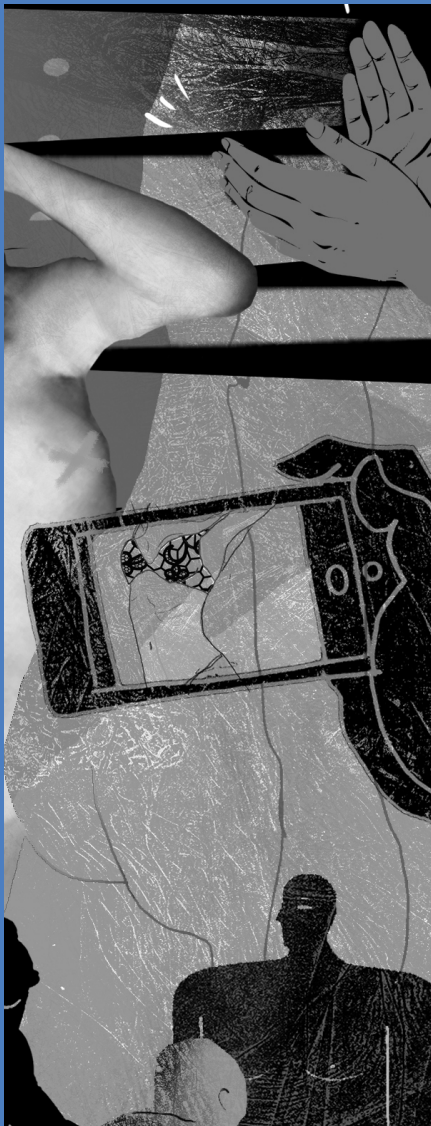
Reflexionemos acerca de qué normas hay en la escuela –ya sean explícitas o implícitas- para el ingreso a la escuela, para los momentos de formación, de entrada al aula y de disposición corporal en el aula, y si hay normas diferentes según se trate de mujeres o de varones.

En este sentido, pensemos si se permiten ciertos comportamientos corporales para los varones que se proscriben para las mujeres, o si se perciben prejuiciosamente ciertas actitudes corporales en las mujeres como “provocativas”; si en las clases de educación física se generan grupos separados, en los que se habilita el desarrollo de ciertos ejercicios o deportes en forma excluyente por género, o bien por constitución física.

Cuando la escuela hace lugar al cuerpo y la sexualidad –alejados de estereotipos- pueden ser pensados y vivenciados, como lugares de placer y espacios de afectividad y cuidado de uno mismo y del otro, de despliegue subjetivo, de encuentro con otros, de experiencia afectiva y amorosa.



**Allí donde es posible hacer lugar a la historia, a la narración de uno/a mismo en el marco de esa historia, al reconocimiento de que vivimos en lazo con otros/as y que esto demanda cuidados, acompañamiento y búsqueda de afecto. Se desmiente la idea de que el cuerpo es una máquina, un modelo, un objeto de consumo o un objeto a ser programado para ocupar un rol social determinado. La singularidad tiene allí posibilidades de despliegue, en un cuerpo que es también pensamiento y afectividad.**



Al momento de trabajar sobre el cuidado de los cuerpos y de la salud será fundamental brindar información clara, científica y necesaria para poder generar prácticas de cuidado; pero entendiendo que esa información está mediada por un sujeto.

Entonces posibilitar la toma de decisiones autónomas sobre el cuerpo, propiciar las mejores condiciones para el cuidado requerirá no sólo tener información sino también la posibilidad de reflexionar sobre diferentes dimensiones que lo hacen posible: las condiciones de vida, las relaciones de poder, los sentidos”

(Arévalo y otros/as, 2021)<sup>3</sup>



# 5

## **AFFECTIVIDAD**

**Guía de Educación  
Sexual Integral**

## AFECTIVIDAD

En el campo educativo son innumerables las discusiones acerca de si la escolaridad debe centrarse exclusivamente en la enseñanza de conocimientos disciplinares o si, además, es posible y necesario contribuir con el aprendizaje de capacidades por parte de los estudiantes. Existen posiciones que sostienen que la educación integral se ha visto opacada por la presencia de una tensión entre una enseñanza focalizada en componentes cognitivos –predominante en las prácticas docentes de nuestro sistema educativo– y el desarrollo de aprendizajes afectivos, emocionales y sociales, hasta tal punto que existen escasas propuestas y estrategias para ayudar a construir estos últimos en las instituciones educativas, y sobre todo, en el aula.



No incluir los aspectos relacionados a los **vínculos, sentimientos, valores y emociones** que constituyen al ser humano, sería caer en un modo de reduccionismo que no se condice con la perspectiva integral de la sexualidad.

Como señala el documento “Valorar la afectividad” producido por el Ministerio de Educación de la Nación “en la formación docente, esta mirada sobre la afectividad no fue históricamente prioritaria en planes y programas de estudio. Como en el resto del sistema educativo, a la hora de la selección de contenidos se han privilegiado siempre los aspectos conceptuales y metodológicos por sobre los actitudinales (...) En la propuesta de Educación Sexual Integral que se desprende de la Ley 26.150, la dimensión afectiva es ineludible si queremos trabajar a partir de este enfoque. No incluir los aspectos relacionados a los vínculos, sentimientos, valores y emociones que constituyen al ser humano, sería caer en un modo de reduccionismo que no se condice con la perspectiva integral de la sexualidad”<sup>1</sup>.



<sup>1</sup>“Valorar la Afectividad”. Artículo del Ministerio de Educación de la Nación. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/eje-valorar-la-afectividad.pdf>

## AFECTIVIDAD AL INICIO DE LA VIDA

Partiendo de esta premisa es fundamental recordar que somos seres sociales y tenemos necesidades que se satisfacen socialmente.

Cuando nacemos, todas las personas necesitamos la disponibilidad del cuerpo de adultos/as significativos/as que cumplan la función de sostén y continencia. Los/as bebés no podrían sobrevivir si no recibe la compañía de un/a otro/a que le ofrece contacto, que le ofrece cuidado y alimento. Ese vínculo es el que va a ayudar a organizar las experiencias y los vínculos con el mundo.

El cuerpo es fuente de necesidades y también el espacio donde se registran los afectos, los deseos, las emociones. En este sentido la historia de cada persona puede ser pensada con un cuerpo relacionándose con otros cuerpos. En cada experiencia hay un aprendizaje explícito y deja una huella. Es lo que conocemos como matriz de aprendizaje; como dijimos, es la manera como cada sujeto organiza su experiencia. Las matrices no son fijas, pueden ir

variando a lo largo de la vida y, en consecuencia, también pueden cambiar nuestras ideas, sensaciones, posiciones, etc.

La familia ocupa un lugar central en este proceso y moldea nuestra forma de “aprender a aprender”.

## LA AFECTIVIDAD EN LA ESCUELA

La llegada de los/as niños/as a la escuela primaria implica una ruptura con los modelos de aprendizaje previos, con la manera en que familiarmente aprendía las cosas.

El ingreso al sistema educativo históricamente privilegia la enseñanza sobre el aprendizaje. Sus cuerpos se ven inmovilizados, registran cambios en la libertad y comienzan a estar reglados; perciben que hay cosas que se pueden hacer y otras que no se pueden hacer. Los/as docentes tienen un lugar de autoridad que establece una relación jerárquica. En muchas ocasiones cualquier cuestionamiento es visto y vivido como transgresión. Sin embargo

existen otros modelos educativos que proponen nuevas formas de vínculo.

Pensando en una **educación integral** la afectividad es el contexto pero también la condición, para que el aprendizaje pueda llevarse adelante. A la vez, el acto educativo no es aislado. Se aprende con y de otros/as y tiene una potencia que no se podría lograr en soledad. Otro aspecto fundamental es que a trabajar con otros/as se enseña y se aprende.

La afectividad, la **observación** y el **diálogo** permiten a los/as docentes conocer en profundidad a los alumnos/as.

## HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES (HSE)

Las habilidades socioemocionales son competencias que se desarrollan a partir de oportunidades de aprendizaje, es decir, son susceptibles de ser enseñadas.

Las HSE se entranan con las áreas/disciplinas del currículum e implican, por ejemplo, la relevancia de la palabra de todos/as; entender el error como parte del proceso de construcción del conocimiento; aprender a resolver los conflictos y si no se resuelven, a convivir con ellos; llegar a acuerdos o poder expresar respetuosamente los desacuerdos y construir vínculos que sean saludables.

En definitiva de lo que se trata el desarrollo de las HSE es poder pensar a la escuela como un espacio para aprender a ser ciudadanos/as de un mundo diverso. Pensemos si hay emociones que están alojadas en nuestras aulas y si hay otras que son inconvenientes. Porque no sabemos cómo abordarlas, elegimos consciente o inconscientemente dejarlas de lado. Pero esas emociones están allí y tienen causas y consecuencias en la vida y en los aprendizajes.

Nuestra tarea es que las emociones, todas ellas, circulen en las aulas y sean escuchadas. Eso nos permitirá establecer vínculos significativamente valiosos para que la comunicación sea en sí misma un acto de cuidado, que revalorice la palabra y el deseo de ser escuchado/a.

Recordemos que la ESI siempre es pensada en la transversalidad y, en este caso, nos sirve para la expresión de emociones. No todas ellas pueden ser expresadas en palabras, sino que pueden aparecer a través del arte (música, pintura), de dinámicas participativas, de juegos, etc.

Muchas veces para “llegar” a los/as alumnos/as y conocer qué les pasa, qué están sintiendo, los caminos de expresión de las emociones no siempre son dialógicos. Podemos utilizar otro tipo de recursos que la escuela pone a nuestra disposición.

También es fundamental tener en cuenta que esas emociones “inconvenientes” o “problemas” debe abordarse en el encuentro de otros/as colegas. La visión que

tenemos sobre un/a alumno/a nunca debe ser aislada de lo que sucede con ellos/as en otras áreas de la currícula escolar y el vínculo con otros/as docentes.

### Emociones “inconvenientes”

“A la tristeza le han hecho mala prensa

Que nadie lllore a no ser de felicidad.

Que nadie haga canciones ni libros ni dibujos ni pinturas cargadas de emociones “inconvenientes”.

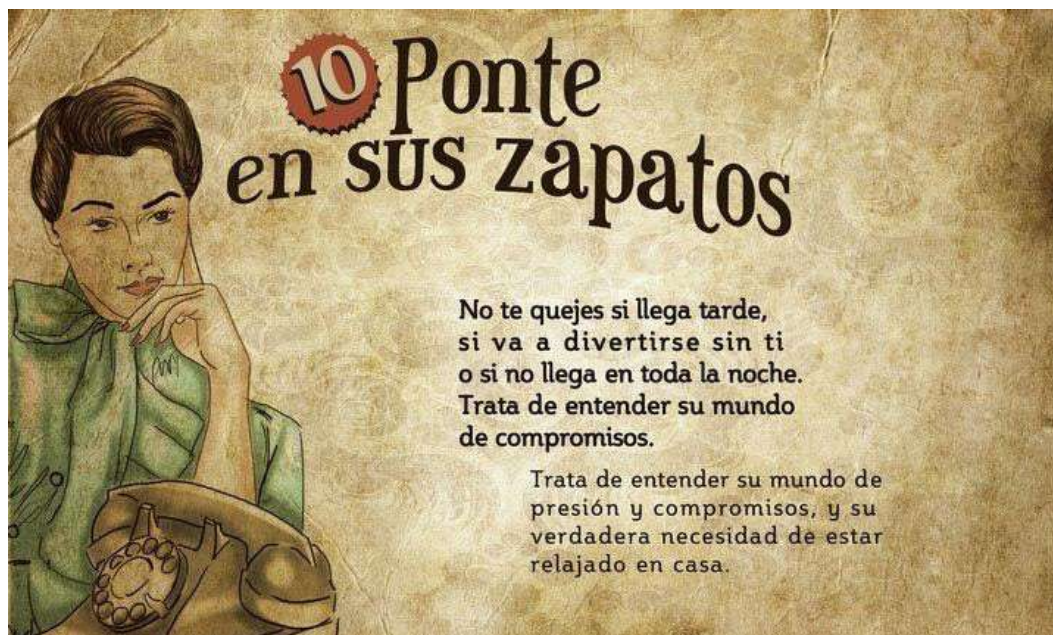
Que nadie diga en público lo que puede llorar en privado (...)

Que con la tristeza se adose la culpa, la vergüenza y la responsabilidad de ‘haber elegido’ no ser feliz y no esconderse”.

*Gabo Ferro*

## LAS EMOCIONES SON HISTÓRICAS

Las emociones están contextualizadas en un momento histórico y tienen transformaciones colectivas. Es posible que ciertas circunstancias que la gente interpretaba de una determinada manera en un momento, hoy sea decodificada emocionalmente de otra. Veamos un ejemplo:



**Frente a este mensaje, ¿serían iguales las reacciones emocionales de las mujeres de principios del siglo XX que las de hoy?**

Las emociones, en cierto sentido, también son políticas. No es lo mismo estar triste por una pelea con un/a amigo/a que por haber perdido el trabajo en un momento de crisis económica. Lo que sucede en la sociedad también influye en nuestros sentimientos.

**Cuando hablamos de valorar la afectividad en las instituciones educativas lo que hacemos es celebrar las diferencias y desnaturalizar las formas dominantes -hegemónicas- en que conocemos. Le estamos dando lugar a la diversidad y reconocemos que lo que nos han presentado como “natural” o “normal” son construcciones históricas que clasifican y norman nuestras relaciones y, por ende, deben ser problematizadas.**

## CREAR CONDICIONES PARA LA AFECTIVIDAD

La afectividad está presente en todos los actos de la dinámica escolar. Al planificar una clase y llevarla adelante, debemos ser conscientes de que, como docentes, desplegamos una serie de expectativas de rendimiento y comportamiento que tenemos sobre los/as estudiantes. Es lo que generalmente se llama “**currículum oculto**” y tienen consecuencias en el rendimiento escolar.

Si el fracaso escolar es visto como una incapacidad del alumno o alumna para aprender, se pierde de vista que éste es un desencuentro entre ellos/as y la escuela. En mayor o menor medida estos/as alumnos/as son particulares, diversos, que interpelan a la escuela con sus diferencias para quienes hay que desarrollar estrategias educativas que sean justas y no estigmatizantes.

Veamos un ejemplo:

“Dead name” es el nombre que un/a alumno/a han decidido dejar atrás. Es un nombre que ya no representa la identidad

de género autopercibida. Interpelarlo/a utilizando ese nombre propio que ya no dice nada de la persona que actualmente es, hace que esa persona se sienta que no es parte de ese contexto escolar. Se siente violentado/a, destratado/a y no valoran quien es actualmente y que violan sus derechos. Esta es una pequeña muestra de cómo puede operar la falta de afectividad en una escuela.

### PONER EL CUERPO (Y LOS SENTIMIENTOS)

Como trabajadores/as de la educación sabemos que ponemos el cuerpo en nuestra tarea. Pero ¿expresamos también nuestros sentimientos y emociones? ¿o sólo hay lugar para que se expresen los/as niños/as y adolescentes con quienes que trabajamos?

Históricamente el cuerpo y la sexualidad de los/as docentes debían quedar fuera de aula. Se intentaba que no entráramos “enteros/as”; una parte de si mimos/as que quedaba afuera de esa relación con los/as alumnos/as.

**RECONOCER  
NUESTRAS  
EMOCIONES Y  
SENTIMIENTOS  
NOS PERMITE  
ENTENDER LAS  
EMOCIONES Y  
SENTIMIENTOS DE  
LOS/AS DEMÁS.**





Lo que proponen diferentes corrientes, como la pedagogía crítica, es **cuestionar estos principios de división mente/cuerpo** porque siempre entramos enteros/as y eso nos permite apasionarnos por la tarea que desarrollamos.

Lo que proponen diferentes corrientes, como la pedagogía crítica, es cuestionar estos principios de división mente/cuerpo porque siempre entramos enteros/as y eso nos permite apasionarnos por la tarea que desarrollamos. Reconocer nuestras emociones y sentimientos nos permite entender las emociones y sentimientos de los/as demás. Y habilita a que otros discursos y experiencias sean posibles en el aula. Por ejemplo, que podamos pensar en qué modelos de masculinidad seguimos reforzando; que podamos empatizar con la tristeza de un alumno o alumna al sentir que su cuerpo no encaja con los cánones belleza actual; identificar abrazos que reconfortan y diferenciarlos de aquellos que hacen daño. Poder entendernos como adultos/as dentro de una situación de continuo aprendizaje; revisando y

valorando críticamente los sentimientos y pensamientos tenemos sobre la propia sexualidad y la afectividad.

## A modo de cierre...

La mayor parte del tiempo, la afectividad está presente en todos los actos de la vida escolar, pero pasa muchas veces desapercibida. A veces incluso se expresa de manera que queda fuera de nuestra primer mirada y sólo la descubrimos cuando algo que pasaba inadvertido se nos muestra como portador de un mensaje. Lo importante es estar atentos/as a lo que sucede en la vida escolar en cuanto a esta dimensión de emociones, sentimientos y vínculos, para que se convierta en un contenido y ocasión de aprendizaje para todos/as.

## POESÍA VERTICAL XII - 33

Vaivén de la ternura,  
que llega o se retira  
como el sueño en un niño,  
manejando distancias  
que se acortan o alargan  
sin cambiar de medida.

El encuentro y la separación  
usan el mismo espacio,  
que despierta a veces hacia un lado  
y a veces hacia el otro,  
como un hombre en su lecho,  
compartido o a solas.

La ternura disuelve  
esa línea ilusoria  
que divide las aguas  
de la separación y del encuentro.

Cerca y lejos no existen.  
Los crea la ternura  
como el mar crea la playa  
con el borde inasible  
de sus sabias mareas.

Vaivén de la ternura...  
(Poesía Vertical XII -33)

Roberto Juarroz

# 6

## GESTIÓN MENSTRUAL

Guía de Educación  
Sexual Integral



## GESTIÓN MENSTRUAL

Según la biología, en algún momento en la adolescencia de las mujeres y otras personas menstruantes<sup>1</sup>, el útero empezará a liberar óvulos. Esto ocurrirá, más o menos, una vez al mes. La menstruación es uno de los cambios que demuestran que el cuerpo está creciendo y funcionando bien.

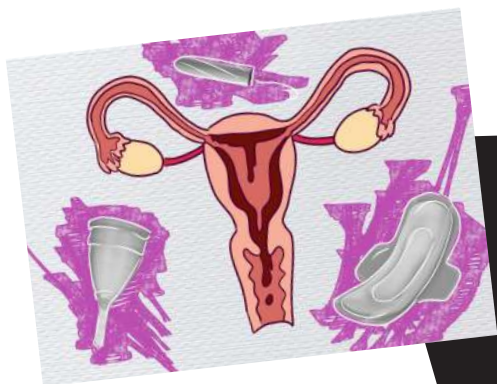
Durante el ciclo menstrual, la cara interna del útero se recubre de sangre y otros tejidos para albergar al óvulo fecundado; si este no es fecundado, esa cubierta, conocida como endometrio, se desprende y sale por la vagina. Es completamente normal que este sangrado tenga diferentes colores, desde un rojo brillante, rosa claro o incluso marrón o café. Esto dura entre 4 a 7 días y usualmente sucede cada 28 a 30 días (aunque dependiendo de cada persona puede ser cada más o menos días

La mayoría de las personas tienen su primera menstruación entre los 11 y 14 años, pero algunas de ellas empiezan a los 8 y otras a los 17 años. El día que comienza el sangrado es el primer día del ciclo menstrual, el cual tiene una duración promedio de 28 días, sin embargo, un ciclo puede durar de 25 a 35 días.



<sup>1</sup> En el grupo de las personas menstruantes hay que incluir a varones trans, algunos casos de intersexualidad y no binaries.

**En los primeros años de menstruación,** los ciclos pueden ser irregulares. Es decir, hay meses que dura más y otros, menos. Esto pasa porque el cuerpo todavía está madurando. Te recomendamos anotar o marcar en un calendario las fechas en que te viene y se va la menstruación cada mes, para conocer mejor cómo se da tu ciclo.

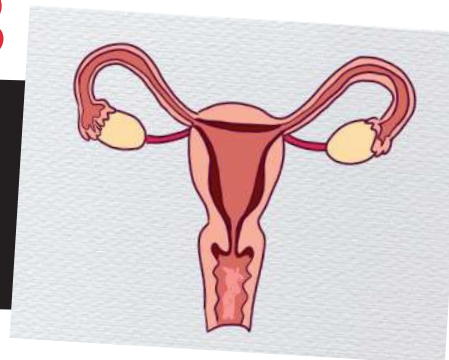


## FASE 1: menstruación

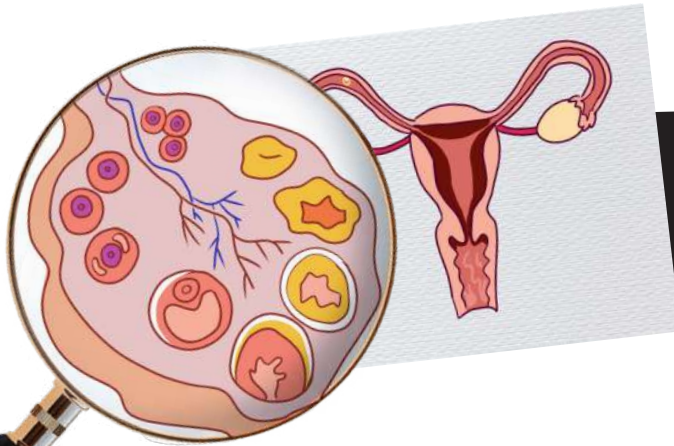
- Se desprende sangre de las paredes de adentro del útero y sale como menstruación.
- Se pueden usar toallitas higiénicas, tampones, algodón, copa menstrual o toallitas de tela.
- Pueden aparecer algunos dolores y cansancio. En estos momentos, baños tibios y más descanso pueden ser muy buenos.

## FASE 2

- Las paredes de adentro del útero quedan delgadas y empiezan a ensancharse muy lentamente.
- Puede haber flujo transparente.



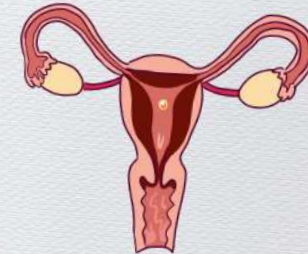
## FASE 3: ovulación



- Se siguen ensanchando las paredes internas del útero.
- De uno de los ovarios sale un óvulo
- Sale un flujo transparente y gomoso

## FASE 4

- Las paredes internas del útero se siguen ensanchando, y se forma una pared esponjosa.
- Es un momento en que se suele sentir hinchazón, molestia en los pechos o cansancio físico.
- Puede haber flujo transparente.



A menudo nos referimos a la menstruación como si fuera una enfermedad y que estás **“indispuesta”**. Es importante pensar en que es un proceso natural. Pero algunas personas tienen dolores intensos y necesitan analgésicos y otros productos para aliviarlos. Hay algunos medicamentos que pueden usarse con moderación si se sentís molestias, pero siempre recetado por tu médico/a.

**LA MIRADA, QUE REDUCE LA MENSTRUACIÓN A UN HECHO FISIOLÓGICO NO PERMITE PROBLEMATIZAR LOS ASPECTOS NEGATIVOS ATRIBUIDOS PARTICULARMENTE A LA CORPORALIDAD DE LAS MUJERES. ENSEÑAR SOBRE UN PROCESO CORPORAL JERARQUIZANDO LOS SABERES BIOMÉDICOS SOBRE LOS APORTES DE OTRAS DISCIPLINAS Y LA PROPIA EXPERIENCIA VIVIDA ES DELEGAR EL SABER SOBRE SU PROPIO CUERPO EN MANOS DE EXPERTOS Y DEL LENGUAJE ESPECÍFICO DE LA MEDICINA Y LA BIOLOGÍA.**

Como señalan **Agostina Mileo y Danila Suárez Tomé**<sup>2</sup> (2018) “*En el caso de la experiencia de la menstruación, uno de los problemas fundamentales es la ignorancia con respecto a qué es y cómo se puede gestionar tanto en niñas y mujeres como en niños y varones trans, y personas menstruantes en general*”. Nuestra sociedad insiste en hacer “invisible” la menstruación y de mantener a una gran parte de las personas menstruantes en la ignorancia. El tabú<sup>3</sup> de la menstruación afecta de manera negativa las vidas de las personas impidiendo tanto su acceso a derechos humanos básicos, como la salud y el cuidado del cuerpo, la no discriminación y el acceso a los recursos necesarios para gestionar incluso a la

propia comprensión de que esos derechos se les están siendo negados.

Según una revisión bibliográfica de los estudios sobre la temática en diversas disciplinas que realizaron Micaela Kohen y Elsa Meinardi<sup>4</sup> (2015) “*existe una mirada negativa de la menstruación, es un proceso que ha tendido a ser disimulado, escondido y silenciado*”.

Señalan también que en el lenguaje coloquial se pueden identificar diversos términos que ayudan a hablar de **aquello que no se nombra**: “*la palabra indispueta, que refiere a la falta de disposición frente a diversas tareas o, en particular, a tener relaciones sexuales durante este proceso.*”

## GLOSARIO

**Tabú:** Prohibición de hacer o decir algo determinado, impuesta por ciertos respetos o **prejuicios de carácter social o psicológico**

<sup>2</sup> Mileo, Agostina; Suárez Tomé, Danila. El tabú de la menstruación como instancia productora y perpetuadora de ignorancia subjetiva y estructural. Avatares Filosóficos, [S.l.], n. 5, p. 159-171, dic. 2019. ISSN 2408-431X. Disponible en: <<http://revistas.filo.uba.ar/index.php/avatares/article/view/3422/2317>>. Fecha de acceso: 03 sep. 2021

<sup>4</sup> Kohen, Micaela; Meinardi Elsa. Problematizando las enseñanzas sobre la menstruación en la escuela: Lo disimulado, lo negativo, lo silenciado. Bio-grafía. Escritos sobre la Biología y su enseñanza. Vol. 8 No.16, Enero–Junio de 2016 ISSN 2027-1034. pp. 179–183 Diponible en: [https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/117824/CONICET\\_Digital\\_Nro.193c3d60-b594-4e0a-8f04-2de9c856b0e8\\_c.pdf?sequence=8&isAllowed=y](https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/117824/CONICET_Digital_Nro.193c3d60-b594-4e0a-8f04-2de9c856b0e8_c.pdf?sequence=8&isAllowed=y)

Términos como ´esos días´, ´la regla´, ´la cosa´, ´estar mala´, ´la enfermedad del mes´, ´días femeninos´, ´días difíciles´ son eufemismos frecuentemente utilizados para referirse a la menstruación y dejan entrever los diversos significados que se le atribuyen” (Cohen y Meinardi, 2015).

No debemos ahondar demasiado para darnos cuenta de que estamos rodeados de señales que muestran la menstruación como algo vergonzante.

Según Cardozo<sup>5</sup> (2015) ya en el Antiguo Testamento aparecen referencias sobre la menstruación relacionadas con el asco, y a la mujer menstruante como inmunda, sucia.

En las publicidades también podemos encontrar pautas de la construcción cultural del sangrado menstrual tanto para ocultar como para mostrar, o mejor, para ocultar y mostrar a la vez. La sangre no se muestra ni se nombra.

Si leemos a la menstruación desde una perspectiva de género podemos decir que es, en primer lugar, una marca de diferenciación entre el varón y la mujer. En segundo lugar, connota una carga de impureza e imperfección natural para ella que la convierte en natural y socialmente inferior. Este ideario de la menstruación, inserto en el ideal de lo femenino y de la mujer en general, es producto de una construcción ideológica androcéntrica y sexista que sostiene un orden social jerárquico basado en la diferencia sexual (Mileo, Danila Suárez Tomé 2018, op. cit).

La perspectiva de la diversidad nos ayuda a pensar que las personas que no encajan en la definición común de "mujeres" pueden ser fácilmente aisladas, marginalizadas, estigmatizadas y discriminadas al momento de hablar sobre menstruación y su gestión. Se hace más difícil para las personas trans y no conformes con el género el acceso a la información y a la asistencia sanitaria en caso de necesitarla



**Puede resultar raro decir "personas que menstrúan" o "menstruantes" en este momento, pero esto es como cambiar cualquier otro tipo de lenguaje sexista. Es más preciso que decir "mujeres" y, además, utilizar un término sin género nos ayuda a proporcionar información vital para todo el mundo que lo necesite, sea cual sea su género.**

<sup>5</sup>Cardozo, Sofía. Sangre menstrual: una perspectiva sociológica. Memorias XI Jornadas de Sociología de la UBA. Disponible en: [https://www.colibri.udelar.edu.uy/jsui/bitstream/20.500.12008/9986/1/TS\\_CardozoSof%C3%ADa.pdf](https://www.colibri.udelar.edu.uy/jsui/bitstream/20.500.12008/9986/1/TS_CardozoSof%C3%ADa.pdf)

## GESTIÓN MENSTRUAL<sup>6</sup>

Siguiendo a Mileo y Suárez Tomé podemos decir que *“la menstruación es, en sí misma, un hecho fisiológico que presenta necesidades particulares: acceso a agua limpia, instalaciones sanitarias adecuadas que permitan la privacidad, elementos de gestión de higiene menstrual (toallitas, tampones, paños absorbentes lavables, copa menstrual, etc.), lugar para la correcta eliminación de los desechos y, especialmente, conocimiento y visibilización de la temática que permita el acceso universal a la información necesaria para su gestión. Sin embargo, muchas personas carecen de los conocimientos, apoyo y recursos para gestionar su menstruación de modo saludable e informado”*.

Desde una perspectiva de derechos humanos, existe una conexión que la menstruación tiene con la pobreza, la educación, la equidad de género, la salud, la justicia reproductiva y el desarrollo. Veamos algunos ejemplos:

- Según se encuentra establecido en WASH (programa de UNICEF), la falta de acceso a elementos de gestión menstrual y a condiciones básicas de higiene comporta una violación del derecho a la dignidad de las personas que menstrúan. Es el caso de personas que viven en zonas sin cloacas, agua corriente o de acceso restringido —como ciertas áreas rurales— y de quienes se encuentran en situación de calle.

- Se estima que a nivel global niñas y jóvenes pierden entre el 10% y el 20% de los días de clase por causas relacionadas con la falta de acceso a medios que les permita gestionar la menstruación. El inicio de la menstruación presenta retos particulares para las personas en edad escolar, quienes sienten vergüenza, confusión y miedo debido a la falta de conocimientos, la incapacidad de controlar el flujo menstrual o por ser el objeto de burla de sus pares.

- Menstruar representa un costo extra e inevitable que deben enfrentar las personas con salarios más bajos que el promedio de la economía y mayores obstáculos para insertarse en el mercado laboral for-

### GLOSARIO<sup>6</sup>

**Gestión menstrual:** Todo elemento de contención utilizado durante la menstruación tales como: toallas higiénicas (descartables o reutilizables), tampones, copas menstruales, esponjas marinas y ropa interior absorbente, etc.





# LA MENSTRUACIÓN ES UN HECHO FISIOLÓGICO QUE PRESENTA **NECESIDADES PARTICULARES**

Mileo y Suárez Tomé

mal. Según estas estimaciones, por año, las personas menstruantes gastan entre \$1.933 y \$4.327 para gestionar su menstruación, dependiendo de qué productos usen. Es decir, en un hogar del 10% más pobre con dos mujeres que menstrúan, se gasta por año el equivalente a casi un mes entero de ingresos. (D'Alessandro y otros/as, 2021).

- La gestión menstrual también afecta el derecho al medio ambiente. Banco de Bosques estima que en un año se destinan 10.140 toneladas de pasta fluff proveniente del desmonte de selva nativa a la producción de toallitas y tampones. Con esto, las 10 millones de persona menstruantes de Argentina producen 132 mil toneladas de basura no reciclable ni biodegradable

anualmente. Otros métodos reutilizables, como la copa menstrual, no se publicitan en medios masivos ni son subsidiados por el Estado limitando el acceso.

## #MESTRUACIÓN

La campaña **#Mestruación** llevada adelante por la organización Economía Feminista es un buen ejemplo de cómo la gestión menstrual **debe salir de los ámbitos privados** para convertirse en un tema de agenda pública y política.

# #MESTRUACIÓN

- **Visibilicemos** la menstruación y luchemos porque el Estado reconozca estos productos como lo que son: **artículos de primera necesidad**. La falta de ellos impide trabajar o estudiar y nos expone a enfermedades evitables.
- Además, es importante proveer **alternativas ambientalmente sostenibles**. Los productos de gestión menstrual deben ser considerados de primera necesidad y no estar afectados por el IVA que hoy representa un impuesto por menstruar.
- Necesitamos que su **distribución** sea **gratuita** en escuelas, universidades, comedores, espacios comunitarios, cárceles y refugios para personas en situación de calle.
- Necesitamos además, generar datos e investigación sobre los efectos de su uso, desarrollo de **productos que cuiden nuestra salud**. En un contexto de desigualdad, garantizar estos productos contribuye a que las personas en situaciones de vulnerabilidad no vean aún más reducidas sus posibilidades de inserción social.

<https://economiafeminita.com/campana-menstruacion/>

En el marco de la campaña también se elaboró el material didáctico “ESImportante hablar de menstruación”<sup>7</sup> para que los/as docentes puedan incorporar el tema en los contenidos transversales de la ESI.

<sup>7</sup> Disponible en: <https://esconesi.com/wp-content/uploads/2020/09/ESImportante-hablar-de-Menstruacion-Material-Docente.pdf>

# NOS PONEMOS EN ACCIÓN



A los efectos de brindar algunas ideas para abordar los temas de la Guía púberes y adolescentes les proponemos algunas dinámicas grupales.

## Género

- Silueta

---

**METODOLOGÍA:** Trabajo en grupo

**DURACIÓN:** 45 minutos

**OBJETIVO:** Comprender el concepto de género, masculinidad y feminidad

**MATERIAL:** Papel afiche / Marcadores

---

### **Desarrollo de la dinámica:**

Dividimos a los/as asistentes en **dos grupos**, que se situarán en lugares diferentes o en dos rincones distantes del salón.

- Pedimos a uno de los a los grupos que dibujen la silueta de un hombre y al otro el de una mujer. Para ello, se entregan varios papeles afiche a cada grupo y se propone que una persona de cada uno se tumbe en el papel para que el resto pueda trazar su silueta.
- Cuando la silueta del hombre esté terminada, pedimos que señalen con palabras o imágenes sobre la silueta las características que hacen que esta persona sea mujer o varón según corresponda. Les damos **15 minutos** para esta tarea. Es importante que quienes coordinamos la dinámica de grupo tratemos de que, además de características físicas, aparezcan roles y mandatos.
- Cuando estén listos, pedimos a un grupo que interprete los resultados del dibujo del grupo contrario, registrando los diferentes elementos que ven reflejados. Cuando hayan terminado, proponemos que el grupo aporte lo que crea necesario y no haya sido comentado. Repetimos el proceso con el dibujo del otro grupo.
- Colgamos los dibujos en la pared y pedimos a lxs participantes que debatan los siguientes puntos:  
— **¿Encajan los hombres y mujeres que conoces en estos dibujos? Si no es así, ¿Por qué?**
- Los/as coordinadores/as vamos haciendo una lista de las respuestas y al finalizar leemos los resultados a los/as participantes. (En este punto el ejercicio puede servir también para trabajar las diferencias entre sexo y género a partir de lo que aparece en las siluetas).
- Preguntamos de nuevo si los hombres y las mujeres tienen todas esas características todo el tiempo o si éstas van cambiando. ¿Pueden nombrar algunos de esos cambios?
- Discutimos estas nociones y concluimos explicando que hay muchos tipos de masculinidad y feminidad en la sociedad, por lo que no hay caminos concretos o predeterminados para convertirse en un hombre o mujer. Y que los roles y mandatos de género van cambiando con las épocas.

## Derechos

### • Derechos Humanos: ¿se te dan? ¿se te quitan?

**METODOLOGÍA:** Trabajo de auto reflexión individual y debate grupal

**DURACIÓN:** 20 minutos

**OBJETIVO:** Reflexionar sobre los derechos humanos, su goce y los efectos sobre la vida de las personas cuando son violados o conculcados.

**MATERIAL:** Tarjetas de cartulina del tamaño de una baraja y marcadores.

#### **Desarrollo de la dinámica:**

- Les pedimos a lxs asistentes que tomen cinco de las tarjetas y que escriban individualmente cinco Derechos Humanos que les parezcan fundamentales; uno por cada tarjeta.
- Luego solicitamos que las sujeten como si fueran cartas, con los derechos mirando hacia ellxs, sin que usted pueda verlos. Todxs deben guardar silencio y limitarse a observar lo que sucede. Lxs coordinadorxs recorreremos la sala y les quitamos las tarjetas con derechos aleatoriamente - una tarjeta a algunas personas, todas a otras, dos a algunas, ninguna a unas pocas –
- Abrimos un debate breve sobre **qué se siente cuando te quitan aleatoriamente esos derechos**. Las reacciones que se cabe esperar de les participantes son: sentirse vulnerables, agredidos/as, tratados/as injustamente, etc. Anotamos los sentimientos que surgen del debate en un pizarrón.
- Señalamos aquí que, a muchas de las personas, incluidos/as nosotros/as, se les suelen quitar, violar o no respetar arbitrariamente sus Derechos Humanos básicos, en ocasiones por parte de los gobiernos, a veces por las comunidades e incluso en sus lugares de trabajo u otras instituciones. Al final del debate, haga saber a lxs asistentes que el ejercicio no era «real» para los presentes en la sala, y que «les restauramos los derechos que les habíamos quitado».

- Para cerrar la actividad les proponemos que proyecten o el video “La Historia de los Derechos Humanos”, que permite conocer cómo se inició y desarrolló la lucha por los Derechos Humanos en la historia de la humanidad. (Duración: 9.44 minutos). Este video está disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=fiQmq8NO4zg>

## Diversidad

- **Fin de año**

---

**METODOLOGÍA:** Trabajo en pequeños grupos.

**DURACIÓN:** 25 minutos

**OBJETIVO:** Reflexionar sobre nuestros prejuicios y reacciones frente a la diversidad sexual.

**MATERIAL:** Una copia del relato y las preguntas guía para cada grupo participante.

---

### **Desarrollo de la dinámica:**

- Dividimos a lxs asistentes en **pequeños grupos (máximo 4 personas)**.
- Entregamos a cada grupo la hoja con el relato sin el final. Pedimos que lo lean en voz baja y que respondan las preguntas que se formulan abajo.
- Una vez finalizada la tarea, pedimos a una persona por grupo que lea sus respuestas y generamos un debate sobre las diferentes opciones y propuestas.

- La coordinación lee en voz alta el final del relato e indagamos sobre lo que piensan de las reacciones y de los sentimientos de Nina y de sus amigxs. Lo ideal es que este debate permita identificar situaciones de discriminación, malestar y sufrimiento que se generan a partir de los prejuicios.

### **Relato:**

*“Me llamo Nina. Soy bisexual, aunque en la actualidad tengo una relación con otra chica. Con mis amigxs del siempre organizamos una fiesta de Fin de Año. El año pasado en la invitación decía: “Podés traer a tu media naranja”. Después de pensarlo mucho me decidí a ser valiente y llevar a mi novia conmigo. Estaba muy nerviosa. Me temblaban las manos y, si mal no recuerdo, me tomé un par de cervezas para tener el valor de presentarla a todos. La presenté como mi pareja”.*

### **Preguntas para la reflexión:**

- ¿Cómo creen que reaccionaron sus amigxs?
- ¿Qué se imaginan que le dijeron a Nina y a su novia?
- ¿Le habrán hecho alguna pregunta? ¿Cuál?
- ¿Cómo habrá sido el trato de sus amigxs después cuando volvieron encontrarse en el club?
- ¿Cómo cree que hubiesen reaccionado ustedes en esa situación?

### **Final (este texto solo lo tendrán lxs coordinadorxs)**

*Tenía mucho miedo y estaba pendiente de sus reacciones. Fueron muy diversas: algunxs se quedaron con la boca abierta, otrxs nos observaron con curiosidad y otrxs me hicieron sentir contenta y relajada. Estuvimos sentados charlando. “Así que es tu pareja, ¡qué bien!”. Algunas personas pensaron que estaba bromeando. Lo pasamos muy bien. Esa noche me sentí libre y pensé que a partir de ese momento viviría tranquila y feliz. Pero cuando volví al club después de la fiesta de Año Nuevo me di cuenta de que alguna personas parecían tratarme de forma diferente. No puedo decirlo con exactitud, pero, por ejemplo, personas que antes eran buena onda conmigo se distanciaron un poco y fueron más frías.*

## Gestión menstrual

### • Ejercicio de identificación y uso del lenguaje

---

#### *Reflexión previa*

Para la ESI es fundamental usar nombres adecuados, científicos, al momento de hablar sobre el ciclo menstrual.

“Los eufemismos que se utilizan para hablar de la menstruación frecuentemente enmascaran la experiencia de menstruar y perpetúan la violencia. Sin embargo, imponer ciertos términos como correctos presupone que los términos que usan los y las alumnas son necesariamente incorrectos. Al querer alentar el diálogo sobre un tema tabú, esto puede hacerles sentir que lo que saben está mal, incentivando una dinámica en la que el profesor o profesora imparte el saber ante una audiencia pasiva. Es recomendable, entonces, proponer una reflexión conjunta, en la que el o la docente cuente cómo llamaban a la menstruación en su casa y pregunte al estudiantado cómo le dicen ellos y ellas y que, por último, entre todos y todas piensen qué quieren decir en realidad estas palabras (por ejemplo: ¿está bueno decirle Andrés? ¿no es loco llamar a la menstruación con nombre de varón? ¿qué queremos decir cuando decimos que alguien está “indispuesta”? ¿que no está dispuesta a qué?). Luego, se puede debatir y decidir de modo grupal cuáles son los términos que resultan más adecuados para hablar del tema”<sup>8</sup>.

<sup>8</sup>Texto extraído de la cartilla “Hablar de menstruación en el aula. Un desafío para la educación sexual integral” editada por la organización Economía Feminista. Disponible en: [https://drive.google.com/file/d/1kwy\\_BaJmLs31p80IhuT10xvzjFVspX8T/view](https://drive.google.com/file/d/1kwy_BaJmLs31p80IhuT10xvzjFVspX8T/view)



### Desarrollo del trabajo grupal

Les pedimos a los/as chicos/as que hagan una lista con todas las palabras o frases que se usan en tu entorno (familia, escuela, otros grupos) para nombrar a la menstruación. Pueden realizar la lista en forma individual y luego las comparten en plenario o podemos optar por hacer la pregunta al grupo e ir anotando nosotros/as las respuestas en una pizarra o papel afiche.

Nombre utilizado	Reflexión sobre su sentido
Ejemplo: “Esos días”	

A continuación les proponemos debatir en base a algunas preguntas:

- ¿En algunos de los nombres utilizados hay una carga negativa en el lenguaje? ¿Algunos de ellos buscan esconder alguna cuestión? ¿Son graciosos? ¿Cuáles les parecen los más adecuados?

### Ejercicio sobre mitos y verdades

#### Investigación y reflexión previas

Hay muchos mitos y verdades que giran alrededor de la menstruación. Te invitamos a que leas e investigues sobre cada uno de ellos y puedas concluir si es verdadero o falso y por qué llegaste a esa conclusión.

AFIRMACIÓN	MITO	VERDAD	¿POR QUÉ?
Si tenés relaciones sexuales durante tu período, no podés embarazarte			
La menstruación se presenta sólo en chicas o personas menstruantes que han tenido relaciones sexuales			
Todas las personas menstruantes sufren dolores durante la menstruación			
Si te ponés un tampón podés perder la virginidad			
Si una chica o persona menetrante tiene su período, ya puede tener relaciones sexuales			
Con el tiempo los dolores menstruales desaparecen			
No es recomendable tomar nada para el dolor durante la menstruación			
Sólo si estoy embarazada se suspende el período menstrual			

AFIRMACIÓN	MITO	VERDAD	¿POR QUÉ?
Comer cosas frías durante tu período puede causarte dolor			
Durante la menstruación podés ir a la escuela, hacer cualquier deporte, incluso nadar			
La copa menstrual sirve como método anticonceptivo			
La higiene íntima durante la menstruación es segura y muy recomendable			

### Desarrollo del trabajo grupal

Una vez completado el cuadro, ya estarás en condiciones de compartir esos mitos con los/as chicas. Se puede trabajar entregando el cuadro de Verdadero o Falso en blanco para que cada uno/a lo complete y después se discuta en plenario. Otra opción es que trabajen los mitos en pequeños grupos, anoten las conclusiones y luego las compartan con el resto de los/as participantes.

En nuestro rol de coordinador/a iremos develando la respuesta correcta y ofreciendo información para justificarlas.

## • Instituciones con derechos, instituciones saludables

---

### *Reflexión previa*

¿Qué debe tener mi escuela, institución u organización para que sea amigable con el manejo de la menstruación? ¿garantiza los derechos de las personas menstruantes?

Es útil saber todo lo que necesitan las personas menstruantes de tu escuela o institución para cuidarse y estar cómodas durante la menstruación. Estas son las características de las instalaciones de agua, saneamiento e higiene amigables con el manejo de la menstrual en las escuelas:

- Las/os alumnas/os y el personal de la escuela tienen una cantidad suficiente de baños.
- Los baños de los maestros, maestras y otras personas adultas deben estar separados de los de niños y niñas.
- Las instalaciones son de fácil acceso, seguras y están bien iluminadas.
- Los baños son adecuados y acordes a la cultura y el contexto local.
- Los baños cuentan con agua y otros insumos de higiene como papel y jabón; y su limpieza y mantenimiento están garantizados.
- Hay al menos un baño adecuado para el manejo de la higiene menstrual en donde niños, niñas y adolescentes cuenten con agua y jabón para asearse y para cambiar materiales de higiene en privado.
- Los baños deben estar siempre abiertos y en funcionamiento (nunca cerrados con candado).
- Los baños cuentan con instalaciones de lavado de manos, así como con toallas de tela o papel para el secado de manos.
- Las instalaciones son accesibles y cubren las necesidades de todos y todas, incluidas las personas con discapacidad o con limitaciones de movilidad.
- Hay tachos de basura con tapa para recolectar materiales de higiene menstrual.
- La escuela es limpia y segura al contar con prácticas adecuadas de gestión de basura.

## Desarrollo del trabajo grupal

Proponer reflexionar con un grupo de chicas y chicos a partir de esta pregunta:

- En tu escuela u organización ¿cómo están las instalaciones de agua, saneamiento e higiene? Compartir con el grupo la lista que incluimos en la introducción de este ejercicio como guía para responder la pregunta.

Para corroborar las respuestas de chicos y chicas te proponemos hacer un recorrido por tu escuela o institución junto con ellos/as y proponerles tomar nota de cuántos de estos puntos se cumplen.

¿Cuáles son algunas acciones —especialmente pequeñas acciones— que la escuela o la institución, las familias, directivos/as, maestros/as y alumnos/as, usuarios/as pueden llevar a cabo para mejorar la situación actual?

Estado de las instalaciones de agua, saneamiento e higiene de mi escuela o institución	Acción	Responsable	¿Qué se necesita?

¿Cuáles son las acciones –de infraestructura- que la comunidad podría reclamar a las autoridades (gubernamentales o institucionales) para garantizar el derecho a una correcta gestión menstrual?

Estado de las instalaciones de agua, saneamiento e higiene de mi escuela u organización	Acción	Responsable	¿Qué se necesita?

Una vez completados los cuadros del estado de agua e higiene, preséntenla por equipo a los maestros o maestras, coordinadores/as, padres y madres de familia y directivos, etc.

Otra opción es proponerles a chicos y chicas que piensen una campaña de difusión para hacer visible este problema en la escuela u organización y mostrar las propuestas de cambio.

# NOTAS

A series of horizontal dotted lines for writing notes. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page, providing a guide for text alignment.

# NOTAS

A series of 12 horizontal dotted lines, evenly spaced, intended for writing notes. The lines are orange and extend across the width of the page.



La **Educación Sexual Integral (ESI)** es un derecho de todos los niños, niñas y adolescentes del país, y debe ser implementada en todas las escuelas, ya sean privadas o estatales, en sus tres niveles educativos: inicial, primaria, secundaria. Esta guía fue pensada, elaborada y diseñada para dar un aporte más al trabajo de todas aquellas personas adultas que trabajan con niños, niñas y adolescentes en diversos ámbitos y desean desarrollar proyectos de ESI a partir de sus 5 ejes conceptuales: **cuidado del cuerpo y la salud; ejercicio de los derechos; respeto por la diversidad; valoración de la afectividad y perspectiva de género.**

En este marco, sumamos a esta guía el tema de **gestión menstrual**, como un eje importante y sustancial a trabajar con niñas, niños, adolescentes y jóvenes; brindando información sobre la menstruación y los cambios que se generan en la adolescencia; como así también sobre las prácticas de higiene y los elementos utilizados, su impacto e implicancias en el cuerpo de las personas menstruantes y en el medio ambiente.

