

ISAWP: Sexualidad inclusiva: un mundo de posibilidades

Guía de buenas prácticas

Aviso legal, reconocimientos y derechos de autor

Reconocimiento

Este documento ha recibido financiación de la Comisión Europea en virtud del Acuerdo de Subvención número 2024-1-ES02-KA210-YOU-000247025, proyecto Erasmus+ de Asociación a Pequeña Escala “ISAWP: Sexualidad Inclusiva, un Mundo de Posibilidades”.

Aviso legal

El apoyo de la Comisión Europea para la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores. La Comisión no puede ser considerada responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.

Aviso de derechos de autor

CC BY-NC-SA

Esta licencia permite a los reutilizadores distribuir, remezclar, adaptar y crear a partir del material en cualquier medio o formato, únicamente para fines no comerciales, y siempre que se otorgue el crédito correspondiente al autor. Si remezclas, adaptas o creas a partir del material, debes distribuir la obra resultante bajo los mismos términos de licencia.

CC BY-NC-SA incluye los siguientes elementos:

- BY: se debe dar crédito al autor.
- NC: solo se permiten usos no comerciales de la obra.
- SA: las adaptaciones deben compartirse bajo las mismas condiciones.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	4
1. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES	4
1.1 Enfoque Basado en Derechos e Inclusión	5
1.2 Perspectiva de Género e Interseccionalidad	6
2. TEMAS CLAVE EN LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL	7
2.1 Relaciones	7
2.2 Valores, Derechos, Cultura y Sexualidad	7
2.3 Comprender el Género	7
2.4 Violencia y Seguridad Personal	8
2.5 Habilidades para la Salud y el Bienestar	8
2.6 El Cuerpo Humano y el Desarrollo	8
2.7 Sexualidad y Comportamiento Sexual	8
2.8 Salud Sexual y Reproductiva	9
3. BUENAS PRÁCTICAS POR GRUPO DE INTERÉS	9
3.1 Con Jóvenes con Discapacidades del Desarrollo	10
3.2 Con Familias y Personas Cuidadoras	10
3.3 Con Personas Profesionales y Personas Formadoras	11
3.4 Abordar Temas Tabú, Estereotipos e Interacciones Difíciles	12
4. MONITOREO, EVALUACIÓN Y MEJORA CONTINUA	15
5. RECURSOS Y REFERENCIAS	16
6. GLOSARIO	17

INTRODUCCIÓN

0.1 Propósito de la guía

La educación en sexualidad es un derecho humano fundamental, sin embargo, las personas jóvenes con discapacidades —en particular aquellas con discapacidades del desarrollo y cognitivas— a menudo carecen de acceso a una enseñanza inclusiva y de alta calidad. Esta guía sintetiza métodos basados en evidencia, estándares internacionales y prácticas innovadoras pilotadas por socios en España, Portugal y Turquía para:

1. Garantizar que la educación afectivo-sexual sea accesible, atractiva y relevante para personas entre 15 y 24 años con discapacidades del desarrollo.
2. Proporcionar a personas formadoras, familias y personas profesionales herramientas y estrategias prácticas para diseñar, facilitar y evaluar sesiones en los ocho conceptos clave de la educación integral en sexualidad de la UNESCO.
3. Promover un enfoque basado en derechos, sensible al género y con perspectiva de trauma que fomente la autonomía, el respeto y el bienestar.

0.2 ¿A quién va dirigida?

Esta guía está dirigida a:

- Personas formadoras y facilitadoras que diseñan e imparten módulos afectivo-sexuales en contextos formales o no formales.
- Personas desarrolladoras de currículos que integran el diseño universal para el Aprendizaje y la pedagogía inclusiva en los programas de educación en sexualidad.
- Familias y personas cuidadoras que buscan reforzar el aprendizaje en el hogar y crear un entorno de apoyo para las conversaciones sobre sexualidad y relaciones.
- Personas profesionales de la educación y la salud (educadoras, terapeutas, psicólogas, trabajadoras sociales, etc.) que coordinan apoyos multidisciplinares para jóvenes con discapacidad.

0.3 Cómo usar esta guía

1. Lea la Sección 1 (Principios Fundamentales) para fundamentar su trabajo en marcos basados en derechos, interseccionales e inclusivos.
2. Consulte la Sección 2 (Temas Clave) para obtener resúmenes concisos de los ocho conceptos de la UNESCO, asegurando una progresión coherente desde los conceptos básicos hasta los temas avanzados.
3. Aplique la Sección 3 (Buenas Prácticas por Grupo de Interés) para estrategias adaptadas a jóvenes con discapacidad, familias y personas profesionales.
4. Utilice la Sección 5 (Recursos y Referencias) para acceder a guías, sitios web y canales multimedia disponibles públicamente.

Adapte con flexibilidad: cada módulo puede impartirse telemáticamente, presencialmente o en formatos híbridos, y las actividades pueden modificarse para ajustarse a tamaños de grupo específicos, contextos culturales y capacidades tecnológicas.

1- Principios Fundamentales

Esta sección establece los fundamentos teóricos y éticos de la educación afectivo-sexual inclusiva. Al centrar la atención en los derechos humanos, la accesibilidad universal y la conciencia interseccional, las personas formadoras garantizan que cada estudiante—independientemente de su perfil cognitivo o de desarrollo— reciba el apoyo y respeto que merece.

1.1 Enfoque Basado en Derechos y en la Inclusión

La educación afectivo-sexual no es un lujo, sino un derecho humano fundamental. El Artículo 24 de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) establece la educación inclusiva “sin discriminación y sobre la base de la igualdad de oportunidades”, exigiendo explícitamente la “adaptación razonable a los requisitos del individuo”. En la práctica, esto significa:

Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA):

- **Múltiples Medios de Representación:** Presentar los conceptos centrales mediante al menos tres formatos: resúmenes textuales, secuencias de pictogramas (de la biblioteca RSAC) y animaciones narradas (por ejemplo, videos de AMAZE sobre pubertad y consentimiento).
- **Múltiples Medios de Expresión:** Permitir que las y los estudiantes demuestren su comprensión mediante explicaciones verbales, dibujos de guiones gráficos con pictogramas o dramatizaciones. Proporcionar plantillas que estructuren cada modo (por ejemplo, “dibuja tres pasos para pedir consentimiento”).
- **Múltiples Medios de Participación:** Incluir opciones y relevancia ofreciendo a los estudiantes temas a elegir (por ejemplo, relaciones románticas vs. límites en línea) e incorporar encuestas interactivas (ej. nubes de palabras en Mentimeter) para reflejar intereses personales.

Materiales Accesibles:

- **Accesibilidad Visual:** Utilizar esquemas de alto contraste (texto oscuro sobre fondo claro), fuentes sans-serif de mínimo 18 puntos y presentaciones simples con una idea por diapositiva.
- **Accesibilidad Cognitiva:** Emplear lenguaje fácil de leer —oraciones cortas, voz activa— y acompañar cada párrafo con un pictograma que ilustre la idea principal. Siempre que sea posible, incluir un recuadro de “resumen fácil de leer” al final de cada material.
- **Accesibilidad Multimedia:** Garantizar que todos los videos incluyan subtítulos sincronizados y descripciones de audio. Proporcionar transcripciones descargables y una opción de reproducción solo de audio.

Adaptaciones Razonables:

- **Tiempo Extendido:** Permitir tiempo adicional para cuestionarios, dramatizaciones y debates.
- **Tecnología Asistiva:** Facilitar el uso de lectores de pantalla, software de texto a voz y dispositivos de entrada alternativos para estudiantes con dificultades motoras o de lectura.
- **Agrupamiento Flexible:** Ofrecer opciones tanto de trabajo en pequeños grupos como individual para temas sensibles, permitiendo que los estudiantes elijan el formato en el que se sientan más seguros.

1.2 Perspectiva de Género e Interseccionalidad

La educación en sexualidad debe ir más allá de presentar hechos neutrales; debe confrontar y dismantelar los sistemas interseccionales de desigualdad que moldean la vida de los y las estudiantes. Dos marcos complementarios guían este trabajo:

Herramientas de Análisis de Género:

- **Marco “Persona Pan de Jengibre”:** Este modelo accesible desagrega el sexo asignado al nacer, la identidad de género, la expresión de género y la atracción en cuatro deslizadores. Las personas formadoras pueden usar versiones táctiles o impresas, acompañadas de términos clave en letra grande, para ayudar a los estudiantes a ubicarse en cada continuo.
- **Discusión de Estudios de Caso:** Presentar breves viñetas —“Alex usa distintos pronombres y se viste con ropa que su cultura considera masculina”— y facilitar análisis en pequeños grupos sobre cómo las expectativas sociales afectan las relaciones y la autoestima de Alex.

Interseccionalidad:

- **Introducción al Concepto:** Acuñado por Kimberlé Crenshaw (1989), la interseccionalidad ilumina cómo múltiples identidades (por ejemplo, ser autista, latina y transgénero) se combinan para producir experiencias únicas de privilegio y marginación.
- **Actividad de Mapeo Personal:** Los estudiantes completan una hoja de trabajo sencilla listando tres marcadores de identidad (por ejemplo, discapacidad, género, religión) y, con apoyo del facilitador, identifican un desafío y una fortaleza asociada a cada uno. Este ejercicio visual fomenta la empatía y la auto-comprensión.

Espacios Seguros:

- **Co-Creación de Normas:** En la primera sesión, desarrollar colaborativamente una “Carta de Respeto” usando pictogramas para los acuerdos clave:
 - No juzgamos ni nos reímos de la opinión o sentimientos de nuestros compañeros y compañeras
 - Lenguaje Respetuoso: Bocado de diálogo + “Habla con amabilidad, sin insultos.”
 - No hay Preguntas Incorrectas: Signo de interrogación + “Todas las preguntas son bienvenidas.”
- **Aplicación Continua:** Mostrar la Carta en pantalla y en pósters impresos. Designar un “Guardia del Espacio Seguro” rotativo entre los estudiantes para recordar los acuerdos cuando las discusiones se intensifiquen.

Desafiar Estereotipos:

- **Quiz Mito vs. Realidad:** Usar encuestas interactivas para desmentir ideas erróneas comunes —por ejemplo, “Mito: Las personas con discapacidades del desarrollo no pueden sentir atracción sexual” (Falso). Seguir con un breve testimonio en video de un defensor que relate sus propias experiencias.
- **Modelar Lenguaje Inclusivo:** Las personas formadoras usan consistentemente términos centrados en la persona o en la identidad según la preferencia de cada estudiante (por ejemplo, “persona con síndrome de Down” vs. “persona Down”), demostrando respeto por la autonomía en la autoidentificación.

Este enfoque no solo educa, sino que también afirma identidades, cultivando un entorno en el que cada participante se sienta visible, respetado y empoderado.

2- Temas Clave en la Educación Afectivo-Sexual

Esta sección presenta definiciones breves de los ocho conceptos clave de la UNESCO para la educación integral en sexualidad (EIS), adaptados para estudiantes de 15 a 24 años con discapacidades del desarrollo. Cada concepto se construye sobre el anterior, asegurando una progresión coherente desde habilidades interpersonales básicas hasta conocimientos avanzados sobre salud sexual y reproductiva.

2.1 Relaciones

Definición: Conocimientos y habilidades necesarios para desarrollar y mantener conexiones interpersonales respetuosas, afectuosas y consensuadas.

Componentes Clave:

- Vínculos familiares, de amistad, románticos y entre pares
- Técnicas de comunicación (escucha activa, “mensajes en primera persona”)
- Límites y respeto mutuo

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Secuencias de pictogramas que ilustran escenarios típicos de relaciones
- Guiones para dramatizaciones con diálogos simplificados
- Encuestas interactivas para evaluar percepciones de relaciones saludables vs. no saludables

2.2 Valores, Derechos, Cultura y Sexualidad

Definición: Comprender cómo las normas culturales, los derechos humanos y los valores personales influyen en las actitudes y comportamientos relacionados con la sexualidad.

Componentes Clave:

- Marcos de derechos humanos (por ejemplo, CDPD)
- Influencias culturales y religiosas
- Valores personales y sociales sobre sexo y género

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Estudios de caso fáciles de leer que contrastan distintas perspectivas culturales
- Ejercicios de “Mito vs. Realidad” para desmontar estereotipos
- Discusiones estructuradas utilizando tarjetas visuales de clarificación de valores

2.3 Comprender el Género

Definición: Exploración de la identidad de género, expresión, roles y relaciones de poder.

Componentes Clave:

- Distinción entre sexo, identidad de género y expresión de género
- Procesos de socialización y estereotipos
- Dinámicas de poder y violencia basada en género

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Herramienta visual “Persona Pan de Jengibre” con etiquetas grandes y descripción de audio
- Actividades de clasificación: asociar ejemplos a conceptos (identidad, expresión)
- Narración en pequeños grupos para compartir experiencias personales

2.4 Violencia y Seguridad Personal

Definición: Habilidades y conciencia para reconocer, prevenir y responder a la violencia y el acoso basados en género.

Componentes Clave:

- Definiciones de consentimiento y coerción
- Estrategias de intervención de terceros
- Planificación de seguridad personal y redes de apoyo

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Gráficos de “continuo del consentimiento” basados en pictogramas
- Práctica guiada en habilidades de rechazo (“No significa no”)
- Diagramas de flujo simples que muestren los pasos seguros para reportar

2.5 Habilidades para la Salud y el Bienestar

Definición: Habilidades para la vida que promueven la salud física, mental y emocional.

Componentes Clave:

- Inteligencia emocional y manejo del estrés
- Toma de decisiones y resolución de problemas
- Autodefensa y resiliencia

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Registro de emociones con emojis y ejercicios de regulación del estado de ánimo
- Guías visuales paso a paso para procesos de decisión
- Círculos de apoyo entre pares con indicaciones del facilitador

2.6 El Cuerpo Humano y el Desarrollo

Definición: Información precisa sobre anatomía, cambios corporales durante la pubertad y desarrollo sexual normal.

Componentes Clave:

- Anatomía y fisiología reproductiva
- Hitos puberales (menstruación, erección)
- Variaciones en el desarrollo

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Modelos táctiles y visualizaciones 3D de la anatomía
- Gráficos simples que emparejen imágenes con términos clave
- Videos animados con subtítulos (por ejemplo, Amaze)

2.7 Sexualidad y Comportamiento Sexual

Definición: Comprender los sentimientos sexuales, los comportamientos, la orientación y el espectro de la expresión sexual.

Componentes Clave:

- Diversas expresiones de intimidad y placer
- Comportamientos sexuales saludables frente a riesgosos
- Respeto por orientaciones e identidades diversas

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Escenarios con pictogramas que representen intimidad consensuada
- Juegos de clasificación “Toque bueno / Toque malo”
- Definiciones accesibles de términos de orientación e identidad

2.8 Salud Sexual y Reproductiva

Definición: Conocimiento integral sobre anticoncepción, prevención de ITS, embarazo, derechos reproductivos y servicios de salud.

Componentes Clave:

- Métodos anticonceptivos y protección dual
- Transmisión, prevención y tratamiento de ITS/VIH
- Atención prenatal, parto seguro y atención postaborto
- Acceso a servicios de salud sexual y reproductiva amigables para jóvenes

Adaptaciones para Discapacidades del Desarrollo:

- Menús visuales de una página con opciones anticonceptivas
- Dramatización: solicitar una cita en la clínica por teléfono
- Directorio de servicios locales y en línea en formato fácil de leer

3- Buenas Prácticas: diferentes grupos de interés

Para entender los principios de alto nivel y los conceptos clave en experiencias de aprendizaje concretas, es esencial adaptar las estrategias a las necesidades y contextos de cada grupo de interés. La Sección 3 describe las mejores prácticas para tres públicos principales: personas jóvenes con discapacidades del desarrollo, sus familias y personas cuidadoras, y las personas profesionales que diseñan e imparten los programas, de manera que cada lección sea accesible, atractiva y respetuosa de las realidades vividas.

Centrándose en los perfiles cognitivos y comunicativos de las y los estudiantes. Las personas formadoras pueden adaptar el contenido mediante el diseño de pictogramas con el mensaje como prioridad, la entrega multisensorial y actividades estructuradas que fomenten la confianza para expresar consentimiento, manejar relaciones y defender derechos personales. Simultáneamente, dotar a las familias de herramientas fáciles de leer, materiales para desmontar mitos y formatos de diálogo estructurados asegura que el aprendizaje continúe más allá del aula, en los mismos entornos donde se modelan valores y comportamientos.

Para las personas profesionales y formadoras, esta guía presenta un enfoque integrado — combinando el Diseño Universal para el Aprendizaje y la conciencia interseccional de género— junto con consejos prácticos sobre co-facilitación, planificación accesible de sesiones y monitoreo basado en datos. En conjunto, estas directrices específicas por grupo de interés forman un marco coherente: las y los estudiantes ganan autonomía y autoeficacia, las familias se convierten en socios activos en la educación sobre salud sexual, y las personas formadoras se empoderan para abordar tabúes culturales, manejar interacciones difíciles y mantener la mejora continua.

3.1 Con Personas Jóvenes con Discapacidades

3.1.1 Adaptación de Contenidos y Actividades

1. Diseño de Pictogramas con el Mensaje Primero

- Comenzar destilando el objetivo de aprendizaje en una sola frase.
- Seleccionar de 3 a 7 íconos claros y sin metáforas (por ejemplo, corazón para “afecto”, semáforo para “límites”), colocando etiquetas de una palabra debajo de cada uno.
- Secuenciar los íconos para reflejar la estructura narrativa (inicio → conflicto/desafío → resolución) (CAST, 2018).

2. Módulos de Aprendizaje Fragmentados

- Limitar cada subtema a 20–25 minutos, con pausas incorporadas para reflexión o movimiento.
- Utilizar resúmenes “miga de pan” al final de cada bloque para reforzar la retención.

3. Instrucción Multimodal

- Combinar elementos visuales (diapositivas, pictogramas), narración auditiva, objetos táctiles (modelos anatómicos, preservativos) y videos con subtítulos (por ejemplo, animaciones de AMAZE) para atender diversas preferencias de aprendizaje.

3.1.2 Participación Activa y Empoderamiento

1. Actividades de Rompehielos

- Registros con emojis o pictogramas (“¿Cómo te sientes hoy?”) para generar confianza y modelar herramientas de comunicación.

2. Encuestas Interactivas y Nubes de Palabras

- Usar Mentimeter o plataformas similares para plantear preguntas abiertas (por ejemplo, “¿Qué es el consentimiento?”), visualizando instantáneamente las respuestas del grupo para estimular la discusión.

3. Dramatizaciones Guiadas

- Proporcionar guiones simplificados para afirmar límites, pedir ayuda o describir malestar.
- Rotar los roles para que cada estudiante practique y observe.

4. Talleres de Co-Creación

- Invitar a los estudiantes a diseñar sus propias narrativas con pictogramas sobre un concepto (por ejemplo, pasos para acceder a una clínica), fomentando la apropiación y la auto-defensa.

31.3 Materiales Accesibles (Visuales, Simples, Interactivos)

- Gráficos de Alto Contraste: Asegurarse de que los pictogramas y textos destaquen frente al fondo.
- Texto en Letra Grande y de Fácil Lectura: Limitar cada pantalla o página a una sola idea principal.
- Navegación Estructurada: Usar un formato coherente (título → imagen → etiqueta → breve explicación) en todos los materiales.
- Medios Alternativos: Ofrecer grabaciones de audio y transcripciones de todo el contenido escrito; garantizar que los videos cuenten con subtítulos y descripciones de audio.

3.2 Con Familias y Personas Cuidadoras

3.2.1 Cómo Acompañar en Casa: Escucha y Respeto

- Tarjetas “Siento / Necesito”: Proporcionar tarjetas con pictogramas que fomenten la expresión de emociones y necesidades (por ejemplo, “Me siento con miedo”, “Necesito ayuda”).
- Entrenamiento en Escucha Reflexiva: Enseñar a las personas cuidadoras a reflejar las palabras de quien aprende antes de responder, reforzando la validación y la confianza (Rogers, 1957).

3.2.2 Superar Resistencias y Taboos

- Cuestionarios Mito vs. Hecho: Distribuir cuestionarios accesibles que corrijan ideas erróneas comunes (por ejemplo, “Las personas con discapacidad son asexuales” → Falso).
- Videos Testimoniales Cortos: Compartir clips públicos de familias que relaten conversaciones exitosas sobre salud sexual y reproductiva (por ejemplo, en TheGenderTalk.eu).

3.2.3 Creación de Espacios Seguros para el Diálogo

- Acuerdo de Reglas Básicas: Co-crear reglas simples con pictogramas (por ejemplo, confidencialidad, lenguaje respetuoso) al inicio de cada sesión conjunta.
- Participación Escalonada: Permitir que las personas cuidadoras primero observen una sesión y luego participen en una retroalimentación en grupo pequeño donde puedan hacer preguntas.

3.2.4 Cómo Abordar Preguntas Difíciles

- Referencias a Manuales Públicos: Incluir enlaces a guías disponibles libremente, como el documento de preguntas y respuestas sobre educación en sexualidad de la UNESCO.
- Técnicas de Aplazamiento: Formar a las personas cuidadoras para reconocer una pregunta y programar una conversación posterior, reduciendo la presión y garantizando respuestas precisas.

3.3 Con Profesionales y Personas Formadoras

3.3.1 Claves Metodológicas Inclusivas

- Diseño Universal para el Aprendizaje: Planificar las sesiones ofreciendo múltiples formas de participación, representación y expresión (según las Directrices de DUA).
- Facilitación con Enfoque Informado en Trauma: Iniciar con advertencias de contenido sensible, ofrecer opciones para no participar y proponer ejercicios de conexión y calma (por ejemplo, pausas de respiración profunda) para favorecer la seguridad emocional.

3.3.2 Cómo Facilitar Sesiones Personalizadas

- Encuesta Previa en Lectura Fácil: Evaluar los conocimientos previos, las preferencias de vocabulario y las necesidades comunicativas de quienes aprenden.
- Co-Facilitación con Personas Auto-Defensoras: Involucrar a jóvenes con discapacidades del desarrollo como educadores pares, aumentando la relevancia y fomentando la auto-defensa.
- Rutas de Contenido Flexibles: Preparar materiales “básicos” y “ampliados” para que las personas facilitadoras puedan ajustar la profundidad y el ritmo en tiempo real, según las respuestas del grupo.

3.3.3 Diseño de Sesiones Accesibles, Uso de Materiales y Recursos Inclusivos, Evaluación y Seguimiento del Aprendizaje

- Planes de Sesión Accesibles: Incluir notas explícitas sobre ajustes razonables (por ejemplo, dar más tiempo para responder, ofrecer apoyos visuales).
- Repositorio de Materiales Inclusivos: Mantener una carpeta compartida con plantillas de pictogramas, materiales en lectura fácil y enlaces a videos con anotaciones.
- Herramientas de Evaluación Formativa: Utilizar métodos breves para verificar la comprensión —pulgar arriba/abajo, reacciones con emojis, pequeñas tarjetas de salida con pictogramas—.
- Monitoreo y Recolección de Datos: Registrar participación, comprensión y confianza auto-reportada mediante encuestas simples apoyadas con pictogramas.

3.3.4 Coordinación con Equipos Educativos y Sociosanitarios

- Reuniones de Planificación Interdisciplinaria: Programar encuentros regulares con educadoras y educadores especializados, terapeutas del habla y profesionales de la psicología para revisar adaptaciones y avances.
- Documentación Compartida: Usar diarios conjuntos o registros digitales para anotar los apoyos aplicados, la retroalimentación de quienes aprenden y los resultados observados.
- Ciclos de Mejora Continua: Realizar revisiones periódicas de los materiales y métodos de las sesiones, actualizando las prácticas según los aportes de las personas involucradas.

3.4 Abordaje de Temas Tabú, Estereotipos e Interacciones Difíciles

Incluso en entornos educativos comprometidos con la inclusión, las personas formadoras pueden enfrentarse a tabúes culturales profundamente arraigados y a ideas erróneas —especialmente en torno a la sexualidad de jóvenes con discapacidades del desarrollo—. Esta sección ofrece estrategias basadas en evidencia y recursos públicos para afrontar preguntas desafiantes, evitar la postergación de temas y promover un diálogo constructivo.

3.4.1 Estereotipos y Barreras Comunes

Estereotipo / Barrera

- “Las personas con discapacidad no son sexuales.”
- “Hablar sobre sexo fomenta la actividad sexual.”
- “Las familias saben mejor; las personas expertas deben ceder ante ellas.”
- “El consentimiento es demasiado abstracto para quienes tienen discapacidades cognitivas.”
- “La sexualidad es un asunto privado; no debe hablarse con personas de confianza.”

Impacto en la Educación

- Quienes aprenden se sienten avergonzados; las familias se oponen a incluir temas de salud sexual y reproductiva (SSR).
- Las personas cuidadoras niegan el consentimiento; las sesiones se acortan o cancelan.
- Las personas formadoras se sienten sin poder; la desinformación persiste.
- Se simplifica en exceso, descuidando la autonomía y agencia de quienes aprenden.
- Quienes aprenden carecen de fuentes seguras y confiables de información.

3.4.2 Preparación y Enmarque

Establecer Acuerdos Claros de Aprendizaje (primera sesión)

- Desarrollar un “Contrato de Respeto” simple, apoyado en pictogramas, que incluya principios de confidencialidad, escucha mutua y ausencia de juicios o vergüenza.
- Mostrar el acuerdo en un lugar visible durante todas las sesiones.

Usar Datos para Fundamentar las Conversaciones

- Citar estadísticas confiables; por ejemplo: las y los adolescentes con discapacidad tienen casi cuatro veces más probabilidades de experimentar abuso sexual.
- Referir marcos de derechos humanos, como el Artículo 24 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD), que aborda el derecho a la educación.

Normalizar la Conversación

- Comenzar con temas universales y cercanos (amistad, emociones) antes de introducir contenidos sexuales.
- Presentar un video corto de AMAZE sobre la pubertad o las relaciones saludables para desmitificar el tema.

3.4.3 Responder a Preguntas Controversiales o Sensibles

Cuando quienes aprenden o sus familias planteen preguntas desafiantes, las personas formadoras pueden aplicar el modelo “PREGUNTAR–RECONOCER–ADAPTAR”:

PREGUNTAR para Aclarar

“¿Podés contarme exactamente qué te gustaría entender?”

Esto asegura que se aborde la verdadera inquietud y no una suposición.

RECONOCER la Emoción o Creencia

“Entiendo que este tema puede generar incomodidad.”

Valida las emociones de quien pregunta, reduciendo la defensividad.

ADAPTAR la Respuesta

Ofrecer información precisa, apropiada para la edad y el nivel de desarrollo.

Si no se tiene la respuesta en el momento, posponer con un plan:

“No tengo ese detalle ahora, pero voy a buscarlo y te lo compartiré en nuestra próxima sesión.”

Diálogo de Ejemplo

Persona que aprende: “¿Las personas con discapacidad tienen permitido tener relaciones sexuales?”

Persona formadora (PREGUNTAR): “¿A qué se refiere con ‘permitido’? ¿Por ley o por parte de las familias?”

Persona que aprende: “Por ley.”

Persona formadora (RECONOCER): “Esa es una pregunta muy importante.”

Persona formadora (ADAPTAR): “En muchos lugares, la ley reconoce el derecho de todas las personas adultas a tener relaciones consensuadas. Voy a compartir el sitio web del consejo nacional de derechos en salud sexual y reproductiva, y lo conversaremos la próxima semana.”

3.4.4 Involucrar a Familias Reticentes

Estrategias:

- Modelo “Café Familiar”: Organizar charlas informales en grupos pequeños, donde las familias roten entre estaciones guiadas por pictogramas sobre distintos temas (por ejemplo, consentimiento, privacidad), en lugar de asistir a una charla larga o intimidante.
- Folletos para Desmentir Mitos: Crear hojas informativas de una página en formato “mito vs. hecho”, con texto en lectura fácil e íconos.
 - Mito: “Hablar sobre anticoncepción fomenta la promiscuidad.”
 - Hecho: “El conocimiento permite tomar decisiones más seguras y suele retrasar el inicio de la actividad sexual.”
 - Videos Testimoniales: Mostrar clips breves de AMAZE (por ejemplo, <https://www.youtube.com/watch?v=K2K4mjvg2Xw>) donde madres, padres y familias relatan experiencias exitosas al conversar sobre salud sexual y reproductiva, modelando resultados positivos.

3.4.5 Prevención y Manejo de Conflictos

- Reuniones Previas con Familias: Ofrecer una orientación virtual de 15 minutos (por ejemplo, por Zoom) para explicar los objetivos y abordar inquietudes iniciales.
- Técnica del “Estacionamiento” (“Parking Lot”): Mantener visible un rotafolio o documento compartido (como un Google Doc) para anotar temas fuera de foco o conflictivos, reservándolos para una discusión posterior y evitando desvíos.
- Opciones de Salida Segura: Dejar claro que cualquier participante (persona que aprende o familiar) puede retirarse o apagar cámara/mic

3.4.6 Aprovechamiento de Recursos Públicos

Tipo de Recurso – Enlace y Caso de Uso

· Videos Animados: Canal de YouTube de AMAZE — temas sobre pu (ej., <https://youtu.be/K2K4mjvg2Xw>)

· Herramienta Interactiva: TheGenderTalk.eu — para explorar la identidad de género mediante pasos accesibles y comprensibles.

· Guía sobre Derechos: [OhCHR sobre prácticas nocivas y matrimonio infantil](#).

· Datos e Informes: [Informe Global sobre el VIH/Sida de ONUSIDA \(julio de 2023\)](#).

· Kit de Herramientas: [UNESCO CSE Toolkit](#).

Al dotar a las personas formadoras de estas estrategias, se construye un entorno de aprendizaje resiliente, donde los temas tabú se transforman en oportunidades de crecimiento, y cada pregunta —por difícil que sea— se convierte en una puerta hacia la comprensión y el empoderamiento.

4. Monitoreo, Evaluación y Mejora Continua

El monitoreo y la evaluación (M&E, por sus siglas en inglés) son fundamentales para garantizar que la educación sexual inclusiva responda de manera continua a las necesidades de quienes aprenden y cumpla con los resultados esperados. Al recopilar de forma sistemática datos sobre participación, comprensión y habilidades de auto-defensa, las personas formadoras pueden identificar qué métodos resultan más efectivos y cuáles necesitan ajustarse.

La combinación de indicadores cuantitativos —como puntajes de cuestionarios o niveles de participación en encuestas— con reflexiones cualitativas de quienes aprenden y sus familias ofrece una visión integral del impacto. Los portafolios y diarios reflexivos del estudiantado constituyen evidencias tangibles de la comprensión conceptual y del crecimiento personal a lo largo del tiempo.

Igualmente importante es establecer bucles regulares de retroalimentación con familias, personas cuidadoras y equipos interdisciplinarios para identificar desafíos emergentes y nuevas oportunidades. Las reuniones de revisión permiten que todas las personas involucradas compartan buenas prácticas, analicen barreras y co-creen adaptaciones.

El control de versiones de los materiales garantiza que las personas formadoras trabajen siempre con las guías más actualizadas y efectivas. De este modo, el monitoreo, la evaluación y la mejora continua conforman un ciclo dinámico —planificar, hacer, verificar y actuar— que sostiene una enseñanza de alta calidad, basada en derechos, y empodera a todes les participantes para prosperar.

4.1 Indicadores y Recolección de Datos

Métricas de Participación: Registrar la asistencia, la frecuencia de interacciones (por ejemplo, aportes en el chat, respuestas en encuestas) y la finalización de tareas (por ejemplo, secuencias de pictogramas).

Medidas de Comprensión: Aplicar cuestionarios breves con apoyo visual de pictogramas al final de cada sesión para evaluar la comprensión de términos y conceptos clave.

Autoeficacia y Confianza: Incluir preguntas tipo Likert (con escalas de emojis) sobre la percepción de los participantes respecto a su capacidad para aplicar habilidades (por ejemplo: “Puedo decir que no cuando no quiero participar en una actividad sexual”).

Intenciones Conductuales: Evaluar las intenciones de pedir ayuda o denunciar situaciones de abuso mediante escenarios simples (“Si alguien me toca de forma inapropiada, yo...”).

4.2 Portafolios y Diarios Reflexivos

Portafolios con Pictogramas: Reunir las secuencias originales creadas por quienes aprenden como evidencia de la construcción de su conocimiento.

Diarios Reflexivos: Fomentar reflexiones breves y estructuradas (grabadas en audio o escritas con apoyo) sobre qué aspectos resultaron más útiles y cuáles siguen siendo desafiantes.

4.3 Mecanismos de Revisión con Aliades

Reuniones de Revisión Trimestrales: Convocar a los socios del proyecto (España, Portugal, Turquía) para compartir resúmenes de datos, analizar logros e identificar áreas de mejora.

Bucles de Retroalimentación con Personas Involucradas: Recoger opiniones de familias, personas cuidadoras y profesionales sociosanitarios mediante encuestas en lectura fácil y grupos focales.

Versionado de Materiales: A partir de la retroalimentación, actualizar plantillas de pictogramas, materiales de apoyo y guías para facilitadores; mantener control de versiones para registrar los cambios a lo largo del tiempo.

4.4 Ciclo de Mejora Continua

Planificar: Definir los objetivos de la sesión, seleccionar materiales y ajustes razonables.

Hacer: Implementar la sesión y recopilar observaciones durante su desarrollo.

Verificar: Analizar los datos de participación, los resultados de cuestionarios y la retroalimentación recibida.

Actuar: Revisar materiales, métodos o ritmo; compartir los cambios con todas las personas facilitadoras.

5. Recursos y referencias

Esta sección presenta guías, kits de herramientas y recursos multimedia de acceso público que complementan las prácticas descritas anteriormente.

55.1 Bibliografía y Guías Complementarias

- CAST (2018). Universal Design for Learning Guidelines, Versión 2.2.
- UNESCO (2018). Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad. París: UNESCO.
- Rogers, C.R. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95–103.
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex. *University of Chicago Legal Forum*, 1989(1), 139–167.
- OMS (2006). Defining Sexual Health: Report of a Technical Consultation on Sexual Health. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

5.2 Herramientas y Enlaces Útiles

Biblioteca de Pictogramas RSAC

- Buscar “RSAC pictogram” para acceder a símbolos gratuitos y de alta calidad, aptos para materiales en lectura fácil.

Plantillas de Canva

- Usar plantillas de “pictogram storyboard” para crear secuencias visuales centradas en el mensaje de manera rápida.

Canal de YouTube AMAZE

- Videos animados sobre pubertad, consentimiento y relaciones saludables: <https://www.youtube.com/@amazeorg>.

Mentimeter

- Crear actividades gratuitas de nube de palabras y encuestas: <https://www.mentimeter.com>.

TheGenderTalk.eu

- Herramienta interactiva para explorar la identidad y la expresión de género: <https://thegendertalk.eu>.

UNESCO CSE Toolkit

- Recurso integral sobre buenas prácticas en educación integral en sexualidad (EIS): [<https://csetoolk>]

6- Glosario

- Abstinencia / Abstinence: La decisión de abstenerse de cualquier actividad sexual por un periodo determinado o de manera indefinida.
- Consentimiento Afirmativo / Affirmative Consent: Un “sí” proactivo y entusiasta que indica acuerdo voluntario para participar en una actividad sexual.
- Educación Afectivo-Sexual / Affective-Sexual Education: Enfoque integral de la educación sexual que aborda la salud emocional, relacional y sexual.
- Competencia Bicultural / Bicultural Competency: Capacidad de comprender, navegar y respetar dos marcos culturales distintos, relevante especialmente para personas aprendientes de origen inmigrante o minoritario.
- Modelo Bio-Psicosocial / Bio-Psychosocial Model: Marco integrador que reconoce que factores biológicos, psicológicos y sociales influyen conjuntamente en la salud y el comportamiento.

- **Accesibilidad Cognitiva / Cognitive Accessibility:** Adaptaciones (por ejemplo, lenguaje simplificado, apoyos visuales) que permiten a personas con discapacidades cognitivas comprender la información.
- **Continuo de Consentimiento / Consent Continuum:** Espectro que ilustra distintos grados de consentimiento, desde la participación entusiasta hasta la ausencia de acuerdo, usado para enseñar matices de consentimiento.
- **Seguridad Digital / Digital Safety:** Prácticas y herramientas (por ejemplo, configuraciones de privacidad, contraseñas seguras) que protegen la información personal y el bienestar en línea.
- **Etiqueta sobre Discapacidad / Disability Etiquette:** Conductas y lenguaje respetuosos al interactuar con personas con discapacidad (por ejemplo, preguntar antes de ofrecer ayuda).
- **Retroalimentación Electrográfica / Electrographic Feedback:** Uso de dispositivos simples de biofeedback (por ejemplo, oxímetros de pulso) en educación para visualizar respuestas fisiológicas.
- **Empoderamiento / Empowerment:** Proceso de aumentar el control de una persona sobre su vida y decisiones, especialmente en salud y relaciones.
- **Narrativa Ética / Ethical Storytelling:** Compartir historias propias o de terceros en educación de manera que respete la privacidad, el consentimiento y la sensibilidad cultural.
- **Expresión de Género / Gender Expression:** Manifestación externa de la identidad de género a través del comportamiento, vestimenta, peinado y voz.
- **Identidad de Género / Gender Identity:** Percepción interna de ser hombre, mujer, ambos, ninguno u otro género.
- **Alfabetización en Salud / Health Literacy:** Capacidad de obtener, procesar y comprender información básica de salud para tomar decisiones adecuadas.
- **Lenguaje que Prioriza la Identidad / Identity-First Language:** Enfoque lingüístico (por ejemplo, “persona autista”) que antepone la identidad a la discapacidad, preferido por muchas personas auto-defensoras.
- **Pedagogía Inclusiva / Inclusive Pedagogy:** Estrategias de enseñanza diseñadas para atender la diversidad de quienes aprenden, valorando todos los contextos y habilidades en el aula.
- **Acoso Interseccional / Intersectional Bullying:** Hostigamiento que apunta a múltiples aspectos de la identidad simultáneamente (por ejemplo, discapacidad y orientación sexual).
- **Intersexualidad / Intersex:** Término para personas nacidas con anatomía reproductiva o sexual que no encaja en las definiciones típicas de masculino o femenino.
- **Diseño Iterativo / Iterative Design:** Proceso cíclico de prototipado, prueba y refinamiento de materiales educativos basado en retroalimentación de usuaries.
- **Cultura con “c” minúscula / Little “c” Culture:** Prácticas, valores y normas cotidianas dentro de un grupo, importantes de considerar en la enseñanza culturalmente sensible.
- **Locus de Control / Locus of Control:** Grado en que una persona cree tener poder sobre los eventos de su vida; fomentar un locus interno es clave en la auto-defensa.

Normas de Masculinidad / Feminidad / Masculinity Norms / Femininity Norms: Expectativas sociales sobre cómo “deberían” comportarse hombres o mujeres, que pueden afectar la autoestima y las relaciones.

- **Neurodiversidad / Neurodiversity:** Concepto que reconoce las diferencias neurológicas (por ejemplo, autismo, TDAH) como variaciones naturales del genoma humano.
- **Mentoría entre Pares / Peer Mentorship:** Vincular a quienes aprenden con pares con más experiencia que ofrecen guía, apoyo y modelos de conducta.
- **Sexualidad Positiva / Positive Sexuality:** Enfoque que enfatiza el placer, el consentimiento y el respeto mutuo, más allá del riesgo.
- **Formación Previa al Servicio / Pre-Service Training:** Educación y desarrollo de habilidades proporcionadas a profesionales antes de asumir oficialmente su rol como personas formadoras o educadoras.
- **Privilegio / Privilege:** Ventajas no ganadas conferidas por identidades sociales (por ejemplo, persona sin discapacidad, cisgénero) que pueden influir en la dinámica grupal.
- **Factores Protectores / Protective Factors:** Atributos personales, sociales o ambientales (por ejemplo, relaciones de apoyo) que reducen la vulnerabilidad al abuso.
- **Lenguaje Inclusivo Queer / Queer-Inclusive Language:** Vocabulario que acoge identidades y relaciones LGBTQ+ sin asumir normas heterosexuales.
- **Práctica Reflexiva / Reflective Practice:** Proceso continuo en el que las personas educadoras analizan críticamente sus experiencias de enseñanza y realizan mejoras.
- **Principios de Espacios Seguros / Safer Space Principles:** Directrices que garantizan ambientes respetuosos, inclusivos y que minimizan riesgos de daño o exclusión.
- **Autorregulación / Self-Regulation:** Técnicas (por ejemplo, respiración profunda, mindfulness) que ayudan a gestionar emociones y conductas.
- **Autoestima Sexual / Sexual Self-Esteem:** Valoración positiva de una persona como ser sexual, incluyendo confianza para expresar deseos y establecer límites.
- **Espectro de Orientación Sexual / Sexual Orientation Spectrum:** Reconocimiento de que la atracción existe en un continuo, no limitado a categorías como “gay” o “heterosexual”.
- **Historias Sociales / Social Stories:** Narrativas cortas y descriptivas usadas para enseñar habilidades sociales y conductas esperadas a personas con autismo.
- **Participación de Partes Interesadas / Stakeholder Engagement:** Inclusión de todas las personas relevantes (quienes aprenden, familias, proveedores de servicios) en la planificación, implementación y evaluación de programas.
- **Reducción del Estigma / Stigma Reduction:** Estrategias para disminuir estereotipos negativos y vergüenza asociada a la sexualidad, la discapacidad o condiciones de salud.
- **Desencadenante de Trauma / Trauma Trigger:** Estímulo (por ejemplo, sonido, imagen, situación) que puede evocar recuerdos o reacciones emocionales intensas.
- **Trauma Vicario / Vicarious Trauma:** Trauma secundario experimentado por educadores o cuidadores debido a la exposición a historias traumáticas de quienes aprenden.
- **Guion Visual / Visual Scripting:** Método en el que les participantes escriben diálogos y planifican escenas antes de un juego de roles, mejorando claridad y confianza.
- **Indicadores de Bienestar / Well-Being Indicators:** Medidas de salud integral, como equilibrio emocional, conexión social y satisfacción con la vida.

Este manual está diseñado como un documento vivo. Se alienta a las personas formadoras y a les socios del proyecto a adaptar, ampliar y compartir sus propias innovaciones, garantizando que la educación afectivo-sexual siga siendo inclusiva, relevante e impactante para todes les jóvenes.