

Programa Nacional de  
**MUNICIPIOS  
ESCOLARES**



# Cómo Soy

Identidad



Programa Nacional de  
**MUNICIPIOS  
ESCOLARES**



# Cómo Soy

Identidad



Acción por  
los Niños



## Programa Nacional de Municipios Escolares

### Cómo Soy

Elaboración:  
Acción por los Niños

Ilustraciones:  
Rubén Saenz y Vladimiro Yupanqui

Primera Edición:  
3,000 ejemplares

Lima, agosto 2004



Av. La Universidad 274 - Lima 12. Teléfonos: 349 5010 - 349 5013 Fax: 349 2484

E-Mail: [postmaster@accionporlosninos.org.pe](mailto:postmaster@accionporlosninos.org.pe)

Web: <http://www.accionporlosninos.org.pe>

## INTRODUCCIÓN

Todas las personas socializan de modo diferente según su sexo y desde su nacimiento. En todas las culturas, incluso rurales, se marca la diferencia sexual, especialmente a partir del año de vida cuando se empieza a caminar y explorar el mundo.

La persona no se identifica sólo con el padre o la madre, pasa por un proceso más complejo. Aprende sobre ambos géneros y de diversos modelos, donde la familia juega un papel importante al igual que los amigos, la escuela, la comunidad y la vida cotidiana.

Por ello, el manual incorpora temas de **Identidad y Sexualidad** para que los docentes junto a los Alcaldes Escolares y Regidores de Salud y Ambiente puedan trabajar desde el aula, coordinar a nivel del Centro Educativo y recoger experiencias de sus distritos acerca de cómo mejorar su salud integral, no sólo pensando en el futuro, sino en cómo sobrevivir en el presente.

En esa línea, la elaboración de la cartilla **Cómo Soy** forma parte del proyecto “Promoviendo Salud y Ambiente Sanos con y desde las Niñas, Niños y Adolescentes” del Programa Nacional de Municipios Escolares de Acción por los Niños, que se desarrolla en coordinación con Save the Children España y el Fondo de las Américas en convenio con el Ministerio de Educación para el desarrollo de actividades en los niveles inicial, primaria, secundaria y especial en los departamentos de Lima, Ica, Ancash y a nivel nacional con 6 ONG’s.

Esperamos que la cartilla aporte al trabajo y compromiso de los niños, niñas y adolescentes participantes del programa Nacional Municipios Escolares, que ha sido generalizado por el Ministerio de Educación a través de la Resolución Vice-Ministerial N° 049-2002 y la Ley General de Educación 28044.

# Identidad

Es un proceso que se construye en diferentes momentos de la vida y en diferentes espacios: en el hogar (con el grupo familiar, padres, tíos, abuelos, hermanos, primos, etc.), en la escuela (con los maestros, directivos, compañeros de estudio) y en la comunidad (con dirigentes, vecinos, etc.). Resulta de la interacción del individuo consigo mismo, con sus semejantes y con el medio que lo rodea.

Cada persona, puede desarrollar su identidad si es capaz de:

**Autopercibirse** respecto a sus características físicas: raza, color, tamaño, contextura.

**Autoconocerse** como hombre o mujer con capacidades iguales y equidad de género para compartir diferentes papeles.

**Autovalorarse** como persona sensible e inteligente capaz de cumplir sus deberes y derechos.

Cuando la relación entre los adultos y los niños, niñas y adolescentes se sustenta en el castigo físico o en el insulto, ellos aprenden a ser autoritarios y violentos, se genera miedo, angustia, desconfianza y pérdida de autoestima y provoca daños en la autopercepción y autovaloración.

## La autoestima

Autoestima es la valoración que tiene una persona de sí misma. Tiene tres componentes:

- **Componente Cognitivo:** Es la idea, opinión, creencia o percepción que se tiene de sí mismo. En otras palabras, es el autoconcepto.
- **Componente Afectivo:** Es la valoración de lo positivo o negativo, de lo favorable o desfavorable y de lo agradable o desagradable que hay en nosotros. Es decir, sentirse a gusto consigo mismo.



Una persona con elevada autoestima aprende de manera más eficaz, es más creativa, desarrolla relaciones mucho más gratas, posee mayor capacidad para aprovechar las oportunidades que se presentan, tiene más claridad en las metas que desea alcanzar, incrementando la probabilidad de llevar una vida satisfactoria.

■ **Componente Conductual:** Es la intención y decisión de actuar y de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. Es la autoafirmación y autorealización dirigida hacia el propio yo, en busca de consideración y reconocimiento por parte de los demás.

Para tener autoestima, es necesario desarrollar en el niño, niña o adolescente el sentido de la propia identidad, ayudándolo a conocerse, a saber quién es y cómo es, para descubrirse y aceptar sus propias capacidades y limitaciones.

**Por ello es importante:**

- Un clima emocional positivo, de aceptación y respeto mutuo.
- El afecto y cariño, evitando el castigo y las actitudes violentas.
- El ejercicio de la responsabilidad, encargándoles tareas de acuerdo a su capacidad.
- Estimular su creatividad y la autonomía.

# Espacios donde desarrollamos nuestra identidad

## Familia e identidad

La familia es el espacio de socialización de las personas y donde se empieza a desarrollar la identidad del sujeto.

En la familia se construye la historia de vida de cada persona, de allí la importancia de la presencia de los padres para cubrir las necesidades de protección y afecto, así como la formación de hábitos, normas y comportamientos que permitirán en adelante la estructuración y conformación de conductas maduras y estables para el desarrollo de una identidad segura y equilibrada.

## Escuela e identidad

La escuela amplía la socialización del niño, más allá de su familia, hacia una interacción regular con sus maestros y compañeros. De esta manera, los conocimientos que adquieren y las capacidades que desarrollan, se complementan en términos formativos con la interacción en base a “normas”, que son pautas seguidas por los miembros de un grupo y constituyen elementos necesarios para el equilibrio de las interacciones.

Las normas y pautas de comportamiento son necesarias para regular las interacciones siempre que no sean impuestas por los adultos, sino producto de la aceptación de los mismos alumnos. Por ello, la importancia de su participación para establecer las normas y acuerdos en la institución educativa.

Una adecuada consideración de las normas favorece el desarrollo de autonomía, responsabilidad, solidaridad, respeto, colaboración, entre otras.



## Comunidad e identidad

Las primeras e inmediatas experiencias sociales del individuo, así como las más importantes y trascendentales para su vida, más allá de la familia y la escuela, ocurren en el barrio o comunidad. Allí el niño, niña o adolescente establece relaciones interpersonales o grupales, cuya interacción también influye en el desarrollo de la identidad.

Adicionalmente, se debe tomar en cuenta como un agente socializador a los Medios de Comunicación, que pese a no canalizar relaciones interpersonales directas, constituyen un poderoso canal de socialización y de influencia en el desarrollo de la persona, pero también se puede convertir en un canal de distorsión de la identidad ya que a veces transmiten antivalores que influyen en el desarrollo de la autoestima.

# La sexualidad y la identidad

## Sexualidad

La sexualidad es la forma como se manifiesta la persona siendo hombre o mujer. Comprende actitudes, sentimientos, comportamientos y conductas relacionadas con el sexo. No es sólo una característica de un cuerpo, sino la totalidad de la persona.

La sexualidad es todo un mundo de posibilidades que incluye la comunicación, la afectividad, el placer, el deseo de ser aceptados y de agradar a los demás.

### Diferencia entre sexo y sexualidad

SEXO	SEXUALIDAD
Diferencias físicas entre hombre y mujer	Modelo de interactuar, de pensar, de vivir y de expresarse de acuerdo a nuestro sexo.
Nace con uno	Se aprende de modelos y pautas en la familia, la escuela, los amigos, la comunidad y los Medios de Comunicación.
Como depende de factores biológicos, el sexo es igual en cualquier época y lugar.	Como depende de factores que están relacionados con la forma de vida del hombre, cambia de acuerdo a la cultura, la época, los países, los grupos, las interacciones y actividades.
No cambia por sí solo. Se puede cambiar el sexo mediante una operación.	Puede cambiar por la adopción de otros modelos o pautas: machismo, feminismo, o por la adopción de otros tipos de interacción: homosexualidad.
Son los órganos genitales que tienen la función de reproducción de la especie.	La función no es únicamente la procreación, incluye también el logro de una interacción equilibrada con los semejantes y con el medio.

# Identidad sexual

Es tener conciencia y aceptar el ser hombre o ser mujer para desempeñar un rol o papel sexual.

La identidad sexual se desarrolla desde el nacimiento del niño o niña a través de un sin número de mensajes verbales y no verbales que influyen en la forma como se acepta a sí mismo como hombre o mujer.

Sólo una clara percepción de la identidad sexual permite al ser humano dirigir, personalizar y vivir plenamente su sexualidad. De esta manera, tomarán forma propia sus fantasías, deseos, experiencias amorosas y relaciones interpersonales.

Una real identidad sexual es un proceso que significa tener una imagen corporal libre de distorsiones, hacer frente a los miedos, culpas e inhibiciones asociadas con la sexualidad, valoración de lo sexual en la propia vida siendo responsables consigo mismo y con los demás.

El descubrimiento del placer en el cuerpo se inicia desde muy temprana edad. Cuando el niño descubre el placer que experimenta al estimular sus zonas genitales, surge el primer acto de la masturbación. En esta etapa de vida, la masturbación prepara al niño o niña para asumir las sensaciones de placer y una relación adecuada y oportuna con su propio cuerpo.

Frente al acto de la masturbación de los niños y niñas se debe evitar censurar o calificar el acto como algo sucio, que merece un castigo o una sanción divina o reprimirlo bajo amenaza para evitar la aparición de temores y sentimientos de culpa que podrían impedir la actividad sexual y amorosa en las etapas posteriores de vida.

El desarrollo de la identidad y de la sexualidad es clave durante la adolescencia, pues se trata de una etapa de diversos cambios (físicos, psicológicos, culturales, etc.) que requieren de mucha información y comunicación por parte de los adultos, particularmente de los padres de familia y profesores.

## La sexualidad en los adolescentes

Para el adolescente, el manejo de la sexualidad no es fácil, el cambio hormonal despierta su curiosidad, pero las normas culturales y el miedo a lo desconocido frenan su comportamiento.

Esta etapa se caracteriza por la curiosidad y la ansiedad respecto al propio cuerpo, que se desarrolla y cambia por el aumento de las hormonas despertando en el adolescente sensaciones y un deseo sexual propio del hombre y la mujer.

Es así como, surge el interés de los adolescentes por las relaciones sexuales y algunos deciden iniciarlas tempranamente, aunque no estén preparados para ello trayendo como consecuencia:

- Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS).
- Embarazos no deseados.

## Consecuencias del embarazo precoz

- El bebé puede nacer con bajo peso o talla y ser más propenso a contraer enfermedades.
- La madre adolescente enfrenta diversas presiones y situaciones de conflicto que generan estados de ansiedad y frustración.
- Repercute negativamente en el desarrollo psicológico de la adolescente.
- Conductas agresivas y rechazo de parte de la madre adolescente hacia el bebe.
- Impide la realización personal y los proyectos de vida.

## Por ello es necesario:

- Esperar el momento adecuado para tener relaciones sexuales.
- Estar preparados física y mentalmente para asumir responsablemente las relaciones sexuales.
- Cuidar, respetar y conocer nuestro cuerpo.
- Manejar información sobre los métodos anticonceptivos o de planificación familiar para elegir con libertad la mejor opción.

## Es importante saber que:

- Una de las principales causas de la mortalidad materna en el Perú es el aborto. Según el Ministerio de Salud, esta práctica es la tercera causa de mortalidad materna y son las adolescentes las más propensas a realizarla.
- Cada año en el Perú se practican alrededor de 320 mil abortos clandestinos y el 20 por ciento corresponde a adolescentes, según el Centro Latinoamericano Salud y Mujer (Celsam).
- De acuerdo a las estadísticas, anualmente 115 mil adolescentes quedan embarazadas, y una de cada cinco mujeres menores de 20 años ha tenido hasta 4 gestaciones.
- En el Perú, el aborto es considerado ilegal y constituye un delito contra la vida. El único caso de aborto no sancionado por la Ley es el que se practica para salvar la vida de la mujer y evitar un mal grave y permanente.

# El abuso sexual infantil

Es toda actividad sexual realizada con un niño, niña o adolescente a través de engaños, chantaje o a la fuerza.

Se puede manifestar a través de:

- **Insinuaciones y acoso verbal:** Palabras o gestos relacionados con la actividad sexual o partes del cuerpo de la víctima.
- **Contacto físico:** Rozamientos, besos o caricias en diversas partes del cuerpo de la víctima o contacto con las partes íntimas del abusador.
- **Penetración:** Introducción del pene en la vagina, ano o boca de la víctima y/o abusador.

## Algunos indicadores del abuso sexual en niños, niñas y adolescentes pueden ser:

- **Físicos:** Entre los indicadores y lesiones de este tipo se encuentran: sangrado en genitales o ano, fisuras anales, moretones, infección urinaria, dolor al sentarse o al caminar, insomnio, falta de apetito y embarazo.
- **Conductuales:** Aislamiento social, desconfianza, conocimiento y/o prácticas de conductas sexuales no propias de la edad, lenguaje sexual inadecuado, masturbaciones excesivas, agresividad, delincuencia, uso de drogas, bajo rendimiento escolar, etc.
- **Emocionales:** Síntomas de ansiedad, terrores nocturnos, depresión, sentimientos de culpa, miedos a los adultos o a alguien específico, agresión, conflictos con la familia o amigos.

### Perfil del abusador sexual

- Busca un acercamiento paciente con las víctimas a través de halagos o contacto físico.
- Busca estar a solas con la víctima.
- En su mayoría son varones.
- Frecuentemente son personas conocidas por la víctima (amigos o familiares).
- Generalmente son personas que han sufrido abuso sexual de niño.



## Pautas para prevenir el abuso sexual en la escuela

- Enseñarles a decir “no” cuando alguien quiera tocar su cuerpo con mala intención, invadiendo así su intimidad.
- Enseñarles a identificar el abuso, reconociendo las situaciones inadecuadas (los que tienen intención sexual), sin fomentar el miedo al contacto con los seres queridos.
- Enseñarles a afrontar la situación y detener al agresor siempre que se encuentren en lugares públicos, donde puedan oírlos y ayudarlos.
- Romper el silencio y comentar el hecho con una persona de confianza para solucionar el problema.

## ¿Cómo brindar apoyo a los niños, niñas y adolescentes víctimas del abuso sexual?

### Lo que debemos hacer:

- ✓ Escuchar a los niños y darles confianza (“puedes tener confianza en mí”, “puedes contarme lo que sea”)
- ✓ No cuestionar la veracidad de los hechos.
- ✓ Dejar claro que él no tiene ninguna culpa y que el responsable es el agresor.
- ✓ Asegurar que no le ocurrirá nada, que el abuso no se repetirá y no habrá represalias.
- ✓ Expresarle afecto para que se sienta seguro.
- ✓ Comunicar lo sucedido a la familia o a los servicios de protección de menores para buscar la ayuda necesaria y proteger al niño.

### Lo que nunca hay que hacer:

- ✗ Culpar al niño, niña o adolescente del abuso.
- ✗ No abordarlo con preguntas como: ¿por qué te dejaste? ¿por qué no me lo contaste? ¿por qué no te alejaste?
- ✗ Negar que el abuso ha ocurrido (¿estás seguro?, “no es verdad, debe ser un malentendido”, “no inventes esas historias”)
- ✗ Tratar al niño de forma diferente o sobreprotegerlo.

### Tener en cuenta que:

- Todas las víctimas deben recibir tratamiento psicológico.
- Las niñas, niños y adolescentes víctimas de abuso sexual necesitan apoyo y ayuda de su familia.
- Creer, escuchar y apoyar emocionalmente a las víctimas de abuso sexual, es una forma de brindarles ayuda, aunque a veces resulta insuficiente.

# Afectividad e identidad

El afecto es una necesidad primaria del ser humano. Es decir, ningún ser humano es capaz de sobrevivir sin él. Un ser humano enferma o muere por falta de afecto.

El afecto se manifiesta a través del cuidado, ayuda y protección que se brinda a otras personas, se expresa a través de todos los actos, hechos y comportamientos por los cuales una persona ayuda a otra ya sea proporcionándole protección y conocimientos, ayudándolo a resolver problemas o apoyándolo en momentos difíciles.

**El maltrato afecta la autoestima y genera inseguridad en los niños, niñas y adolescentes, condicionando lo que debería ser su normal desarrollo como seres humanos. Quienes han sufrido maltrato físico o abuso sexual, tienden a reproducir lo vivido, y manifiestan conductas agresivas hacia los demás. Generalmente, detrás de un adulto violento hubo un niño violentado. Por ello, mucha de la violencia de nuestras sociedades está sustentada en una suerte de cultura del maltrato e intolerancia.**

## Manifestaciones del afecto

### Afecto en la familia

Las relaciones afectivas se inician en la familia, en el contacto de los padres con los hijos y las hijas. Se manifiesta a través de abrazos, gestos, halagos, caricias y otras formas silenciosas de comunicación como la mirada cara a cara, que permiten que los niños se valoren, se quieran, se acepten y construyan su autoestima. La expresión activa del afecto y la atención de sus necesidades de acuerdo a su etapa de desarrollo, es fundamental para el equilibrio y desarrollo del hijo/a.

La presencia de los padres influye sobre la seguridad afectiva y el desarrollo emocional. Contribuye a generar confianza y seguridad en los niños y niñas para enfrentar al mundo sin ansiedad, percibir la realidad de la vida, tolerar lo malo y ver al mundo como algo bueno y no como algo peligroso y amenazante.

El trato cálido, cercano, permanente y la aceptación y comprensión por parte de los padres, tiene dos funciones básicas: desarrollar la capacidad de aprendizaje de los hijos y desarrollar la personalidad. En la relación con los padres, los hijos internalizan los roles, adoptan determinadas conductas y valores, de acuerdo a las pautas impartidas.

Los niños, niñas y adolescentes, además de lo que se les enseña, aprenden lo que ven y oyen en su ambiente. La forma como son tratados, cómo interactúan en la familia y las relaciones que establece con los vecinos y la comunidad, será para ellos el modelo de sus futuras relaciones. Serán “machistas”, egoístas, generosos, individualistas, solidarios o positivos según el modelo que hayan visto en su ambiente.

## Afecto en la relación con los demás

Se manifiesta a través de la ayuda, solidaridad y comprensión hacia los demás. Se consideran actos de ayuda cuando acompañamos a alguien en momentos difíciles, ayudamos a resolver un problema, cuidamos de una persona enferma, escuchamos los problemas de otro, comprendemos, respetamos y protegemos al otro. Además, el afecto se puede expresar también a través de expresiones de cariño como un beso, un abrazo, un “te quiero”, etc.

Una persona afectuosa ayuda a los demás a sentirse acompañados, si ella les demuestra afecto, ellos le tendrán confianza. El afecto hace del mundo un lugar mejor.

## La ausencia de afecto: Maltrato infantil

Es cualquier acción violenta o negligente contra un niño, niña o adolescente, tanto en el plano físico como psicológico y bajo cualquier propósito. Según la Alianza Save the Children hay cuatro tipos de maltrato:

- **Maltrato físico:** Cualquier acción u omisión intencionalmente destinada a causar daño físico (violencia física, agresiones, castigos corporales, privación de alimentos, etc).
- **Maltrato psicológico:** Cualquier acción u omisión intencionalmente destinada a causar daño psicológico o emocional (insultos, desprecios, humillaciones, etc).
- **Negligencia:** Cualquier acción u omisión personal o institucional que prive al niño, niña o adolescente de protección contra cualquier peligro, que atente contra su normal desarrollo (abandono, negación de alimentos, de educación, de atención médica). La negligencia puede ser voluntaria o involuntaria.
- **Abuso sexual:** Es la actividad de tipo sexual con niños, niñas y adolescentes (tocamientos, estupro, violación, incesto o pornografía).

# Indicadores del maltrato infantil

## Maltrato físico

- Hematomas o contusiones.
- Cicatrices de objetos (hebillas, correas, etc), o de quemaduras.
- Marcas.
- Laceraciones.
- Conducta anormal (baja autoestima, inseguridad, poco entusiasmo, problemas de aprendizaje, tartamudeo, tics, pesadillas, depresión).

## Negligencia y abandono

- Retardo en el desarrollo psicomotor.
- Hambre permanente.

- Llanto injustificado.
- Trastornos o retardo en el habla.
- Higiene inadecuada.
- Descuido en la presentación personal.

## Maltrato psicológico.

- Problemas de inapetencia, sueño y control de esfínteres.
- Conductas extremas (agresividad o pasividad).
- Miedos excesivos.
- Trastornos en el lenguaje o tartamudeo.
- Dificultad para jugar con otros niños, niñas o adolescentes.

# Sugerencias de actividades en la escuela

- Organizar talleres de orientación sexual con especialistas en el tema.
- Promover la difusión de testimonios o experiencias referidas a la autoestima de los propios niños, niñas y adolescentes entre los vecinos y autoridades de la localidad, ya sea a través de concursos, campañas, etc.
- Organizar actividades (prensa escolar, campañas, concursos, ferias) que rescaten valores nacionales, regionales o locales (historia, cultura, arte, etc.).
- Organizar actividades (encuentros de confraternidad, jornadas recreativas) con participación de los padres de familia, que posibiliten espacios de reflexión o intercambio adulto-adulto, adulto-niño/a.
- Desarrollar campañas de prevención del SIDA, maltrato infantil, enfermedades de transmisión sexual, etc.
- Organización de actividades que promuevan el análisis de temas como abuso sexual, maltrato infantil, derecho al nombre, etc.

Fuente: \*Cómo Soy. Identidad (Programa de Educación en Salud. Convenio Ministerio de Educación y Rádda Barnen)  
\*Manual de intervención sobre el abuso y la explotación sexual infantil. Acción por los Niños