

# METODOLOGÍA OPCIONES: ACOMPAÑANDO A NIÑAS Y NIÑOS EN LA PUBERTAD Y LA CONSTRUCCIÓN DE RELACIONES SALUDABLES

CURSO VÍA ZOOM

**Fecha:** martes 14, miércoles 15 y jueves 16 de abril de 2026

**Horario:** De 15:00 a 17:00 Hrs.

**Perfil de público al que va dirigido:** Docentes de primaria.

**Entrada libre. Cupo limitado**

## Save the Children México

Es una organización dedicada a garantizar los derechos de niñas, niños y adolescentes, trabajando para que vivan libres de violencia y tengan acceso a educación, salud, protección y apoyo en situaciones de emergencia. La organización implementa programas que mejoran la salud infantil para prevenir enfermedades, amplían el acceso a educación de calidad en ambientes seguros y fortalecen la protección frente al abuso, abandono, discriminación y explotación. También brinda atención emocional y servicios esenciales durante desastres naturales, crisis humanitarias y contextos de movilidad humana. Save the Children impulsa políticas públicas, promueve la participación infantil, combate la discriminación y defiende el bienestar integral de la niñez en todo el país. Asimismo, organiza campañas, eventos y acciones de movilización social para recaudar fondos y sensibilizar a la población sobre la importancia de construir entornos protectores y garantizar que cada niña y niño tenga un mejor presente y futuro. [<https://savethechildren.mx/>].

## Ponentes invitadas

- Ana Patricia Rangel. Especialista en participación de la niñez, en Save the Children.
- Dulce María Navarrete de la O. Especialista en salud, en Save the Children.

## Objetivos de aprendizaje

La capacitación en la metodología de OPCIONES, busca brindar información y herramientas prácticas que permitan mejorar los conocimientos, actitudes y prácticas de niñas y niños respecto a normas de género saludables que se sientan empoderadas y empoderados para actuar sobre ellas y ellos, así como aumentar su conocimiento respecto a los cambios físicos, emocionales y sociales que se presentan en la pubertad, contribuyendo a la prevención de la violencia y plan de vida.

## Sesiones

### Sesión 1. “Pubertad e higiene”

Brindar información sobre la pubertad, incluyendo los cambios físicos y emocionales, características de los procesos de la menstruación y la eyaculación, hábitos de higiene a partir de la pubertad, manejo de la menstruación, y diferencias entre las características que se refieren a sexo y género.

### Sesión 2. “Igualdad de género y prevención de la violencia”

Sensibilizar sobre la importancia de reconocer las desigualdades que persisten en cuestión de género y las afectaciones que tienen en la vida cotidiana de las niñas, niños y adolescentes, para avanzar a comunidades que fomenten la igualdad de trato y prevengan la violencia hacia las niñas y mujeres.

### Sesión 3. “Plan de vida”

Reflexionar sobre la importancia que tiene generar un plan de vida para las niñas, niños y adolescentes, así como para las personas en general, y proponer acciones para identificar los obstáculos a los que se pueden enfrentar y reconocer el beneficio de las redes de apoyo.

Se entrega constancia de participación cumpliendo con el 100% de asistencia

## IMPORTANTE

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
5. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a [centroeducativo@myt.org.mx](mailto:centroeducativo@myt.org.mx)