

¿Sabía que...

La menstruación generalmente comienza entre las edades de 11 y 14 años. No obstante, puede comenzar antes o después, según la persona.
La menstruación importa

Una cantidad significativa de niñas y jóvenes informaron que faltaron a la escuela debido a su período. La mayoría informó faltar menos de 5 días por año. Sin embargo, una cantidad considerable informó faltar más de 20 días por año. Una de las razones: la dificultad para obtener un producto de higiene menstrual

Commissioner for Children and Young People SA (Comisionado para Niños y Jóvenes de Australia del Sur)

La menstruación presenta desafíos significativos cuando las personas carecen de la información, los recursos, la infraestructura y el apoyo social que necesitan para manejar su salud y bienestar menstrual de manera segura y con dignidad.

Commissioner for Children and Young People SA (Comisionado para Niños y Jóvenes de Australia del Sur)

La pobreza menstrual se refiere a la falta de acceso adecuado a: productos sanitarios, educación acerca de la salud menstrual, baños e instalaciones para lavarse las manos.

Compartir la dignidad

Period Positivity

accessibility equity dignity

EN
NUESTRA ESCUELA
QUIÉNES SOMOS
TENER POSITIVIDAD
MENSTRUAL

Como escuela que promueve la positividad menstrual ofreceremos:

Acceso a toallas sanitarias gratuitas en máquinas expendedoras ubicadas en cubículos designados de los baños para estudiantes.

Educación mejorada sobre salud menstrual alineada con el currículo de PDHPE (Desarrollo Personal, Educación para la Salud y Educación Física)

Nuestro objetivo es:

disipar mitos sobre la menstruación y derribar tabúes

promover la comprensión y proporcionar acceso a información precisa sobre la menstruación para todos los estudiantes.

Convicciones fundamentales de la fe católica para la educación

Una escuela católica cree en la dignidad, el valor y la igualdad de cada persona. Todos los alumnos, el personal, los padres y los miembros de nuestra comunidad reflejan la imagen del creador. Somos capaces de colaborar con Dios como cocreadores en la formación del mundo que nos rodea y en quienes nos convertimos.



Convocamos a padres/madres y cuidadores a asociarse con nosotros para **ayudar a todos los niños y jóvenes** a sentirse cómodos hablando sobre la salud menstrual y los periodos.



Escanee o haga clic para obtener más información acerca de cómo puede ayudar

¿Qué nos contaron los alumnos?

La menstruación sigue siendo un tema incómodo y nos gustaría que se normalizara.



La educación que separa a los alumnos por géneros aumenta el tabú.



El tabú sobre los periodos existe desde mucho antes de la escuela secundaria. Se necesita hacer más para derribarlo en la escuela primaria.



Aprendimos muy poco sobre la salud menstrual y, con frecuencia, no estamos seguros de qué síntomas son "normales".



A continuación se presenta un resumen de lo que los alumnos aprenderán en cada nivel escolar y algunas ideas sobre cómo puede apoyar este aprendizaje en casa. Si desea obtener más información, póngase en contacto con el docente a cargo del aula.

Grado	Etapa y Plan de estudios Resultado	¿Qué contenido se cubrirá en la escuela?	¿Cómo puede complementar este aprendizaje en casa?
Jardín de infantes	<p>Etapa inicial 1- PDe (Desarrollo Personal)-1 Identifica quiénes son y cómo crecen y cambian las personas</p>	<ul style="list-style-type: none"> Partes privadas y partes públicas del cuerpo Partes del cuerpo: vulva, vagina, trasero Etiquetar partes externas del cuerpo, como vulva, vagina, trasero, pene, escroto y testículos. 	<p>Ideas para conversaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> Usar lenguaje anatómico correcto al referirse a las partes del cuerpo Hablar de cuáles partes del cuerpo son privadas y públicas. Hablar de cómo creció y cambió nuestro cuerpo desde que nacimos <p>Libros</p> <ul style="list-style-type: none"> Your Whole Body- From your head to your toes and EVERYTHING in between (Todo tu cuerpo: desde la cabeza hasta los dedos de los pies y TODO lo que hay en el medio) de Lizzie DeYoung Charbonneau
Años 1 y 2	<p>Etapa 1- PD (Desarrollo Personal) 1-1 Describe las cualidades y características que los hacen similares y diferentes de otros</p>	<ul style="list-style-type: none"> Describe cambios en la apariencia física actual comparada con la que tenían cuando eran más chicos Etiquetar partes internas y externas del cuerpo, como vulva, trasero, vagina, útero, como parte de los sistemas del cuerpo Partes privadas y partes públicas del cuerpo (otras) 	<p>Ideas para conversaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> Hablar de cómo crece y cambia el cuerpo a medida que pasa el tiempo Usar lenguaje anatómico correcto al referirse a las partes del cuerpo Hablar de cuáles partes del cuerpo son privadas y públicas. <p>Libros</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Quién tiene qué? All about boy bodies and girls bodies (Todo acerca del cuerpo de los niños y el cuerpo de las niñas) de Robie H Harris (Autor) Everyone's got a bottom (Todos tenemos traseros) de Tess Rowley (Autor)
Años 3 y 4	<p>Etapa 2- PD (Desarrollo Personal) 2-1 Explora estrategias para manejar el cambio físico, social y emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> Describe cambios relacionados con la pubertad Cómo manejar cambios relacionados con la pubertad Las hormonas y cómo provocan cambios en el cuerpo. Ciclo menstrual Sangrado menstrual Cómo manejar los períodos: ropa interior para períodos, foallas sanitarias y tampones A dónde recurrir para obtener información o ayuda 	<p>Ideas para conversaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hablar con su hijo/a acerca de sus experiencias de crecimiento Hablar de cómo cambia el cuerpo durante la pubertad Conversar acerca de la menstruación (períodos) y de cómo manejarlos Usar lenguaje anatómico correcto al referirse a las partes del cuerpo y a la menstruación. Hablar de cuáles partes del cuerpo son privadas y públicas. <p>Libros</p> <ul style="list-style-type: none"> Special Girls Business (Temas especiales de las chicas) de Fay Angelo, Heather Anderson y Rose Stewart. Ilustrado por Julie Davey. Este libro está escrito para estudiantes con necesidades diversas de aprendizaje y detalla paso a paso como manejar los períodos.
Años 5 y 6	<p>Etapa 3 PD (Desarrollo Personal) 3.1 identifica y aplica fortalezas y estrategias para manejar cambios en la vida y transiciones</p> <p>PD (Desarrollo Personal) 3.3 evalúa el impacto de la empatía, la inclusión y el respeto hacia uno mismo y hacia los demás</p>	<ul style="list-style-type: none"> Las personas experimentan cambios relacionados con la pubertad en momentos diferentes, p. ej.: la menstruación. Explorar la función e interrelación de los sistemas del cuerpo, p. ej.: sistema endócrino y sistema reproductivo Manejar las respuestas física y emocional Manejar el uso de productos menstruales: elección, disponibilidad, acceso Participación, p. ej.: en deportes A dónde recurrir para obtener información o ayuda Investigar estrategias utilizadas para comunicar sentimientos y hacer preguntas 	<p>Ideas para conversaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hablar con su hijo/a acerca de sus experiencias de crecimiento en general y de los cambios relacionados. Conversar acerca de algunas cosas que pueden ser difíciles durante la pubertad, como los cambios físicos y emocionales en la gente. Quizás desee compartir sus propias experiencias con su hijo/a. Conversar acerca de qué hace que un adulto sea una buena persona con la que hablar y con qué otros adultos podría hablar. Hablar de cómo cambia el cuerpo y de los cambios a ritmos diferentes durante la pubertad. Conversar acerca de la menstruación (períodos) y de cómo manejarlos. Fomentar la participación en deportes, recreación y otras actividades después del inicio de la menstruación. Usar lenguaje anatómico correcto al referirse a las partes del cuerpo, los sistemas del cuerpo y la menstruación. Hablar de cuáles partes del cuerpo son privadas y públicas <p>Libros</p> <ul style="list-style-type: none"> Special Girls Business (Temas especiales de las chicas) de Fay Angelo, Heather Anderson y Rose Stewart. Ilustrado por Julie Davey. Este libro está escrito para estudiantes con necesidades diversas de aprendizaje y detalla paso a paso como manejar los períodos.