Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD** Proceso Gestión de Asistencia Técnica Plan de Intervenciones Colectivas **Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC**	E.S.E Hospital san José Viterbo - Caldas

ESE HOSPITAL SAN JOSÉ- VITERBO

LINEA: DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

ESTRATEGIA: HABILIDADES PARA LA VIDA SEMBRANDO CONOCIMIENTO

Nombre del profesional: Sara Valentina Chica Ramirez

Profesión: Enfermera

Fecha de ejecución: 03/10/2025

Hora inicio: 12:15 p.m **Hora final:** 01:15 p.m

Lugar de la capacitación: INSTITUCIÓN EDUCATIVA NAZARIO RESTREPO

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

ACTIVIDAD 3 . LA LIGA DE LA PUBERTAD.

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo general:

Promover en los estudiantes de grado 6-3 la comprensión integral de los procesos biológicos, emocionales y sociales que ocurren durante la pubertad, fortaleciendo actitudes de autoaceptación, autocuidado y respeto por la diversidad de experiencias individuales y culturales asociadas al desarrollo humano y la sexualidad.

Objetivos específicos:

- Reconocer el papel que desempeñan las hormonas en el crecimiento, la maduración corporal y la función reproductiva, comprendiendo los cambios físicos y emocionales propios de la pubertad.
- Fomentar la reflexión y el respeto frente a las diferentes concepciones culturales, sociales y religiosas sobre el sexo, el género y la reproducción, desarrollando habilidades para expresar sus propias ideas y emociones de manera asertiva y respetuosa.

3. CURSO DE VIDA

Primera infancia

4. METODOLOGIA

ACTIVIDAD 3: LA LIGA DE LA PUBERTAD.

I. Introducción

El taller **"La Liga de la Pubertad: ¡Descubre tus Poderes!"** se desarrolló con el propósito de promover el conocimiento y la comprensión de los cambios físicos, fisiológicos y emocionales que ocurren durante la pubertad, etapa esencial en el desarrollo humano.

La actividad buscó generar un espacio de reflexión, confianza y aprendizaje participativo, en el cual los estudiantes pudieran reconocer sus transformaciones corporales y emocionales como parte natural de su crecimiento.

Con un enfoque pedagógico creativo y lúdico, se utilizó la metáfora de una "liga de superhéroes" para representar los poderes, habilidades y desafíos propios de esta etapa, promoviendo la autoaceptación, la empatía y el respeto por el cuerpo y las diferencias individuales.

II. Logros esperados

- Reconocer los principales cambios físicos, emocionales y sociales asociados a la pubertad.
- Comprender la importancia de la salud menstrual y el autocuidado durante esta etapa.
- Fomentar la autoaceptación y la valoración del propio cuerpo.
- Desarrollar habilidades de trabajo en equipo, comunicación y creatividad a través de la elaboración de cómics.
- Reflexionar sobre la identidad personal y la importancia de respetar los procesos de los demás.

III. Ideas a trabajar

- Concepto de pubertad y sus principales características.
- Cambios físicos en niñas y niños durante la pubertad.
- Cambios emocionales y sociales.

- La salud menstrual y la higiene personal.
- Autoestima, identidad y aceptación de los cambios.
- La creatividad como herramienta para expresar emociones y experiencias.

IV. Procedimiento

1. Inicio del taller

- **Bienvenida y presentación del tema:** Se inicia con una breve introducción sobre la pubertad, preguntando a los estudiantes qué saben o han escuchado sobre los cambios del cuerpo.
- **Dinámica inicial:** Breve actividad rompehielos donde los estudiantes mencionan un "poder" que creen tener o les gustaría tener, relacionándolo con las capacidades que desarrollan al crecer.

2. Desarrollo

Desarrollo del tema

Durante el desarrollo del taller **"La Liga de la Pubertad: ¡Descubre tus Poderes!"**, se abordaron de manera integral los aspectos biológicos, emocionales, sociales y culturales relacionados con la etapa de la pubertad. El objetivo principal fue permitir que los estudiantes comprendieran los procesos de maduración física y reproductiva, al tiempo que reflexionaban sobre las diversas formas de interpretar el sexo, el género y la reproducción en diferentes contextos culturales.

En primera instancia, se trabajó la idea clave sobre el papel de las hormonas en la pubertad y el embarazo. A través de explicaciones apoyadas en diapositivas, los estudiantes aprendieron que los cromosomas determinan el sexo del feto en las primeras etapas del embarazo, y que las hormonas —como la testosterona y los estrógenos— cumplen un papel fundamental en el crecimiento, el desarrollo de los órganos reproductivos y la regulación de las funciones sexuales. Se enfatizó que estos cambios hormonales no solo transforman el cuerpo, sino que también influyen en las emociones, el estado de ánimo y la percepción de sí mismos.

En este espacio, se promovió la comprensión y aceptación de los cambios físicos como una parte natural del desarrollo humano, permitiendo que los estudiantes reconocieran la importancia de las hormonas en el equilibrio del organismo y en procesos vitales como la pubertad y la reproducción. A través de dinámicas participativas y preguntas orientadoras,

se fortaleció la curiosidad científica, la autoconfianza y el respeto por las diferencias individuales.

Posteriormente, se trabajó la segunda idea clave, enfocada en las dimensiones sociales y culturales del sexo, el género y la reproducción. Se realizaron actividades de diálogo y reflexión en las que los estudiantes distinguieron entre los aspectos biológicos y sociales de estos conceptos, reconociendo que las nociones de masculinidad, feminidad y sexualidad varían entre culturas, religiones y contextos históricos.



Se promovió el análisis crítico y el respeto hacia las diversas formas de pensar y vivir la sexualidad, fomentando la empatía y la comprensión de que las convicciones personales, religiosas o culturales sobre el sexo y el género pueden diferir. Los estudiantes compararon estas perspectivas y reflexionaron sobre sus propias ideas y valores, expresándolas de forma respetuosa y fundamentada.

El taller, además de brindar conocimiento científico, buscó formar actitudes y habilidades para la vida, promoviendo la autoestima, la identidad personal, la toma de decisiones informadas y el autocuidado. Se integraron actividades lúdicas como la creación de cómics, en la que los estudiantes representaron, a través de superhéroes, los cambios físicos y emocionales que viven durante la pubertad, fortaleciendo la creatividad, la colaboración y la comunicación.

En conjunto, el desarrollo del tema permitió alcanzar los objetivos de aprendizaje propuestos, logrando que los participantes:

- Explicaran los procesos biológicos que determinan el sexo y la función hormonal en el cuerpo.
- Describieran cómo las hormonas influyen en el crecimiento y la maduración reproductiva.
- Reconocieran la importancia de las hormonas en la pubertad y el embarazo.
- Distinguiran entre los componentes biológicos y sociales del sexo, el género y la reproducción.
- Compararan las distintas formas culturales y religiosas de comprender estos temas.

- Reflexionaran sobre sus propias creencias y expresaran sus ideas con respeto y empatía.

De esta manera, el taller contribuyó no solo al fortalecimiento del conocimiento científico sobre la pubertad, sino también al desarrollo de una mirada crítica, respetuosa y consciente frente a la diversidad y los procesos de crecimiento personal.

Actividad central: Creación de cómics



- Los estudiantes se dividen en grupos pequeños.
- Cada grupo crea una *Liga de Superhéroes de la Pubertad*, representando mediante dibujos y textos los cambios que viven en esta etapa.
- Los personajes deben tener **nombres, superpoderes y características** que simbolicen aspectos como el crecimiento, las emociones, la responsabilidad o la empatía.
- Se promueve la creatividad, el trabajo en equipo y la reflexión sobre la identidad.

Evaluación y retroalimentación

- Los grupos presentan sus cómics y comparten las historias con sus compañeros.
- Se realiza una retroalimentación positiva, resaltando los aprendizajes y las representaciones más significativas.
- Se reconocen los valores de respeto, aceptación y participación activa.

VII. Cierre

El taller culminó con una reflexión conjunta en la que los estudiantes compartieron sus aprendizajes y percepciones sobre los cambios que experimentan durante la pubertad. A través de la creación de sus cómics y personajes, lograron comprender que esta etapa es una fase natural del crecimiento, llena de transformaciones físicas, emocionales y sociales que fortalecen su identidad y autonomía. El espacio permitió fomentar la confianza, la autoaceptación y el respeto por las diferencias individuales, reafirmando la importancia del autocuidado y la educación en salud como herramientas fundamentales para transitar este proceso de manera positiva y consciente.



Se da por culminada la reunión a las 1:15 pm.

SARA VALENTINA CHICA
ENFERMERA PIC TERRITORIAL