

## Tópico de la Lección: La pubertad y cómo ocurre un embarazo

Alineación de estándares:

### Estándares Nacionales de Educación Sexual

**PD.5.CC.2 – Describir cómo la pubertad** prepara los cuerpos humanos para el potencial de reproducción y que algunas personas sanas tienen condiciones que afectan la capacidad de reproducción.

**SH.5.CC.1 – Explicar la relación entre las relaciones sexuales y la reproducción humana.**

**SH.5.CC.2 – Explicar la gama de formas en que puede ocurrir el embarazo (p. ej., In vitro fertilization [UVF], madre de alquiler)**

**PD.5.AI.2:** identificar adultos de confianza, incluidos padres, cuidadores y profesionales de la salud, a quienes los estudiantes pueden hacer preguntas sobre la pubertad y la salud de los adolescentes.

### Estándares de Contenido Académico de Nevada

**1.HRS.5.3 – Describir cómo la pubertad** prepara los cuerpos humanos para el potencial de reproducción.

**1.HRS.5.1 – Identificar las estructuras y funciones de los sistemas reproductivos humanos usando términos anatómicos correctos.**

### Objetivos

- Describir cómo la pubertad prepara el cuerpo biológico masculino para el potencial de reproducción.
- Describir cómo la pubertad prepara el cuerpo biológico femenino para el potencial de reproducción.
- Definir “relaciones sexuales” dentro del contexto de la reproducción humana.
- Describir el proceso de reproducción humana identificando el orden correcto de los pasos involucrados en la concepción.
- Describir qué células están involucradas en la reproducción humana (esperma y óvulo).
- Explicar al menos dos formas en las que puede ocurrir un embarazo que no incluyan las relaciones sexuales.
- Mencionar al menos dos razones por las que alguien podría elegir usar uno de estos métodos.
- Definir el término abstinencia

**Actividades:**

**Video:** Menstruación: qué esperar (detenga el video a las 3:00) <https://youtu.be/DBe7-PHRav8>

**Video:** Explicación del embarazo y la reproducción (detenga el video a las 2:15): <https://youtu.be/OejdOS4lqeE>

“Cómo sucede el embarazo/Diagrama de reproducción humana” – archivo adjunto

Boletas de salida: ubicadas al final del paquete.

**Preparación de la Lección:**

- Actividad sobre cómo sucede un embarazo: si se completa en grupos pequeños, haga suficientes copias para un conjunto/grupo.
- Los estudiantes necesitarán tijeras y pegamento
- Copias de la boleta de salida (si elige usarla), para cada uno de sus estudiantes. O puede pedirles que respondan en el reverso de la ficha (utilizada para preguntas anónimas).

**Introducción a la Lección:**

- COMPARTIR es importante para todos en la clase.
- El objetivo es que cada uno de ustedes sienta que estas clases se relacionan con usted y su vida.
- Este plan de estudios y las conversaciones de clases resultantes tienen la intención de ser respetuosas e inclusivas de muchas perspectivas y permitir que todos los estudiantes se vean a sí mismos y comprendan su propia salud y sexualidad.
- El propósito de COMPARTIR es ayudarlo a tomar decisiones informadas y evitar comportamientos que lo pongan en riesgo.
- Todas las preguntas son bienvenidas. Si no se siente cómodo preguntando en clase, he proporcionado papel para preguntas anónimas, o puede hablar conmigo más tarde.

**Uso de palabras de slang (dialecto):** si los estudiantes usan palabras de slang, tenga en cuenta que puede ser el único idioma que hayan escuchado antes de esta clase. También es posible que solo estén tratando de enojarle. Ya que no conocerá su motivación, si usan un término slang o de jerga, corríjalos suavemente (recuérdelos que estamos usando los términos anatómicos correctos, como científicos) y pídale que continúen. Por ejemplo, si dijera "bolas" en lugar de "testículos", es probable que se rían un poco. Simplemente diga: "¿Y cuál es la palabra que aprendimos para" bolas? "Y repetir usando el término testículos.

**Lección:**

Explique a los estudiantes que el enfoque de la lección es cómo la pubertad puede preparar el cuerpo humano para el potencial de reproducción.

**Diapositiva 1:**

- Pregunte, “¿Quién recuerda lo que es la pubertad? Hablamos un poco sobre eso en la primera lección y en cuarto grado”.
  - Cuando nuestros cuerpos comienzan a liberar hormonas especiales de la glándula pituitaria.
  - Cuando un cuerpo comienza a atravesar la pubertad, ocurren muchos cambios.
    - Dos de los cambios son:
      - El cuerpo masculino (un cuerpo con testículos) comienza a producir espermatozoides (no se nace con espermatozoides, y cuando comienza la pubertad, puede producir varios millones de espermatozoides por día)
      - El cuerpo de la mujer (un cuerpo con útero) [que nace con todos los óvulos (inmaduros) que tendrá] generalmente comienza su ciclo menstrual, - *comienza su período.*

Vamos a ver un video corto sobre el ciclo menstrual. Dígales que les hará algunas preguntas sobre el video, así que preste mucha atención. Video: Menstruation: What to Expect

Menstruación: lo que se espera (stop video at 3:00) <https://youtu.be/DBe7-PHRav8>

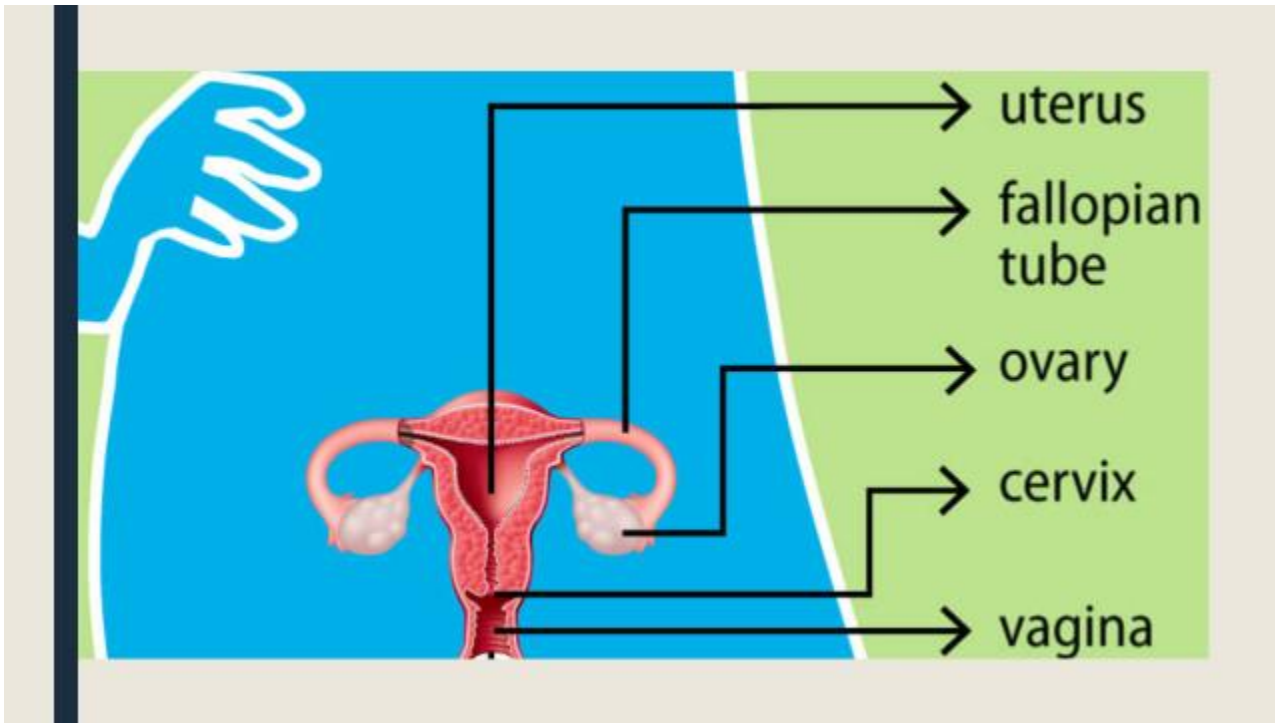
Diapositiva2:

## Menstruación: qué esperar



- Revisión de video: pregunte a los estudiantes
  - ¿Qué es el ciclo menstrual?
    - El proceso mensual que ocurre en el cuerpo de una mujer para prepararse para un posible embarazo.

## Diapositiva 3:



• ¿Cuáles son algunas cosas que suceden durante el ciclo? (sondee para cualquiera de los siguientes)

- Liberación de un óvulo (*huevo*) de los ovarios (llamada ovulación)
- Engrosamiento de la pared uterina
- Síntomas premenstrual- PMS
- Desprendimiento de la pared uterina engrosada a través del sangrado (llamado menstruación, también conocido como “período”)
- Más información para compartir con los estudiantes: Las fluctuaciones hormonales impulsan los cambios que ocurren durante el ciclo menstrual. Si no se produce el embarazo (el óvulo no se encuentra con un espermatozoide ni se fertiliza), el cuerpo se deshace del revestimiento adicional del útero. La sangre y el tejido salen del útero a través del cuello uterino y salen del cuerpo a través de la vagina.
- El propósito de las paredes uterinas engrosadas es prepararse para que comience un óvulo fertilizado y un embarazo.

“¿Qué sucede cuando ese óvulo se fertiliza?”

## Diapositiva 4:

Video: Pregnancy and Reproduction Explained (stop video at 2:15): Video <https://youtu.be/OejdOS4lqeE>

(Explicación del embarazo y la reproducción) (detener el video a las 2:15)

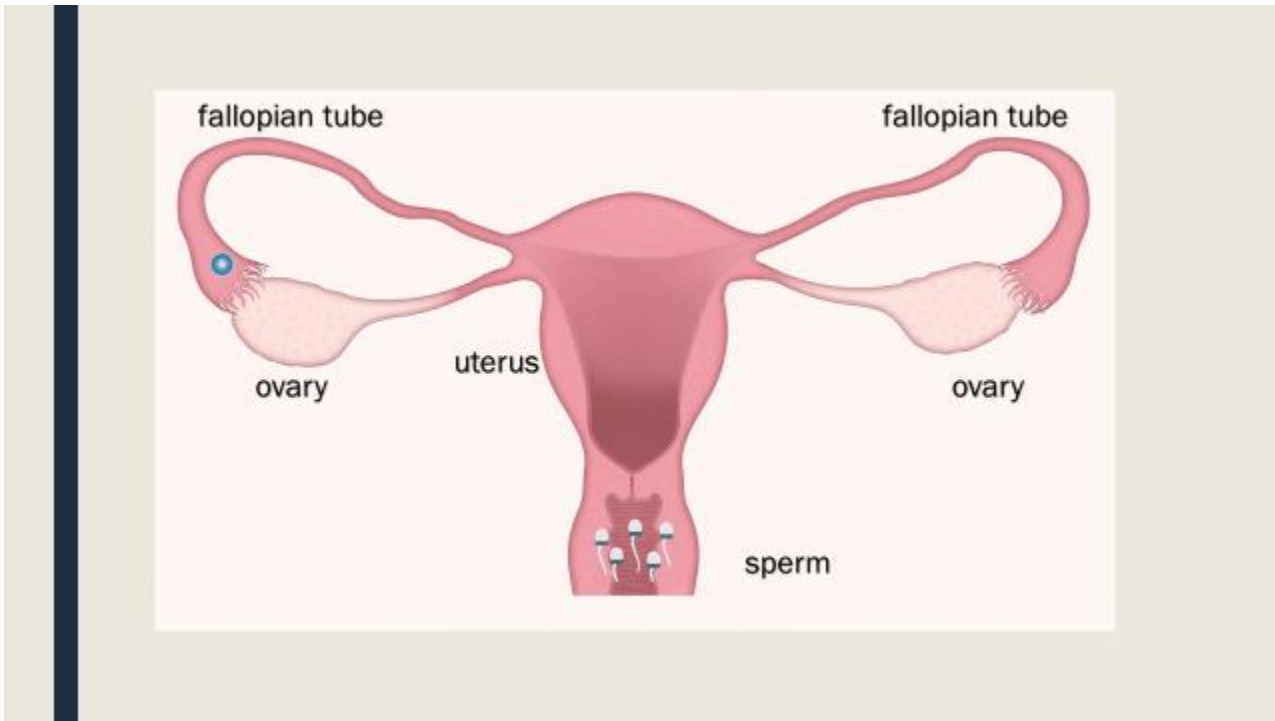
- Mientras miran el video, pida a los estudiantes que presten atención a lo que se necesita para que ocurra un embarazo.

## Explicación del embarazo y la reproducción



Verifique si hay preguntas sobre cualquier cosa incluida en el video.

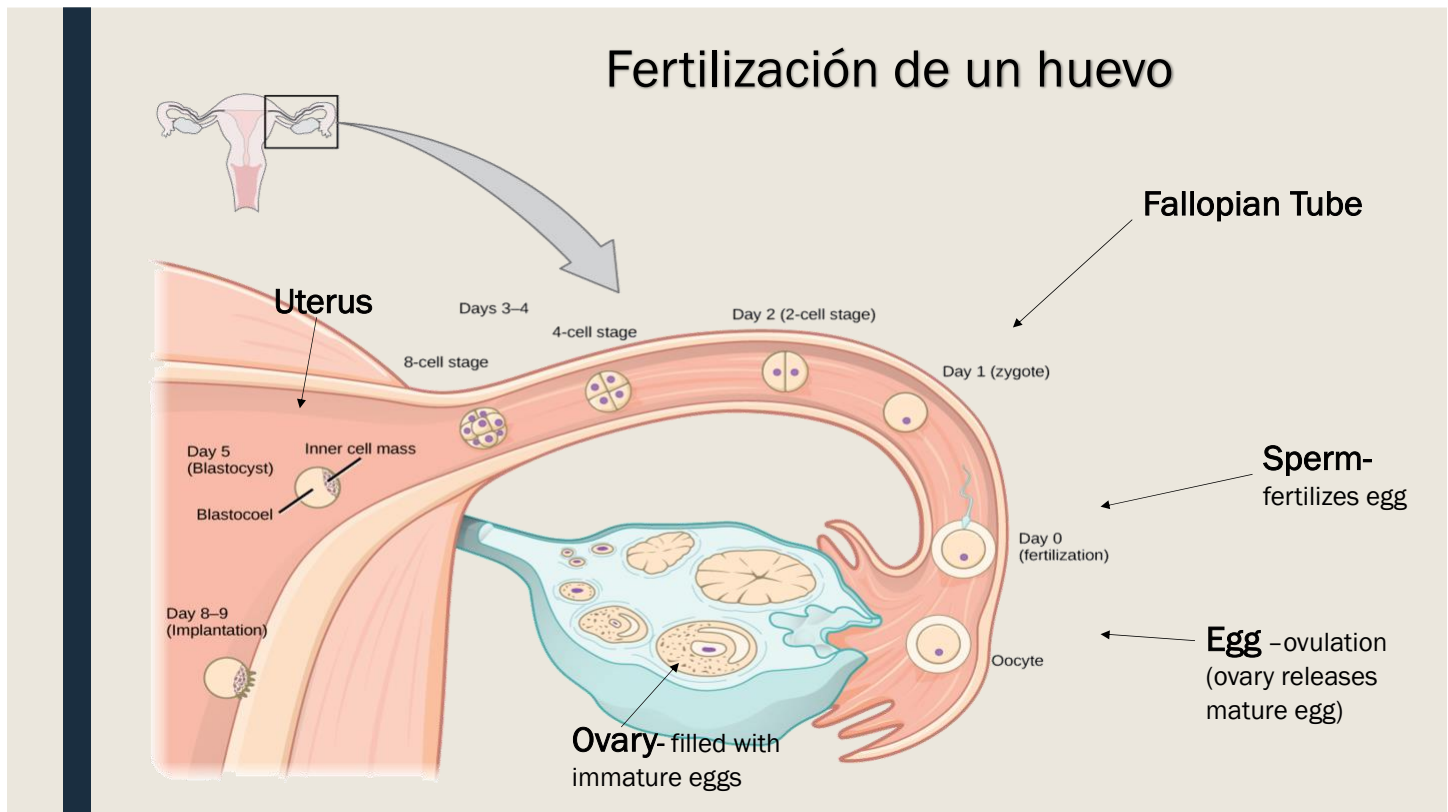
### Diapositiva 5: Pasos de la Fertilización



- Los espermatozoides de los testículos entran en la vagina. (si le preguntan "¿cómo sucede eso?", explicarles a los estudiantes que llegará a eso en unos momentos y que mantengan la pregunta)
- Los espermatozoides nadan hacia el útero y hacia ambas trompas de Falopio en busca de un óvulo.



Diapositiva 6: Fertilization of the egg. Fertilización del huevo



- Sale un óvulo de uno de los ovarios (Ovulación-esto sucede aproximadamente una vez al mes).
  - Si el espermatozoide encuentra un óvulo, todos intentan entrar.
  - Por lo general, solo un espermatozoide lo hace y luego ningún otro espermatozoide puede entrar.
- Cuando un óvulo tiene un espermatozoide dentro, el óvulo ha sido fertilizado.
  - Fertilizado significa agregar algo para hacer crecer una célula viva.
  - Sin embargo, una vez que el óvulo es fertilizado, el embarazo no ha comenzado, debe darse un último paso.
- El óvulo fertilizado entra en el útero y trata de adherirse (implantación) a una de las paredes del útero.
  - Si tiene éxito, comienza un embarazo.
  - Si no tiene éxito, se rompe en pedazos y sale por la vagina.

Diapositiva 6 - Notas del Maestro:

- Dentro del ovario verde azulado, albergan todos los óvulos que tendrá el sexo femenino.
- Las hormonas en el cuerpo y en el cuerpo lúteo (que se forma en el ovario como se muestra en el diagrama) secretarán hormonas en el sitio de un folículo y luego, una vez que maduren, liberarán el óvulo (o el huevo) que luego se recolectará hacia arriba por los brazos de la trompa de Falopio.



- El tamaño del cuerpo lúteo puede variar según el momento de un ciclo de menstruación y si el óvulo no se fertiliza, el cuerpo lúteo se vuelve inactivo después de unos 10 a 14 días y es por eso que ocurre la menstruación.
  - Una vez que el esperma ingresa/fertiliza el óvulo, viajará por la trompa de Falopio; a medida que viaja, las células se dividen rápidamente y forman un blastocisto (*etapa temprana del desarrollo del embrión*) que luego está listo para ser implantado en el revestimiento del útero.
  - Cuando nace alguien con útero/ovarios, tendrá de 1 a 2 millones de óvulos en sus ovarios, esa cantidad continúa disminuyendo a medida que envejece; en promedio, de todos esos óvulos, solo ovularás alrededor de 300-400 óvulos en tu vida.
  - Aquellos que nacen con pene y testículos comenzarán a producir espermatozoides durante la pubertad y luego continuarán regenerando espermatozoides a lo largo de su vida: se producen varios millones de espermatozoides diariamente.
- 

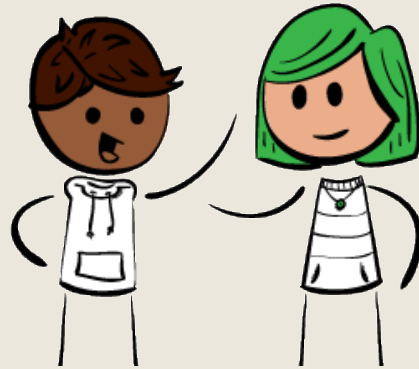
Actividad: Cómo ocurre el embarazo (ubicado al final de esta lección)

- Los estudiantes trabajan en parejas o en pequeños grupos.
- Distribuir un juego de tarjetas de Reproducción y un diagrama
- Los estudiantes cortan tarjetas y las colocan en el lugar correcto en el diagrama
- Proporcionar suficiente tiempo para cortar tarjetas (demuestre una forma rápida de cortar) y pegue en el diagrama (10 minutos).
- Leer la clave de respuestas y los estudiantes se corrigen a sí mismos.

Diapositiva 7:

## Actividad

Con un/a  
compañero/a  
Completa "Cómo  
sucede el  
embarazo"



Pedir a los estudiantes que trabajen en grupos pequeños para completar el diagrama de cómo ocurre un embarazo.

Decir algo como "Has hecho un gran trabajo recordando cómo los espermatozoides ingresan al útero para intentar crear un embarazo. El video que vimos hace un rato decía que había tres formas en que esto puede suceder.

- ¿Quién recuerda cuáles eran?

## Diapositiva 8:

# 3 MANERAS DE CREAR UN EMBARAZO

Contacto sexuales pene-vagina  
inseminación artificial  
fertilización in-vitro

- Sondea para: relaciones sexuales pene-vagina, inseminación artificial y fecundación in-vitro
  - Relaciones sexuales pene-vagina: La inserción del pene en la vagina.
  - Inseminación artificial o alternativa: Cuando un profesional de la salud ayuda, alguien para que quede embarazada sin tener relaciones sexuales pene-vagina. El proveedor de atención médica podría insertar semen lleno de espermias en una vagina para intentar crear un embarazo.
  - Fertilización in-vitro: el proveedor de atención médica extrae un óvulo de un ovario e inserta espermatozoides en él para fertilizar el óvulo. Ese huevo se coloca en el útero con la esperanza de que se adhiera a la pared del útero, lo que se denomina implementación.
- ¿Alguien puede pensar en una razón por la que alguien podría elegir uno de los métodos alternativos en lugar del contacto sexual pene-vagina?
  - Sondea para ver:
    - Si una pareja (uno tiene testículos y el otro ovarios) están tratando de tener un bebé, y después de intentos fallidos, necesitan ayuda.
    - Si una persona con útero tiene (40 años y más), puede ser más difícil quedar embarazada. Por lo tanto, pueden elegir uno de los métodos alternativos para aumentar sus posibilidades de éxito.

- Si una pareja de lesbianas, o una pareja en la que ambas partes tienen útero, quiere tener un bebé y una de las partes desea quedar embarazada. (puede haber una pregunta sobre parejas homosexuales o una pareja en la que ambos miembros tienen testículos, queriendo tener un bebé por adopción o [surrogacy - madre de alquiler] cuando otra persona con útero lleva el embarazo)
- Si alguien con útero quiere tener un embarazo, pero no tiene una pareja con pene y testículos, o no quiere tener contacto sexual pene-vagina para quedar embarazada.

## Abstinencia

- La atención se ha centrado en cómo ocurre un embarazo, pero también debemos abordar el tema de la abstinencia.
- Elegir tener sexo por primera vez es una gran decisión que es muy personal
  - La gente piensa en muchas cosas diferentes: creencias religiosas, espirituales y morales; valores familiares y personales; deseo; amor; y/o relaciones.
  - Cualquiera que sea el motivo, es importante esperar hasta estar seguro/segura de que está listo/lista para tener relaciones sexuales.
  - Muchos adolescentes que han tenido relaciones sexuales dicen que desearían haber esperado.
  - El hecho de que alguien haya tenido relaciones sexuales antes no significa que tenga que volver a hacerlo.
  - Las personas pueden ser abstinentes (no tener relaciones sexuales) en cualquier momento, por cualquier motivo. Y algunas personas optan por no tener relaciones sexuales nunca, eso también totalmente, está bien.

### Diapositiva 9: Abstinencia:

- Definición de abstinencia del WCSD

## DEFINICIÓN DE ABSTINENCIA DEL WCSD

- La abstinencia sexual se define como abstenerse de toda forma de actividad sexual y contacto genital, como el sexo vaginal, oral y anal.
- Una persona abstinentes es alguien que nunca ha tenido relaciones sexuales o alguien que ha tenido relaciones sexuales pero que ha decidido no continuar teniendo relaciones sexuales por un período de tiempo.
- La abstinencia es la única forma 100% efectiva de prevenir el VIH de transmisión sexual, otras enfermedades o infecciones de transmisión sexual y el embarazo.
  - *Tener sexo: cuando los genitales de una persona tocan los genitales, la boca o el ano de otra persona.*
  - *El embarazo resulta más comúnmente del sexo vaginal.*

- La abstinencia sexual se define como abstenerse de toda forma de actividad sexual y contacto genital, como el sexo vaginal, oral y anal.
  - Una persona abstinentes es alguien que nunca ha tenido relaciones sexuales o alguien que ha tenido relaciones sexuales pero que ha decidido no continuar teniendo relaciones sexuales por un período de tiempo.
  - La abstinencia es la única forma 100% efectiva de prevenir el VIH de transmisión sexual, otras enfermedades o infecciones de transmisión sexual y el embarazo.
    - Tener Sexo: cuando los genitales de una persona tocan los genitales, la boca o el ano de otra persona.
    - El embarazo resulta más comúnmente por tener sexo vaginal.
- Virginidad y Abstinencia – muchas veces los estudiantes confunden los dos. Asegurarse de señalar que la abstinencia o ser abstinentes no es lo mismo que la virginidad.
    - Virgen: es alguien que nunca ha tenido relaciones sexuales (como se define en la definición de abstinencia del WCSD).
    - La virginidad significa diferentes cosas a diferentes personas

## Diapositiva 10:

¿Dónde puedes ir si tienes más preguntas?

## ¿Con quién puedes hablar?

Padre o  
guardián

Adulto de  
confianza

Consejero  
Escolar

Enfermera  
Escolar

Maestro

Líder basado  
en la fe

Clínica de la  
salud

Proveedor  
de la salud

Diapositiva 11:

# PAPEL DE SALIDA

¿Cómo se llama cuando un espermatozoide entra en un óvulo?

¿Qué tiene que hacer un óvulo que tiene un espermatozoide en su interior para que pueda comenzar un embarazo?

DRAFT



## Papel de salida

Nombre \_\_\_\_\_

1. Cuando un espermatozoide entra en un óvulo, se llama \_\_\_\_\_

2. Qué tiene que hacer un óvulo con un espermatozoide dentro antes de que pueda comenzar un embarazo? \_\_\_\_\_

---

---

---

---

## Papel de salida

Nombre \_\_\_\_\_

3. Cuando un espermatozoide entra en un óvulo, se llama \_\_\_\_\_

4. ¿Qué tiene que hacer un óvulo con un espermatozoide dentro antes de que pueda comenzar un embarazo? \_\_\_\_\_

---

---

---

---