Ficha didáctica para
Nivel Secundario
Formación General
2.º año

ESI

Eje: Adolescencia, sexualidad y vínculos.
Capacidades: Cuidado de sí, desarrollo personal.
Objetivos: Familiarizarse con la menarquía.

Contenidos curriculares: Crecimiento y desarrollo bio-psicosocial.

Buenos Aires Ciudad

¿A qué llamamos *menarquia*?

Antes de empezar

Para pensar:
De acuerdo a los últimos datos, el 58.4% de los hogares de nuestro país tiene al menos una persona menstruante de entre 13 y 50 años. Sin embargo, conversar sobre menstruación aún hoy es dificultoso por los tabúes y mitos que existen en torno a los procesos corporales asociados a las mujeres y diversidades.

1. Reúnanse en pequeños grupos y debatan:
   - ¿Qué mitos y tabúes conocen sobre la menstruación? Por ejemplo, algunas personas creen que si están menstruando no pueden bañarse, ¡y eso no es verdad, es un mito!
   - ¿De qué manera creen que los mitos sobre la menstruación afectan las primeras experiencias menstruales?
   - ¿Consideran que aún hoy es difícil conversar abiertamente sobre este tema?
   - ¿Escucharon alguna vez las palabras *menarquia* o *menarca*? Si no, pueden realizar una pequeña búsqueda en internet.

2. En pequeños grupos, debatan:
   - ¿Cómo creen que vivían su menarca nuestras abuelas?
   - En la actualidad, ¿quiénes acompañan a las personas que menstrúan en sus procesos de menarquía? ¿Qué sucede en nuestro entorno cuando una persona tiene su menarquía? ¿Conocen algún ritual o tradición que se realice al llegar la menarquia?
   - ¿Con quién o con quiénes nos sentimos bien conversando al respecto? ¿Qué emociones registramos en ese momento?
   - ¿Cómo viven estos procesos las personas que no menstrúan? ¿Qué emociones les genera conversar sobre estos temas?
   - ¿Por qué creen que es importante que se converse sobre estos procesos?

Pista: *La artista Rebeca Lane es rapera, poeta y socióloga guatemalteca. Hace muy poco lanzó su nueva canción: Flores Rojas. ¿Qué mensaje creen que intentó transmitir con su arte? Pueden escuchar la canción en el siguiente enlace:*

"Flores Rojas - Rebeca Lane (video oficial)". Canal de Rebeca Lane.
https://bit.ly/3jPu2px

Escaneá este código para acceder al contenido.

Antes de terminar

Les pedimos que, con cada uno de los pequeños grupos en los que trabajaron, armen preguntas, frases o consignas que hayan surgido en el trabajo con esta ficha. Escríbanlas en el pizarrón y en un plenario general compartan sus reflexiones.

Para profundizar

Pueden leer el siguiente artículo para continuar pensando la temática:

"'Menstruación sorpresa': la mayoría de las niñas llega a su menarca sin información". *Clarín*, 28 de mayo de 2021.
https://bit.ly/3Euw9II

Escaneá este código para acceder al contenido.

G.C.A.B.A. | Ministerio de Educación | Dirección General de Planeamiento Educativo | Gerencia Operativa de Currículum.