

ACOMPAÑANDO LA PRIMERA MENARQUÍA (MENSTRUACIÓN)



Descripción del curso

El ciclo ovulatorio impacta material y simbólicamente en la vida de las niñas, adolescentes y niñas menstruantes, y tiene, además, distintas implicancias dependiendo del contexto socioeconómico, político, cultural, histórico, entre otros.

Este curso ahonda en la educación menstrual que hace frente a la desinformación, con el propósito de impedir en las infancias y juventudes una sensación de incertidumbre, soledad, vergüenza, asco, entre otras repercusiones negativas. Estas últimas no dejan espacio a la libre exploración y vivencia de su propio cuerpo, la construcción en torno a él y las percepciones respecto a sus relaciones sexoafectivas.

En suma, este curso genera un espacio para compartir conocimientos y perspectivas que sirvan a acompañantes como insumos para una educación menstrual que empodere, escuche y valide a las niñas y jóvenes. Esto puede permitir no solo una vivencia más plena del ciclo ovulatorio menstrual, sino también la de una sexualidad y afectividad más plena.

Lo que aprenderás

Conocerás nuevas perspectivas en torno al acompañamiento menárquico.

A quién va dirigido

Dirigido a mujeres que acompañen niñas/es entre 8 y 12 años. *No está dirigido a mujeres que buscan formar a otras mujeres en esta temática.

Selección

La selección de participantes considera hasta un máximo de dos cursos y/o talleres, con prioridad a quien viva o trabaje en Recoleta, equidad de género y preferencia del curso y/o taller manifestada en el orden de tus postulaciones (más detalles de este proceso en el **Programa del curso**).

Certificación y gratuidad

El curso **será certificado por la UAR** si se cumplen los requisitos de aprobación. **No tiene costo de ningún tipo** para las y los participantes.

DATOS RELEVANTES

Modalidad

Curso en sala virtual (CSV).

Fecha inicio de postulación

Martes 6 de septiembre.

Plazo máximo de postulación

Domingo 2 de octubre hasta las **23:59** horas de Chile.

Resultados de la postulación

Martes 4 de octubre.

Cupo máximo

65 participantes.

Cupo mínimo

10 participantes.

Requisito

15 años mínimo, conexión a internet y cualquier aparato electrónico inteligente.

Fecha inicio curso

Semana del martes 11 de octubre.

Día y hora de la clase en línea vía Zoom

Martes 20:00 horas de Chile.

Duración del curso

8 semanas.

Tiempo de dedicación estimada por semana

4 horas.

Duración de la clase en línea vía Zoom

90 minutos.

Idioma

Español.

Plataformas

Ucampus / Zoom.

Docentes**Gladys Aravena**

Educadora de Párvulo y Escolares Iniciales, con experiencia en escuelas Montessori con trayectoria y proyectos educativos incipientes, en organizaciones sociales, en Universidad y otros espacios educativos. En busca de una Educación Integral ha nacido mi inquietud por el estudio de distintas líneas educativas (Montessori, Waldorf y educación menstrual), lo que me ha permitido ampliar la mirada respecto a lo que es educar-nos, seamos niños, niñas, familias o docentes.

Berenice Aravena

Actriz y monitora teatral con experiencia en colegios y organizaciones sociales realizando talleres de teatro, arte-terapia y obras para niños y niñas con un alto grado de compromiso con la integración del cuerpo y las emociones en el espacio físico y social de las personas.

Francisca Ribba

Psicóloga con mención en Psicología Educacional. Experiencia en contextos educativos de enseñanza regular tanto municipales como particulares, espacios de educativos comunitarios no formales y espacios educativos con metodologías alternativas de enseñanza. He trabajado con niños, niñas, adolescentes y jóvenes, tanto en Chile como en el extranjero.

Agente de cambio

Los **Cursos en sala virtual (CSV)** de la UAR alientan la construcción participativa, reflexiva y crítica de saberes imprescindiblemente vinculados a los contextos y memorias de cada estudiante y de las comunidades donde ellas y ellos se desenvuelven.

Selección

- La selección consiste en procesar las postulaciones en Ucampus para luego asignar los cupos disponibles en cada curso y/o taller.
- Este proceso es realizado de forma automática por la plataforma educativa Ucampus, la cual ha sido programada para ese fin. Los criterios ocupados se detallan a continuación:
 - Cada postulante podrá participar de un **máximo de dos cursos y/o talleres**.
 - Si postulas a dos, o más cursos y/o talleres, y existe un **tope de horario** (o sea, que coinciden en el día y la hora de la clase sincrónica o presencial en caso de TPT), serás seleccionada/o en solo uno de ellos.
 - Para asignar los cupos de cada curso, se considerarán tres aspectos: i) **prioridad** a quien viva o trabaje en Recoleta, ii) **equidad** de género y iii) la **preferencia** del curso manifestada en el orden de tus postulaciones.

Programa

Semana	Fecha de apertura	Temas	Resultado de aprendizaje
1	Martes 11 de octubre	Re-significación de la menarquia personal: <ul style="list-style-type: none">• Visibilización de las menarquias personales y colectivas.	Reflexionarás sobre la menarquia personal: creencias, tabúes, ideas, emociones y otras emergentes.

		<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocimientos de emociones e ideas en torno a sus menarquias. 	
2	Martes 18 de octubre	Creencias personales y colectivas sobre el ciclo ovulatorio-menstrual: <ul style="list-style-type: none"> ● Conocimiento de ideas, tabús, emociones y vivencia del ciclo. ● Análisis de creencias o tabúes sociales respecto al ciclo ovulatorio- menstrual (a través de publicidad). 	Identificarás creencias y tabúes personales y colectivos, respecto al proceso ovulatorio-menstrual.
3	Martes 25 de octubre	Creencias y tabúes respecto a nuestros cuerpos: <ul style="list-style-type: none"> ● Creencias y tabú de las adultas acompañantes. ● Creencias de las niñas a las que acompañan. ● Anatomía: anatomía externa (vulva y pubis), anatomía interna (útero). 	Reflexionarás sobre creencias y tabúes personales y colectivos en torno a la construcción de percepciones sobre los cuerpos y genitales, órganos internos y externos de cuerpos que menstrúan.
4	Martes 08 de noviembre	Ciclo ovulatorio- menstrual: <ul style="list-style-type: none"> ● Fases del ciclo. ● Menstruación y ovulación, como signos de salud. ● Relación estrógeno/progesterona. ● Gestión menstrual e impacto en las distintas esferas de la vida. 	Profundizarás en el conocimiento del ciclo ovulatorio - menstrual y cómo se manifiesta en distintas esferas de la vida social, política, laboral, entre otras.
5	Martes 15 de noviembre	Etapa del desarrollo vital de la niña en etapa menárquica:	Profundizarás en el conocimiento de la

		<ul style="list-style-type: none"> ● Mirada general a las etapas del desarrollo vital desde 0 a 21 años. ● Pubertad: cambios físicos, emocionales, sociales, pensamiento. 	etapa del desarrollo vital de las niñas en contexto menárquico.
6	Martes 22 de noviembre	Menarquia e inicio a la ciclicidad: <ul style="list-style-type: none"> ● Comprensión del paso de niña a niña cíclica versus de niña a mujer. ● Activación del eje hipotálamo-hipófisis-ovárico. ● Hormonas sexuales y activación en el cuerpo. ● Maduración del ciclo ovulatorio- menstrual. ● Los ciclos personales y de la naturaleza. 	Conocerás hitos del proceso menárquico e inicio de la ciclicidad y perspectivas de la misma.
7	Martes 29 de noviembre	Herramientas para el acompañamiento: <ul style="list-style-type: none"> ● Presentación de herramientas. 	Conocerás distintas formas de acompañar la menarquia y el inicio cíclico.
8	Martes 06 de diciembre	Herramientas para el acompañamiento: <ul style="list-style-type: none"> ● Presentación de herramientas. ● Rol de quién acompaña. ● Cierre de encuentros. 	Conocerás distintas formas de acompañar la menarquia y el inicio cíclico.

Clase en línea vía Zoom	Día	Hora inicio (hora de Chile)	Hora término (hora de Chile)
1	Martes 11 de octubre.	20:00	21:30
2	Martes 18 de octubre.	20:00	21:30

3	Martes 25 de octubre.	20:00	21:30
4	Martes 08 de noviembre.	20:00	21:30
5	Martes 15 de noviembre.	20:00	21:30
6	Martes 22 de noviembre.	20:00	21:30
7	Martes 29 de noviembre.	20:00	21:30
8	Martes 06 de diciembre.	20:00	21:30

Si tienes alguna duda respecto a este curso, su realización y postulación, por favor, escríbenos al correo electrónico megatutoria@uarecoleta.cl