

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES (ENAPEA)

26 de Septiembre,
Día Mundial para la Prevención del
Embarazo en Adolescentes

Kit de activaciones

2026

YO
DECIDO





Gobierno de
México

Índice

PRESENTACIÓN.....	1
OBJETIVO.....	1
ACTIVIDAD 1. CAMPAÑA PARA REDES SOCIALES	3
ACTIVIDAD 2. JORNADA POR LOS DERECHOS, LA IGUALDAD Y LA AUTONOMÍA.....	4
ACTIVACIONES QUE INTEGRAN LA JORNADA.....	7
Conversatorio: “Mis derechos, mi voz, mi comunidad”	8
Tendedero artístico reflexivo	12
Rally por los derechos sexuales.....	15
Cine Debate	19
Lotería de derechos sexuales y reproductivos.....	23
Bingo de los métodos anticonceptivos.....	26
Reflexión grupal: “¡Yo Decido!” mi proyecto de vida con autonomía e igualdad.....	28
Torre de la sexualidad	29
ANEXOS	31



Gobierno de
México

PRESENTACIÓN

La prevención del embarazo en adolescentes y la erradicación del embarazo y la maternidad infantil constituyen prioridades de la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (ENAPEA), que en su Fase III fortalece la coordinación interinstitucional y la implementación de acciones focalizadas, con enfoques de derechos humanos, género, interculturalidad, de niñez, adolescencia y juventudes e interseccionalidad.

En este marco, el **26 de septiembre, Día Mundial para la Prevención del Embarazo en Adolescentes**, representa una oportunidad para generar espacios de información, diálogo y participación con las adolescencias que contribuyan al ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos, la autonomía, el autocuidado, la igualdad y la toma de decisiones libres e informadas.

Desde 2022, el Grupo Interinstitucional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (GIPEA), en coordinación con los Grupos Estatales para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (GEPEA), ha impulsado actividades de activación en el marco de esta conmemoración. El presente **Kit de activaciones 2026** recupera esta experiencia y actualiza sus contenidos de acuerdo con la **Fase III de la ENAPEA**.

Se propone que las actividades se desarrollen preferentemente en planteles escolares ubicados en municipios que requieran atención prioritaria, identificados a partir de los indicadores de fecundidad disponibles a nivel municipal y el conocimiento que los GEPEA tienen de sus contextos¹.

El Kit ofrece distintas actividades que pueden seleccionarse y adaptarse de acuerdo con las características del plantel (o espacio público), la población participante y las capacidades institucionales disponibles, procurando en todo momento generar espacios seguros, respetuosos, participativos y adecuados a la edad de las adolescencias.

OBJETIVO

Promover el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las adolescencias mediante actividades informativas, lúdicas y participativas que fortalezcan sus

¹ Para apoyar la focalización de las Jornadas, se podrán consultar las Tasas Específicas de Fecundidad Adolescente (TEFA) de mujeres de 15 a 19 años a nivel municipal, disponibles en el sitio de la Secretaría Técnica del CONAPO, a fin de identificar los municipios con mayores niveles de fecundidad adolescente en cada entidad federativa: <https://www.gob.mx/conapo/documentos/tasa-especifica-de-fecundidad-adolescente-por-municipio-2023>



conocimientos y habilidades para el autocuidado, la autonomía, la igualdad de género y la toma de decisiones libres e informadas, y favorezcan el conocimiento y acercamiento a los servicios de información, orientación y atención disponibles.

ACTIVIDAD 1. CAMPAÑA PARA REDES SOCIALES

Campaña de difusión y sensibilización en redes sociales dirigida principalmente a adolescencias y juventudes, así como a familias, comunidad educativa, y público en general para compartir información accesible y basada en derechos sobre prevención del embarazo en adolescentes, derechos sexuales y reproductivos, Educación Integral en Sexualidad, igualdad de género, autonomía, autocuidado y acceso a servicios.

Formato: actividad virtual.

Población objetivo: adolescentes y jóvenes, familias, comunidad educativa y población general.

Fechas sugeridas: del 25 de septiembre al 2 de octubre

Materiales o recursos:

- Banners y materiales gráficos diseñados desde el Grupo de Trabajo de Comunicación y Gestión del Conocimiento de la ENAPEA (que se harán llegar vía correo electrónico).

ACTIVIDAD 2. JORNADA POR LOS DERECHOS, LA IGUALDAD Y LA AUTONOMÍA

La Jornada por los Derechos, la Igualdad y la Autonomía constituye la actividad presencial central del Kit de activaciones en el marco del 26 de septiembre. Se concibe como un espacio de información, reflexión, participación y aprendizaje dirigido a las adolescencias y juventudes, a través de actividades lúdicas, educativas y participativas.

La Jornada podrá integrar una o varias de las activaciones que se describen en los apartados siguientes de este Kit, de acuerdo con las características y el número de participantes, los espacios disponibles, el contexto en el que se desarrolle y las capacidades de las instituciones participantes. No es necesario implementar la totalidad de las actividades propuestas.

Objetivo

Generar un espacio participativo de información, reflexión y aprendizaje que permita a adolescentes y jóvenes fortalecer conocimientos y habilidades para ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, favorecer el autocuidado y la toma de decisiones libres e informadas, así como conocer los servicios y mecanismos de orientación y atención a los que pueden acudir.

Formato: actividad presencial.

Población objetivo

Adolescencias y juventudes, principalmente estudiantes de los planteles seleccionados para la realización de la Jornada. Los contenidos, el lenguaje y las metodologías deberán adecuarse a la edad, etapa de desarrollo y características de las personas participantes.

Fecha sugerida

Preferentemente durante la semana en la que se conmemora el 26 de septiembre, Día Mundial para la Prevención del Embarazo en Adolescentes.

Espacios sugeridos

Las Jornadas se desarrollarán preferentemente en planteles escolares, particularmente en aquellos ubicados en los municipios priorizados. No obstante, podrán realizarse en otros espacios que, por sus características, resulten propicios para la participación de las adolescencias y juventudes y para el adecuado desarrollo de las activaciones.

1. Planteles escolares

Podrán participar planteles de los diferentes subsistemas de educación media superior, entre ellos los Centros de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios (CETIS), Centros de Bachillerato Tecnológico Industrial y de Servicios (CBTIS), Centros de Estudios de Bachillerato (CEB), planteles del CONALEP y de la Dirección General de Educación Tecnológica Agropecuaria y Ciencias del Mar (DGETAYCM), entre otros. Asimismo, podrán considerarse otros planteles educativos de acuerdo con las características de la población participante.

Las instancias organizadoras podrán utilizar aulas, patios, auditorios, bibliotecas, canchas u otros espacios disponibles, de acuerdo con las características y requerimientos de las activaciones seleccionadas.

2. Otros espacios propicios para las activaciones

También podrán considerarse espacios comunitarios, culturales, recreativos o públicos en los que participen adolescentes y jóvenes y que cuenten con condiciones adecuadas para desarrollar las actividades, como centros comunitarios, casas de cultura, centros culturales o deportivos, parques, plazas públicas, auditorios al aire libre u otros espacios que los GEPEA identifiquen como pertinentes de acuerdo con su contexto.

En todos los casos, la selección del espacio deberá considerar las características de la población participante y de las actividades, así como condiciones de seguridad, accesibilidad y un ambiente adecuado para la información, reflexión y participación. Cuando se contemple la participación de servicios de salud, deberán preverse también las condiciones necesarias para brindar información, orientación y consejería en salud sexual y reproductiva y, cuando sea posible, facilitar el acceso a los servicios y métodos anticonceptivos disponibles mediante módulos de atención, unidades móviles u otras modalidades.

Temas para abordar

Los contenidos podrán abordarse transversalmente en las distintas activaciones que integren la Jornada, considerando, entre otros:

- Derechos sexuales y reproductivos.
- Educación Integral en Sexualidad.
- Autonomía y toma de decisiones libres e informadas.
- Igualdad de género y corresponsabilidad.
- Consentimiento y relaciones respetuosas y libres de violencia.
- Autocuidado y prevención del embarazo y de las infecciones de transmisión sexual.
- Métodos anticonceptivos.
- Proyecto de vida.
- Servicios de salud sexual y reproductiva y otros recursos de orientación y atención disponibles para adolescentes.

Organización de la Jornada

Previo a su realización, el GEPEA, en coordinación con las autoridades educativas y las instituciones participantes, definirá las activaciones que se desarrollarán, los espacios, horarios, grupos participantes y personas responsables de su facilitación.

Las actividades podrán desarrollarse de manera simultánea o mediante un circuito que permita a los grupos transitar por distintas activaciones, considerando el tiempo disponible, el número y características de las personas participantes y las condiciones del espacio.

La Jornada podrá integrar las siguientes activaciones:

- Conversatorio: “Mis derechos, mi voz, mi comunidad”
- Tendedero artístico reflexivo: “Mi voz, mis derechos, mi futuro”
- Rally por los derechos sexuales y reproductivos
- Cine-debate
- Lotería de derechos sexuales y reproductivos
- Bingo
- Reflexión grupal: “¡Yo Decido! Autonomía y proyecto de vida”
- Torre de la sexualidad (Jenga)
- Acercamiento a servicios de salud sexual y reproductiva para adolescentes.

ACTIVACIONES QUE INTEGRAN LA JORNADA

A continuación se presentan las fichas metodológicas de las actividades que podrán seleccionarse y combinarse para integrar la Jornada por los Derechos, la Igualdad y la Autonomía, de acuerdo con las características y necesidades de cada contexto.

Conversatorio: “Mis derechos, mi voz, mi comunidad”

Objetivo

Generar un espacio de diálogo con adolescencias y juventudes para reflexionar sobre sus derechos, la igualdad y la autonomía, e identificar formas cercanas y posibles de participación mediante las cuales puedan contribuir, desde sus espacios cotidianos y comunitarios, a promover el respeto de los derechos, la toma de decisiones informadas y relaciones libres de violencia y discriminación.

Población objetivo

El Conversatorio está dirigido a adolescencias y juventudes, principalmente estudiantes de educación media superior, y podrá realizarse también con población abierta. Se recomienda considerar la edad y características de las personas participantes para adecuar el lenguaje, las preguntas y la dinámica. En planteles de educación media superior podrá tomarse como referencia el grupo de edad de 15 a 18 años o más.

Número de participantes

Se recomienda contar con:

- Un grupo de aproximadamente 30 participantes o, cuando se realice en un plantel, un grupo escolar completo.
- Al menos dos personas que acompañen o motiven la conversación.
- Una persona moderadora o facilitadora responsable de conducir la actividad.
- Una persona de apoyo para recuperar las principales reflexiones, sin registrar información personal o testimonios que permitan identificar a las personas participantes.

Duración: 60 minutos aproximadamente.

Requerimientos y actividades previas

Previamente se recomienda:

- Definir el espacio y las condiciones para desarrollar el diálogo.
- Identificar al grupo participante y adecuar las preguntas a su edad y contexto.
- Designar a las personas responsables de la moderación, facilitación y relatoría. En el caso de planteles escolares, se sugiere contar con el acompañamiento de la persona docente responsable del grupo.
- Procurar la participación de personas con experiencia en trabajo con adolescencia y juventudes y conocimientos en derechos humanos, derechos sexuales y reproductivos, Educación Integral en Sexualidad, igualdad de género y participación.
- Acordar previamente las reglas básicas de convivencia y participación que permitan generar un espacio de respeto, escucha y confianza.

Metodología sugerida

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
10 min	Bienvenida y encuadre	La persona facilitadora dará la bienvenida, explicará brevemente el propósito del conversatorio y establecerá acuerdos básicos para generar un espacio de confianza, respeto y escucha. Se explicará que no se buscan respuestas correctas, sino conocer sus opiniones y reflexionar sobre las formas en que las y los adolescentes pueden participar desde sus espacios cotidianos.	Micrófono y audio en caso de realizarse en un espacio público abierto
40 min	Diálogo y reflexión colectiva	La persona facilitadora conducirá la conversación a partir de preguntas detonadoras*, procurando que sean las y los adolescentes quienes tengan la palabra y puedan intercambiar experiencias, ideas y propuestas. Las preguntas servirán como guía y podrán adaptarse al desarrollo de la conversación.	Papelógrafos, tarjetas, notas adhesivas o pizarrón para recuperar las principales ideas. En modalidad virtual podrán utilizarse el chat, pizarrones virtuales u otras herramientas participativas (p.

			ej.: wooclap, socrative).
10 min	Cierre y agradecimiento	La persona facilitadora recuperará algunas de las principales reflexiones expresadas por el grupo y reforzará la idea de que participar también es una forma de ejercer derechos. Cuando sea posible, se podrá compartir información sobre espacios de participación, orientación y servicios disponibles para adolescentes en el territorio.	Materiales informativos y, en su caso, directorio de servicios o recursos disponibles.

Preguntas detonadoras

Para que la conversación avance de su experiencia cotidiana hacia las posibilidades de participación, se sugieren las siguientes preguntas en este orden:

1. ¿Qué cosas ayudan a que las, los y les adolescentes puedan decidir sobre su vida y su futuro? ¿Y qué cosas lo hacen más difícil?
2. ¿Cómo les gustaría participar para que en su escuela o comunidad se respeten más los derechos de las y los adolescentes?
3. ¿Qué podemos hacer entre amigas, amigos, amigos, compañeras y compañeros para promover el respeto, la igualdad y relaciones sin violencia?
4. ¿Qué información, herramientas o espacios creen que necesitan las, los y les adolescentes para participar y hacer escuchar su voz?

Las preguntas son una guía para propiciar el diálogo y no es necesario abordarlas de manera rígida ni dedicar el mismo tiempo a cada una. La persona facilitadora podrá profundizar en aquellas que generen mayor interés y participación, procurando que las intervenciones de las y los adolescentes constituyan el centro de la actividad.

A partir de las reflexiones de las y los participantes, la persona facilitadora podrá recuperar y reforzar algunos mensajes relacionados con:

- El derecho de infancias y adolescencias a expresar sus opiniones y participar en los asuntos que les afectan, de acuerdo con su edad y autonomía progresiva.
- La importancia de contar con información confiable, educación, servicios y espacios seguros para tomar decisiones libres e informadas.
- La igualdad, el respeto, el consentimiento y una vida libre de violencia como condiciones necesarias para ejercer derechos y construir proyectos de vida.



- Las distintas formas de participación que pueden darse en los espacios cotidianos, como expresar opiniones, dialogar con otras personas, compartir información confiable, participar en actividades escolares o comunitarias y conocer los espacios y servicios disponibles.
- La participación es un derecho y debe ser voluntaria, segura y respetuosa. La responsabilidad de garantizar los derechos y brindar servicios y protección corresponde a las instituciones y personas adultas responsables.

Tendedero artístico reflexivo

Objetivo

Plasmar de manera gráfica las reflexiones de adolescencias y juventudes en torno a sus vivencias sobre la sexualidad y los derechos sexuales, primero en forma individual y posteriormente las compartirán para crear colectivamente un **“tendedero”** artístico reflexivo.

Población Objetivo

En el tendedero pueden participar las adolescencias y juventudes estudiantes de educación media superior en adelante, así como población abierta de 15 años y más.

Número de participantes en el Tendero

- En el caso de los planteles escolares, se recomienda trabajar por grupos completos de estudiantes, considerando que cada grupo cuenta aproximadamente con 50 estudiantes.
- bien, las personas participantes que el equipo facilitador considere.
- Se sugieren al menos dos personas expertas para explicar la dinámica, recorrer el espacio para corroborar que la actividad se está realizando o aclarar dudas, así como para motivar la participación y les invite a colocar sus creaciones y a reflexionar en torno al “tendero artístico y reflexivo” creado colectivamente.
- Es importante identificar previamente quienes serán las adolescencias y juventudes que serán convocadas al “Tendedero” y que cuenten con una persona docente responsable del grupo.

Requerimientos

Elegir el lugar más apropiado para que se cuenten con mesas de trabajo y el espacio necesario para realizar el “Tendero artístico reflexivo”, entre las propuestas recomendadas.

Elegir a dos o tres personas facilitadoras para conducir la dinámica, explicar, generar la confianza y motivar la participación creativa individual y colectivamente.

Implementar la metodología sugerida.

Duración: 50 minutos.

Dinámica a seguir

- Se tomará como base la **Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes**, con la intención de que la revisen y retomen aquello que más les haya llamado la atención para, posteriormente, realizar la actividad artística.
- Podrán elegir algún derecho de entre los 14 que se encuentran en la Cartilla, o bien, ilustrar algún concepto del Glosario que les haya parecido interesante.
- También podrán expresar a través de la presente dinámica lo que entiendan sobre la conmemoración del Día Mundial para la Prevención del Embarazo en Adolescentes o sus reflexiones sobre la importancia de contar con un proyecto de vida.
- Los materiales realizados serán expuestos en forma de “Tendedero” colocados por las personas participantes. Cada una podrá explicar su reflexión.
- Al finalizar se recomienda realizar una retroalimentación que recapitule y refuerce la información sobre los derechos sexuales de las adolescencias y juventudes.

Metodología sugerida

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
15 minutos	Presentación y bienvenida	La persona moderadora da la bienvenida y las pautas para la generación de un espacio de confianza y seguridad.	Micrófono y audio en caso de ser en un espacio público abierto
20 minutos	Indicaciones para realizar la actividad y realización de los dibujos	a) La persona encargada de moderar comentará la dinámica, y los materiales que tienen a su disposición para dibujar. b) Las adolescencias y juventudes participantes realizarán sus dibujos.	a) Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes. b) Micrófono. c) Cartulinas, hojas, pinceles, acuarelas, crayones, materiales para dibujar en general

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
5 minutos	Colgar y reflexionar	Una vez terminado el dibujo, cada persona podrá colgar su obra y explicar su reflexión	Cuerdas y pinzas Micrófono
10 minutos	Actividad de conocimiento	La persona moderadora presentará las hojas o cartones con el nombre del derecho en un lado del rotafolio, del otro lado se encontrarán las descripciones de los derechos. Se formarán equipos de 3 personas y deberán con un listón relacionar el nombre del derecho con su descripción.	Rotafolio con los nombres de los derechos y las descripciones. Hilos Diurex
10 minutos	Cierre y agradecimiento	La persona moderadora da un mensaje de cierre y agradece la participación.	Micrófono y audio en caso de ser en un espacio público abierto

Al finalizar, serán distribuidos los cuadernos de la campaña “¡Yo Decido!”, para que continúen expresando su creatividad de manera personal, promoviendo un ejercicio de reflexión introspectivo, así como el entendimiento de conceptos.

Es importante destacar el impacto de este ejercicio artístico, creativo y reflexivo, pues incentiva a las y los participantes a señalar problemáticas y encontrar sus posibles soluciones.

Rally por los derechos sexuales

Objetivo

Fomentar el conocimiento de los derechos sexuales, a través de la Educación Integral en Sexualidad, entre niñas, niños y adolescentes, mediante una actividad lúdica que los sensibilice sobre la importancia de contar con información científica y acorde a su edad. Se hará por medio de trabajo en equipos, quienes recorrerán un espacio físico, a través del **Juego “¿Cierto o Falso?”**.

Población objetivo

En el Rally pueden participar las adolescencias y juventudes estudiantes de educación media superior, así como población abierta de 15 años y más.

Número de participantes en el Rally

- En el caso de los planteles escolares, se recomienda trabajar por grupos completos de estudiantes, considerando que cada grupo cuenta aproximadamente con 50 estudiantes.
- O bien, las personas participantes que el equipo facilitador considere.
- Se sugieren al menos dos personas expertas para conducir la dinámica y seis de apoyo para motivar la participación y recorrer los equipos (tres por equipo) para darles el uso de la voz con el micrófono.
- Es importante identificar previamente quienes serán las y los jóvenes que serán convocadas al “Rally” y que cuenten con un/una docente responsable del grupo.

Requerimientos

- Elegir el lugar más apropiado entre las propuestas recomendadas, tales como el área deportiva en los planteles escolares o un espacio abierto amplio, con superficie plana de concreto para poder realizar el Rally.
- Implementar la actividad, de acuerdo con la propuesta metodológica.

- Imprimir, cortar y enmascarar el **Juego “¿Cierto o Falso?”**, el número de veces que lo necesite, por lo menos tres, de acuerdo con la propuesta metodológica que se describe a continuación. El Juego también cuenta con las instrucciones.

Duración: 64 minutos

Dinámica a seguir

En todas las actividades, como regla general, las y los participantes deberán dirigirse con respeto hacia sus compañeras y compañeros.

El personal encargado de dirigir y coordinar las actividades promoverá un ambiente de respeto y confianza donde las y los jóvenes puedan expresarse de manera libre.

La actividad es en equipo, por lo tanto, todas y todos podrán participar, nadie puede quedarse fuera.

Metodología sugerida

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
10 minutos	1. Presentación y bienvenida	• La persona moderadora da la bienvenida y las pautas para la generación de un espacio de confianza y seguridad. • Indica que además habrá tres personas para facilitar el trabajo en cada equipo y les pide que se presenten. • La persona moderadora invite a compartir el nombre de cada participante. • Indicará cuáles son las reglas del juego.	Micrófono y audio en caso de ser en un espacio público abierto
5 minutos	2. Formar 3 equipos mixtos de 5 personas	El o la moderadora pedirá a las y los participantes que se formarán 3 equipos de 5 personas o más y les pedirá que se numeren del 1 al 3. Nota: Como se tendrán más tarjetas que participantes, vuelven a pasar las y los primeros	Micrófono

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
		participantes, hasta que agoten las 13 tarjetas del juego.	
5 minutos	3. Elegir un nombre para su equipo.	Una vez formados los equipos, deberán elegir un nombre.	Costales para brincar de estación a estación. Modalidad: También pueden formarse en parejas y darles un resorte para que lo coloquen uniéndolo sus tobillos y se dirigen juntas hacia cada estación. Micrófono.
2 minutos	4. Persona que facilita el trabajo en cada equipo	Se colocará una persona facilitadora al frente de cada equipo y tendrán cada uno a la mano, el juego de ¿Cierto o falso?, que consta de 13 tarjetas con afirmaciones que se les leerán una vez que se inicie el Rally.	Tres juegos de 13 tarjetas de ¿Cierto o Falso?
30 minutos	5. Desarrollo del Rally	- Se les indicará que se les van a leer afirmaciones relacionadas con la Educación Integral en Sexualidad, a las que responderán si es ¿Cierto o Falso? - Que avanzarán a través de 13 estaciones si la persona participante del equipo responde acertadamente la pregunta. - Una vez que responda cada participante, la persona facilitadora le pregunta ¿por qué?, pidiéndole que comparta con su equipo la explicación y retroalimenta su respuesta con la información que trae cada tarjeta, indicándole inmediatamente que avance.	Micrófono

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
2 minutos	6. Ganadoras	El equipo que responda acertadamente las preguntas y brinque con los costales más rápido hacia la meta, será el equipo ganador del primer lugar.	Premios y micrófono
10 minutos	7. Cierre	Una vez anunciado el equipo ganador, la persona moderadora tendrá un momento para propiciar la reflexión acerca de lo aprendido sobre Educación Integral en Sexualidad y los derechos sexuales, en donde todas las personas participantes puedan opinar.	Micrófono

Esta actividad se puede repetir durante toda la jornada, y para ello se contará con materiales del **Juego “¿Cierto o Falso?”**

Objetivo

Crear un espacio de sensibilización para que las adolescencias e infancias reflexionen en torno a la importancia de hablar sobre la sexualidad, la prevención del embarazo, la Educación Integral en Sexualidad y la autonomía e igualdad entre mujeres y hombres, a partir de películas o documentales que traten estos temas y acordes a su edad.

Población objetivo

El Cine Debate va dirigido a las adolescencias y juventudes de 12 a 29 años, con la posibilidad de abrir el evento al público en general.

Invitación

Para esta actividad, se deberá hacer difusión del evento en redes sociales, radio, carteles impresos o perifoneo, por lo menos con una semana de anticipación.

Número de participantes en el Cine debate

- En el caso de los planteles escolares, se recomienda trabajar por grupos completos de estudiantes, considerando que cada grupo cuenta aproximadamente con 50 estudiantes.
- O bien, las personas participantes que el equipo facilitador considere, pueden ser 40 personas en promedio.
- Se sugieren al menos dos personas expertas que motiven la participación.
- Es importante identificar previamente quiénes serán las y los jóvenes que serán convocadas a la actividad y que cuenten con un/una docente responsable del grupo.

Requerimientos

De los espacios sugeridos se recomienda que se garantice que dicho espacio cuente con:



- Pantalla para proyectar o pantalla de TV
- Equipo audiovisual para presentaciones (proyector, pantalla, computadora).
- Equipo de audio (bocinas, amplificadores, micrófonos, etc.).
- Selección de metrajes y cortometrajes
- Computadora, USB, Internet
- Sillas.
- Café
- Palomitas

Duración: 60 minutos aproximadamente.

Metodología sugerida

Esta actividad tiene que ser coordinada por una persona moderadora, quien se encargará de conducir el Cine-Debate y promover respeto entre la audiencia participante, así como con una persona de apoyo.

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
10 minutos	Proyección al aire libre.	Se da la bienvenida a las y los asistentes. Se recomienda que se proyecten todos, varios o uno solo de los cortometrajes, iniciando con la presentación de los mismos y una breve descripción del tema que abordan.	Micrófonos, sillas, proyector, bocinas, televisión
20 min aprox. Por corto	Proyección de cortos	La selección de cortometrajes deberá abordar temas de derechos sexuales en el marco de la conmemoración del Día Mundial para la Prevención del Embarazo en Adolescentes, profundizando en el derecho a la autonomía, la importancia de un proyecto de vida y la salud sexual.	Computadora, USB, Internet

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
10 minutos	Sopa de letras *Ver anexo	Para ejercitar la reflexión se propone llevar a cabo un ejercicio didáctico utilizando una sopa de letras referente a algunos temas expuestos en los cortometrajes.	Impresiones de las sopas de letras y lápices de colores
15 minutos	Reflexión	Posteriormente, una vez terminada la sopa de letras, se abrirá un espacio de discusión tomando como eje del debate los temas acordes a la conmemoración o a la prevención de embarazo. Se puede fomentar la reflexión a partir de preguntas detonadoras: ¿Qué les pareció el cortometraje? ¿se identifican con algunos personajes? ¿Cuál es la importancia de hablar sobre la sexualidad, la prevención del embarazo, la Educación Integral en Sexualidad y la autonomía e igualdad entre mujeres y hombres? ¿Qué aprendizaje o reflexión se llevan después de ver estos cortometrajes?	Micrófono y sillas
5 minutos	Cierre	Se agradecerá la asistencia a las y los jóvenes	Micrófono y sillas

Propuesta de cortometrajes y metrajes:

- **La educación sexual es un derecho, Gobierno (14').**

Documental que aborda la situación de la educación sexual con testimonios de estudiantes, docentes, padres y madres de familia, y la Directora en una Escuela Secundaria en Chilpancingo Guerrero. Vínculo: <https://www.youtube.com/watch?v=Qjdorf9aB4E&t=184s>

- ***“Antes era ver por mí”, Afluentes (17:22).***

Este cortometraje aborda el cambio de forma de vida que experimenta una adolescente al convertirse en madre. Especialistas explican las implicaciones de embarazos que ocurren a temprana edad. Vínculo: <https://www.youtube.com/watch?v=MZsqCBftIWA>

- **No estaba lista para ser mamá (18:26).**

Documental que da voz a madres y familiares de madres adolescentes, está dirigido a sensibilizar a madres y padres de familia sobre la necesidad de informar a sus hijas sobre los derechos sexuales y reproductivos y la importancia de postergar la edad para la maternidad: <https://www.youtube.com/watch?v=CxOTVtpHgIk>

- **Los caminos de la vida, Afluentes (21:08).**

Telenovela de 5 capítulos sobre la sexualidad y el embarazo entre adolescentes de una comunidad rural. Vínculo: <https://www.youtube.com/watch?v=BFgilHySPxM>



Lotería de derechos sexuales y reproductivos

Objetivo

Que adolescencias y juventudes conozcan sus derechos sexuales y reproductivos y otros conceptos relacionados al ejercicio pleno de la sexualidad.

Población objetivo: adolescentes y jóvenes de 12 a 29 años.

Número de participantes: Se sugieren 10 personas participantes y 2 personas facilitadoras.

Requerimientos:

a) De los espacios sugeridos se recomienda que se garantice que dicho espacio cuente con:

- Sillas
- Mesas
- Vasos de plástico para poner las semillas o lo que se use para el juego
- Micrófono para cantar las cartas.

b) Actividades previas:

- Se sugiere utilizar una superficie plana y amplia para el juego grupal.
- La persona facilitadora deberá repartir las Plantillas y el material para que las personas participantes puedan marcar las casillas.

Duración: 15-20 minutos por ronda.

Metodología sugerida

1. Cada participante deberá elegir una plantilla para jugar. Deberán tener a la mano el material para marcar las casillas.
2. La persona facilitadora que cumpla con la función de “cantar las cartas” sacará las cartas de manera aleatoria. Se podrá utilizar la sugerencia del archivo “Explicación Cartas Lotería Derechos SyR.pdf” para ofrecer una breve explicación sobre los

derechos y conceptos del juego. Sin embargo, es recomendable adaptar estas explicaciones a la etapa del desarrollo del público objetivo o de acuerdo con el contexto cultural de la comunidad. Ejemplo: “Los datos personales son muy importantes por lo que nadie puede difundirlos sin nuestro permiso: Es el derecho a la privacidad”.

3. Si la carta anunciada aparece en la plantilla, la persona jugadora debe marcar la casilla.
4. La primera persona en llenar su plantilla deberá gritar “¡Lotería!” para avisar que ganó.

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
5 minutos	Bienvenida y explicación de la actividad	La persona facilitadora da la bienvenida y procede a explicar las reglas del juego de la lotería. Al tiempo que presenta las plantillas y las tarjetas con las que se jugará	Plantillas y tarjetas
2 minutos	Elección de plantillas para jugar	Cada participante deberá elegir una plantilla para jugar. Deberán tener a la mano el material para marcar las casillas, este puede ser semillas, tapas, corcholatas etc.	Plantillas y semillas.
10 minutos	Desarrollo del juego	La persona facilitadora que cumpla con la función de “cantar las cartas” sacará las cartas de manera aleatoria y puede ofrecer una breve explicación sobre los derechos y conceptos del juego. Sin embargo, es recomendable adaptar estas explicaciones a la etapa del desarrollo del público objetivo o de acuerdo con el contexto cultural de la comunidad.	Plantillas, semillas, micrófono.
3 minutos	Cierre y conclusión	Una vez que la primera persona en llenar su plantilla anuncie que ganó, se procede a recolectar las plantillas, al tiempo que la persona facilitadora fomenta una reflexión sobre la	Plantillas y semillas.

Tiempo	Actividad	Descripción	Materiales de apoyo
		importancia de conocer los derechos sexuales y reproductivos.	

Bingo de los métodos anticonceptivos

Objetivo

Que las adolescencias y juventudes conozcan e identifiquen los métodos anticonceptivos a través del juego de Bingo.

Población objetivo:

Adolescencias y juventudes.

Número de participantes:

2 a 16 participantes y una persona facilitadora.

Requerimientos:

- a) Se recomienda que el espacio en el que se llevará a cabo la actividad cuente con:
 - Sillas
 - Mesas o superficie plana y amplia.
 - Vasos de plástico para poner las semillas o material que se utilice para marcar las casillas.
- b) Actividades previas:
 - La persona facilitadora deberá repartir las Tablas de Bingo así como el material para que las personas participantes puedan marcar las casillas.

Duración: 15 minutos.

Metodología sugerida:

1. Pide a las personas participantes que elijan una Tabla de Bingo (son 8), puedes dar una por persona o pedir que se junten en parejas. Asimismo, revisa que tengan a la mano el material con el que marcaran las casillas.
2. Una vez que ya todas las personas participantes tengan tabla, comienza a leer en voz alta y de manera aleatoria las tarjetas de llamada.



3. Al decir una carta puedes dar una breve explicación del método anticonceptivo que sacaste, para esto puedes utilizar el Glosario. Las personas jugadoras deberán marcar la casilla si se encuentra en su tabla.
4. La primera persona en completar una fila de manera horizontal, vertical o diagonal en su tabla deberá gritar ¡Bingo!, anunciando que gana el juego. Puedes realizar varias rondas para que el juego sea más largo.

Reflexión grupal: "¡Yo Decido!" mi proyecto de vida con autonomía e igualdad

Se propone distribuir el cuaderno "¡Yo Decido! Mi Futuro personal y comunitario" a adolescentes y jóvenes, con el objetivo de promover la reflexión sobre la importancia de conocer sus derechos sexuales, las consecuencias y el costo del embarazo en adolescentes, enfocándose en sensibilizar sobre la importancia de la autoestima, autoconocimiento, autocuidado y la toma de decisiones consciente, como elementos clave y necesarios para construir un proyecto de vida autónomo.

Una vez repartido el material, se presentan las páginas 75 y 76 del libro que aborda una reflexión sobre la importancia de tener un "Proyecto de vida", y a partir de esa breve revisión se pedirá a las personas que elaboren su plan de vida contemplando algunos de los ámbitos de acción que se presentan en el cuadernillo, además de incentivar la reflexión a través de 3 preguntas detonadoras:

¿Conoces la importancia de tener un proyecto de vida?

¿Actualmente tienes pleno conocimiento de tus fortalezas, gustos, aptitudes y valores?

Reflexiona sobre tu rol actual dentro de tu comunidad y dónde te gustaría estar dentro de 5 años.

Materiales y recursos.

Cuaderno rural ¡Yo Decido! Mi futuro personal y comunitario y demás materiales de la ENAPEA.

Vínculo del Cuaderno:

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/1019982/Yo_Decido_RURAL_WEB_250825_small.pdf

Webinario sobre el cuadernillo realizado por la Subsecretaría de Educación Media Superior, en colaboración con la Secretaría General del Consejo Nacional de Población (puede ser utilizado como referencia para el ejercicio) en:

<https://www.youtube.com/watch?v=yZ1oa9yCNWQ>

Bolígrafos.

Lápices.

Hojas Blancas



Torre de la sexualidad

Objetivo

Que **madres, padres y personas cuidadoras** conozcan conceptos relacionados a la sexualidad y la Educación Integral en Sexualidad mediante un formato de actividad lúdica grupal breve.

Población objetivo: madres, padres y personas cuidadoras (principalmente de adolescencias).

Número de participantes: 2 a 4 personas participantes y una persona facilitadora

Requerimientos:

- a) Se recomienda que el espacio en el que se llevará a cabo la actividad cuente con:
 - Una mesa amplia.
- b) Actividades previas:
 - La persona facilitadora deberá tener construida la torre de bloques, esta se construye con 3 bloques por nivel alternando el sentido en cada nivel.

Duración:

10 a 20 minutos.

Metodología sugerida:

1. La persona facilitadora explicará que el juego consiste en responder preguntas sobre sexualidad mientras se juega con las piezas de la torre. Asimismo explicará a las personas jugadoras que solo podrán usar una mano a la vez para quitar los bloques y no deberá sostener la torre o ninguna de las piezas con la otra mano.
2. Se establecerán turnos entre las personas participantes.
3. La persona facilitadora seleccionará una tarjeta de las que conforman el Banco de Preguntas y la leerá en voz alta ofreciendo un tiempo razonable para que la persona pueda elegir entre las opciones de respuesta.
 - Si la respuesta es correcta, puede elegir a otra persona que deberá quitar 3 piezas y colocarlas hasta arriba de la torre.



- Si la respuesta es incorrecta, esa misma persona deberá quitar 3 piezas y colocarlas hasta arriba de la torre.

Se puede aprovechar el tiempo de espera en lo que las personas jugadoras colocan los bloques, para ahondar en la respuesta que dieron, promover el diálogo y la reflexión. Además, ofrecer un poco más de información sobre la pregunta formulada.

4. El turno pasa a la siguiente persona, y así sucesivamente.
5. El juego continuará hasta que la torre se derrumbe.

ANEXOS

SOPA DE LETRAS EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD

P	L	A	C	E	R	T	I	G	U	A	L	D	A	D
C	E	C	U	L	C	S	I	P	T	I	A	S	T	U
A	O	H	N	T	D	C	P	M	P	O	O	I	I	T
E	T	N	V	I	O	L	A	C	I	Ó	N	R	E	L
C	S	L	S	I	E	N	I	T	I	A	R	O	C	N
A	A	E	D	E	C	A	O	N	E	D	L	N	T	C
O	L	V	X	E	N	A	R	M	A	S	S	E	S	R
A	U	I	I	U	R	T	O	A	Í	S	D	N	D	U
U	D	F	C	O	A	E	I	I	N	A	D	E	T	H
A	S	N	X	U	L	L	C	M	S	O	V	E	S	S
M	E	E	C	D	A	E	I	H	I	C	I	N	I	H
O	X	C	G	E	G	I	N	D	O	E	L	E	U	D
O	U	E	D	L	U	D	I	C	A	S	N	E	U	O
E	A	D	O	H	M	E	E	A	I	D	L	T	Q	N
E	L	G	É	N	E	R	O	C	O	A	R	U	O	N

Palabras a encontrar:

EIS
GÉNERO
PLACER
IGUALDAD

SEXUALIDAD
DERECHOS
CONSENTIMIENTO
SALUDSEXUAL

VIOLENCIA
VIOLACIÓN
AUTONOMÍA

SOPA DE LETRAS IMPORTANCIA DEL PROYECTO DE VIDA

A	U	M	M	I	D	O	L	A	E	C	H	H	D	O
I	P	A	U	T	O	N	O	M	Í	A	S	O	E	F
L	I	R	P	L	U	A	R	O	R	U	S	I	S	O
C	A	A	O	R	A	N	A	Y	A	O	B	A	T	A
E	O	E	C	Y	E	R	O	T	H	E	Z	R	I	A
P	D	E	M	I	E	V	S	C	C	J	O	C	C	E
J	C	U	A	N	A	C	E	A	O	B	N	S	O	M
E	I	Y	C	C	A	R	T	N	A	E	B	C	C	B
R	L	G	A	A	E	L	S	O	C	I	U	C	R	A
I	R	B	U	D	C	N	R	S	D	I	P	E	P	R
R	R	E	D	A	G	I	E	D	N	E	Ó	I	R	A
E	A	I	A	U	L	L	Ó	B	N	S	V	N	E	Z
P	C	A	E	M	O	D	T	N	N	R	I	I	I	O
E	R	O	Y	D	Q	C	A	S	E	A	C	A	D	T
A	E	O	A	D	S	B	I	D	A	C	O	E	D	A

Palabras a encontrar:

**PROYECTO DE VIDA
PREVENCIÓN
EMBARAZO**

**ADOLESCENCIA
EDUCACIÓN
ABORTO**

**IGUALDAD
AUTONOMÍA
DERECHOS**

YO DECIDO

