

# **DESARROLLO SALUDABLE: Creciendo para la igualdad, conociéndonos en la diversidad**

DOCUMENTACIÓN PARA FAMILIAS.  
CURSO 2025 – 2026



Responsable del programa:

Rebeca López Marco (Psicóloga-Sexóloga)

Nº SOCIO: 409



Asociación Estatal de  
Profesionales de la Sexología



## PRESENTACIÓN

En un mundo cada vez más diverso y conectado, los programas que trabajan el desarrollo y crecimiento en clave de igualdad desde la diferencia se han convertido en una herramienta fundamental para el desarrollo integral de los niños y niñas en la etapa primaria.

Este programa tiene como objetivo proporcionar al alumnado, en conjunto con los equipos docentes y familias un espacio seguro y enriquecedor donde puedan explorar y comprender temas relacionados con la diversidad, las emociones, el respeto hacia sus cuerpos, los cambios de la pubertad y la sexualidad en el entorno digital. A través de actividades dinámicas y participativas, buscamos fomentar un ambiente de aprendizaje que promueva la empatía, el respeto y la comunicación efectiva, preparándoles para enfrentar los desafíos de la vida con confianza y responsabilidad y contribuyendo así a la construcción de relaciones desde el bienestar evitando la violencia.

- **Siempre estamos educando** porque es imposible no hacerlo. Esta no consiste solamente en transmitir una información determinada, sino que se hace en situaciones mucho más cotidianas y durante toda la vida.
- Los auténticos **protagonistas de la Educación son las familias** y el profesorado ya que son estas personas quienes cotidianamente conviven y mejor conocen al alumnado. La pretensión de este programa es **ayudar y colaborar sin sustituir** o robar el protagonismo.
- Este programa tiene un **carácter profesional y científico**.

Creemos que estos ciclos no deben servir para dar este tema por cerrado, sino que pueden **ayudar a abrirlo**. Pueden ser un recurso y una oportunidad para abordar estos temas; para hablar sobre lo que han aprendido, lo que echan en falta, lo que más les gusta,... Y de paso, en ese diálogo, escucharán sus opiniones y ustedes las suyas.

Por último, quisiera dar a conocer, al menos brevemente los objetivos de este programa. Es, ante todo, **Educación**. No consiste en adoctrinar, o decir lo que se tiene o no se tiene que hacer; sino que es **formar** (más que informar) personas **responsables** y capaces de asumir actitudes de **respeto y responsabilidad** en sus relaciones interpersonales, así como asumir **actitudes de naturalidad** ante la sexualidad y su desarrollo entendiendo ésta como el conjunto de sus propias cualidades y una forma de **comunicación** humana.



## **OBJETIVOS**

Una de las finalidades educativas de esta etapa es: **"El desarrollo integral de la persona y el logro de la propia autonomía y de la identidad personal y social"**.

1. Fomentar el respeto y la aceptación de la diversidad en todas sus formas a través de actividades que promuevan la empatía y el entendimiento observando que no hay un único modo de ser niña o de ser niño, sino tantos modos como niñas y niños existen.
2. Desarrollar la capacidad para identificar y expresar sus emociones de manera saludable, mediante dinámicas que les permitan compartir sus sentimientos y aprender a comunicarse efectivamente.
3. Educar sobre la anatomía básica y el funcionamiento de sus cuerpos, enfatizando la importancia del respeto hacia su propio cuerpo y el de los demás, así como el concepto de consentimiento y deseo.
4. Proporcionar información clara y adecuada a la edad sobre los cambios físicos y emocionales que ocurren durante la pubertad, ayudando a comprender y aceptar estos cambios como parte del crecimiento.
5. Capacitar en el uso seguro y responsable de internet, abordando temas como la privacidad, el respeto en las interacciones en línea y la identificación de contenido inapropiado, para que puedan navegar por el mundo digital de manera informada.
6. Facilitar la comunicación y el diálogo sobre la sexualidad con naturalidad y respeto.



## PARA RESPONDER

La educación no es sólo responder preguntas, es también hablar, oír, contrastar pareceres, respetar opiniones y dar ejemplo, crear un buen ambiente.

Si hablamos de responder preguntas, quizás sea bueno tener en cuenta que:

- Es importante mostrar **disposición** a responder.
- Las preguntas **no se fuerzan**, si no las hay siempre se puede opinar en voz alta.
- No hay respuestas **inoportunas**.
- **Todo** se puede responder. Ante la duda, mejor devolver la pregunta.
- **Lo más sencillo** suele ser lo más eficaz.
- No es necesario el lenguaje técnico. El mejor es **el que se entiende**.
- Si no se sabe responder o el tema angustia, mejor **reconocerlo**.
- Respondemos con las palabras, y también con los **gestos**.
- Lo fundamental es que la respuesta sea **cariñosa**.

## CONSULTAS ONLINE O POR TELÉFONO.

Pongo a vuestra disposición diferentes modos de contacto para cualquier duda que se os pueda presentar, como para poder facilitaros material de trabajo o lectura si lo consideraseis oportuno. Así mismo, en las diferentes redes sociales podéis informaros de recursos, formaciones o artículos relacionados.

Mail. [rebecalopez.sexologia@gmail.com](mailto:rebecalopez.sexologia@gmail.com)

Tlf. 644 448 036

Web: [www.rebecalopezsexologia.com](http://www.rebecalopezsexologia.com)



# PROGRAMA DE DESARROLLO SALUDABLE. CRECIENDO EN LA IGUALDAD.

## CONOCIÉNDONOS EN LA DIVERSIDAD

Curso 2025 - 2026





**PROGRAMA DE DESARROLLO SALUDABLE. CRECIENDO EN LA  
IGUALDAD.  
CONOCIÉNDONOS EN LA DIVERSIDAD**  
Curso 2025 - 2026