

## Me cuido, aprendamos de autocuidado

La guía didáctica de lectura **Me cuido, aprendamos de autocuidado** es una herramienta dirigida al profesorado y agentes educativas(os) que quieran abordar con sus grupos de estudiantes o de formación de los grados primero, segundo y tercero, la prevención y denuncia de abuso sexual infantil [ASI] en sus aulas.

Para su desarrollo, emplea el cuento infantil “Kiko y la mano” elaborado por el Consejo de Europa (2011), como un recurso coeducativo que ayuda a las niñas y niños a evitar el contacto físico inadecuado, a que sepan cómo reaccionar cuando una situación les incomoda y a quién dirigirse para pedir ayuda.

En esta guía didáctica encontrarán tres (3) sesiones, cada una de 25 a 35 minutos, con actividades diferenciadas para cada una de estas, pero que a la vez son interdependientes, ya que se diseñan en el marco del proceso lector, el cual aborda los siguientes momentos: prelectura, lectura y poslectura, como se muestra a continuación.

**1. Primera sesión:** Corresponde a la prelectura del cuento, es decir en esta se llevarán a cabo actividades de aprestamiento, las cuales invitan a los y las lectoras a usar su imaginación y a la creación narrativa.

**2. Segunda sesión:** Corresponde a la lectura, en la que se desarrollan las actividades que propician la lectura creativa y la crítica del cuento Kiko y la mano.

Kiko y la Mano es un cuento del Consejo de Europa para poner fin a la violencia sexual contra niños y niñas, es un material de uso libre, que en esta guía se presenta con una adaptación gráfica del personaje de la Mano, siempre que los colores que posee el original, pueden relacionarse con las banderas de las identidades no hegemónicas y esto contribuye a perpetuar el imaginario de peligrosidad que recae sobre las personas que se reconocen como parte de la población LGBTIQ+. Y negando la responsabilidad, que muchos victimarios de ASI, son personas heterosexuales cercanas o familiares de las niñas y los niños.

**3. Tercera sesión:** se abordarán las acciones de reflexión de lectura, es decir corresponde al momento evaluativo, en el cual se vuelve a la actividad realizada para apropiarse de la experiencia vivida o suscitada.

Estas sesiones se desarrollan bajo la secuencia del sistema didáctico lúdico-creativo, el cual reconoce al juego, la lúdica y la expresión como mediadores pedagógicos idóneos para los procesos de enseñanza aprendizaje con niñas y niños, al ser propiciadores de experiencias motivadoras y significativas que favorecen particularmente su dimensión socioafectiva y que en palabras de Dinello (1989) “es un elemento sustantivo para que cada individuo pueda reencontrarse consigo mismo y haga efectiva las posibilidades de participar intensamente en los intercambios con otros individuos de la especie humana”.

Es así que el objetivo de estas guías es brindar elementos didácticos para promover durante las orientaciones de grupo de los grados primero, segundo y tercero, acciones de autocuidado y prevención frente al abuso sexual infantil a través de la lectura del cuento Kiko y la Mano del Consejo de Europa como elemento coeducativo.

Para lo cual, encontrarán en detalle la guía para desarrollar cada una de las sesiones, dentro de las cuales se presentan: los elementos conceptuales que el profesorado y agentes educativas(os) han de tener en cuenta para el desarrollo de la guía, el objetivo de la sesión, es decir, lo que se espera que las niñas y los niños logren a partir de la vivencia; el desarrollo metodológico de la guía, y los materiales que se han de disponer para su desarrollo.

## Adjunto encontrarán:

- Plantilla de Kiko, la cual pueden imprimir y usar como modelo ya sea para que las niñas y los niños coloren, o para diseñar un muñeco (elaborado con fieltro y relleno de algodón) o títere de Kiko.
- Una infografía sobre el Código Fucsia: ruta de atención integral en salud a víctimas de violencia sexual.
- Y anexos que sirven como modelo de referencia para diseñar el material propuesto para cada sesión

Además, de contar con acceso al ABECÉ para la incorporación del enfoque de género en el sistema educativo, el cual aporta información que permite al profesorado y agentes educativas(os) ampliar los conceptos orientadores de estas guías.

**Puedes escanear este código QR, y acceder a variado material educativo que fortalecerá y ampliará esta experiencia.**



Una vez ingreses, da clic en el botón: "Ingresar como invitado" y ¡listo! Ya estarás en el ABC

## Guía didáctica de lectura

### Me cuido, aprendamos de autocuidado.

**Sesión**

1- Prelectura

**Elementos conceptuales**

Autocuidado: describe un acto consciente que realiza una persona

**Para el profesorado o agentes educativas(os)**

Para promover su propia salud física, mental y emocional (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022), como lo es el poder expresar como se siente, que necesita y que le gusta y que NO.

**Objetivo de la sesión**

Invitar a las niñas y los niños a imaginar y crear ideas posibles de la historia del cuento, a partir de la lectura de su nombre.

**Momentos de la mediación pedagógica (desde el sistema didáctico)**

**Percibir**

Este momento se prepara previo a la llegada de los niños y las niñas, para ello el profesorado o agentes educativas(os) dispone el espacio tipo "rincón de lectura", ambientado el aula con elementos que inviten a la exploración, llamando la atención de los niños y las niñas, es por ello, que es importante que en este espacio se disponga un baúl cerrado que tiene un tesoro (el tesoro es Kiko personaje que representa el cuento del que se hará lectura "Kiko y la mano") y visibles pero lejos de su alcance, una llave grande (se puede hacer en cartón y decorarla), las cuales abren el baúl, cuando corresponda y a su alrededor se disponen algunos elementos que les permitan percibir que el tesoro

	<p><b>Percibir</b></p>	<p>es un cuento, como libros, lápices de colores, elementos que les ayuden a identificar que el tema es el autocuidado como cepillo de dientes, cepillo, espejo y hojas en blanco, un tablero y ganchos para exponer los trabajos. (30 min ambientación)</p>
<p><b>Momentos de la mediación pedagógica (desde el sistema didáctico)</b></p>	<p>Cuando los niños y las niñas llegan al aula se les permite percibir que hay en el entorno, pero sin tomar ningún elemento, y prontamente se les invita a ubicarse en sus lugares. (5 minutos)</p>	
	<p><b>Sentir</b></p>	<p>Estando ubicados en sus lugares, se les pregunta qué creen que hay en el baúl, y qué creen que deben hacer para poder abrirlo, luego de escucharlos, se les invita a seguir varias instrucciones que les ayudarán a descubrir el tesoro, la primera de ellas es cerrar sus ojos y escuchar lo que pasa en el entorno, este momento se sugiere que se acompañe de un sonido musical o un palo de lluvia, y pasado unos 40 segundos, después que los niños y las niñas cierran los ojos, decir en voz alta y clara, el nombre del cuento "Kiko y la mano" (5 minutos)</p>
	<p><b>Hacer</b></p>	<p>Luego de abrir los ojos, se les invita a crear o dibujar con los materiales que están dispuestos los personajes del cuento "Kiko y la mano" (15 minutos).</p>

	<b>Hacer</b>	Durante este momento se motiva a tener en cuenta que color, tamaño, forma, creen que tienen los personajes y a realizar escritura del nombre del cuento.
	<b>Pensar y reflexionar</b>	Se invita a los niños y las niñas a exponer sus creaciones en el tablero que hay en el rincón de lectura (5 minutos)

<b>Materiales que debe disponer el profesorado o agente educativa(o)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Baúl</li> <li>● Llave</li> <li>● Elementos que les permitan percibir que el tesoro es un cuento: libros, cuentos...</li> <li>● Elementos que permiten percibir que el tema es el autocuidado: hojas en blanco, lápices de colores, un tablero y ganchos.</li> </ul>
--	--

<b>Sesión</b>	2 -Lectura
<b>Objetivo de la sesión</b>	Invitar a las niñas y los niños a escuchar la lectura del cuento identificando la regla de Kiko para el autocuidado.
<b>Elementos conceptuales para el profesorado o agentes educativas(os)</b>	Abuso sexual infantil (ASI): Es todo acto o comportamiento de tipo sexual ejercido sobre un niño, niña o adolescente, utilizando la fuerza o cualquier forma de coerción física, psicológica o emocional, aprovechando las condiciones de indefensión, de desigualdad y las relaciones de poder existentes entre víctima y agresor

**Elementos conceptuales para el profesorado o agentes educativas(os)**

(ABC violencia sexual ICBF), por lo cual, es considerado como una Violencia Basada en Género .

Violencias Basadas en Género (VBG): Aluden a cualquier acto violento o agresivo en público o privado, basado en una desigualdad de relación de dominio entre hombres sobre mujeres y cuerpos feminizados. Y que comprende tanto daños físicos y sexuales, como psicológicos y simbólicos (Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas [DANE], 2020).

**Momentos de la mediación pedagógica (desde el sistema didáctico)**

**Percibir**

Teniendo presentes los elementos del rincón de lectura, se les pregunta a los niños y las niñas si ya saben cuál es el tesoro que contiene el baúl y cómo pueden abrirlo, de no saber, el profesorado o agente educativa(o) les motivará con la siguiente pregunta orientadora ¿qué elemento contiene historias que nos divierten y enseñan?, cuando las niñas y los niños descubren que el tesoro es Kiko o el cuento, se les invita a abrir el baúl y corroborar si están en lo cierto, se saca a Kiko, y se permite que niños y niñas los toquen, huelan y observen, luego se les presenta el cuento "Kiko y la mano" el cual se puede proyectar o el profesorado lo puede llevar impreso, y se indaga si ambos personajes Kiko y la mano del cuento, se parecen a los que ellos representaron en la sesión anterior. (5 minutos)

Ilustración 1  
Muestra de Kiko



**Sentir**

Para este momento se les recuerda que en el rincón de lectura también hay unos elementos que tienen relación con el tema del que habla el libro (elementos de autocuidado) y se invita a las niñas y los niños a hacer uso de estos elementos, especialmente usándolos en Kiko, es decir se permite que lo peinen, le cepillen los dientes, lo pongan frente al espejo y finalmente, son invitados a la lectura del cuento, para lo cual, requieren escuchar atentamente. (10 minutos)

**Hacer**

Se realiza la lectura en voz alta del cuento, durante la cual el profesorado o agentes educativas(os), se apoyarán de Kiko para representar las diferentes experiencias que este vive, por ejemplo, cuando dice: "Hola, ¡mano! Quiero volar", el profesorado tomará a Kiko y simulará que este está volando. (5 minutos)

**Pensar y reflexionar**

El profesorado o agentes educativas(os), les invitan a contar si ellas y ellos conocen o tienen una regla parecida a La Regla de Kiko

**Pensar y reflexionar**



**“lo que está debajo de la ropa interior no se toca. El pene y la vagina no se tocan”**

y les invitan a reflexionar sobre lo importante que es que nadie les toque allí, al igual que ellas y ellos no deben tocar a otras niñas o niños. Practican decir todos juntos "¡NO!", y se les pregunta ¿Qué decimos a alguien que quiere tocarnos debajo de la ropa interior?" "No. No. No."

Las reglas que los niños y las niñas mencionen se escriben en un cartel y se agregan al rincón de lectura, junto con Kiko.

También les invitan a tener presente que el cuento narra algunas cosas que, aunque resultan difíciles de hablar, es importante hacerlo con las personas que nos hacen sentir seguros (nuestros familiares, nuestros maestros y maestras o incluso los papás y mamás de nuestros amigas o amigos) para evitar que pasen.  
(10 minutos)

**Materiales que debe disponer el profesorado o agente educativa(o)**

- Rincón de lectura: llave, baúl con cuento, elementos de autocuidado y creación, dibujos de las niñas y los niños.
- Cuento digital y medios de proyección o cuento impreso.
- Kiko (impreso o elaborado con fieltro y relleno de algodón, como el de la muestra)

**Sesión**

3-Poslectura

**Objetivo de la sesión**

Reflexionar sobre las enseñanzas brindadas por el cuento "Kiko y la mano".

**Elementos conceptuales para el profesorado o agentes educativos (os)**

Consentimiento sexual: Significa estar activamente de acuerdo con realizar actividades de índole sexual, este le indica a la otra persona que deseamos tener relaciones sexuales. La actividad sexual sin consentimiento es una violación o agresión sexual, por lo cual, aunque a las niñas y los niños se les enseña la importancia del NO, ellas y ellos no pueden consentir, siempre que la edad de consentimiento sexual en Colombia es 14 años. (Ley 599 de 2000)

La ley diferencia el acceso carnal del acto sexual, para lo cual es importante considerar que el acceso carnal, es a la acción de penetrar a otra persona ya sea por vía vaginal, anal, u bucal, con alguna parte del cuerpo u otro objeto, dentro de esta está el coito; mientras entiende el acto sexual, como actividades de carácter sexual como los tocamientos, besos, o manipulación de las partes íntimas de otra persona.



**Es importante señalar que, si bien la edad para consentir es 14 años, si una persona coacciona a otra así sea mayor a esta edad para tener acceso carnal o actos sexuales, esto es considerado un delito siempre que la coacción es ejercer presión fuerza o violencia de tipo físico, psíquico (manipulación) o moral para obtener en este caso acceso gratificación sexual.**

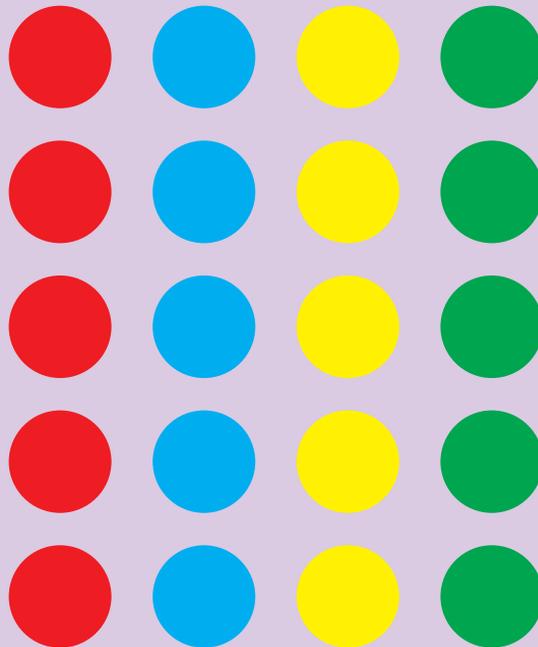
**Momentos de la mediación pedagógica (desde el sistema didáctico)**

**Percibir**

En este momento se invita a las niñas y los niños a recordar el cuento y la enseñanza que trae, se leen la norma de Kiko "El pene y la vagina no se tocan" y las otras normas que ellas y ellos propusieron y que encuentran escritas en el rincón de lectura. (5 minutos)

**Sentir**

Previo a este momento se requiere que el profesorado o agente educativa(o) disponga de un:  
Tapete con círculos de colores (tipo twister), con los siguientes colores rojo, verde, amarillo y azul.



Momentos de la mediación pedagógica (desde el sistema didáctico)

**Ruleta** (ver Modelo ruleta) que tiene en el centro una flecha que puede girar, y al parar señala una parte del cuerpo: cabeza, manos, genitales, espalda, ojos, nariz, boca y pies.

¿Que otras personas pueden tocar tu \_\_\_\_ ?



### Sentir

Semáforo, en donde cada color tiene escrito en el centro

- **Rojo** - No (es decir esta parte de mi cuerpo las otras personas NO la pueden tocar, por ejemplo, los genitales)
- **Verde** - Sí (esta parte de mi cuerpo, como son mis brazos y manos, me las pueden tocar sin incomodar).
- **Amarillo** - Yo decido (hay partes de mi cuerpo que, aunque se pueden tocar a veces me incomodan como cuando me tocan las mejillas y me las pellizcan)
- **Azul** - Historia (que historia recuerdas de cuando alguien te haya tocado alguna parte de tu cuerpo)

**Momentos de  
la mediación  
pedagógica  
(desde el  
sistema  
didáctico)**

**Sentir**

El juego que se empleará en este momento se llama Kiko pregunta, el cual se jugará por rondas de cinco (5) personas (las demás niñas y niños observarán mientras les corresponde su ronda), quienes a través del juego responderán la pregunta ¿otras personas pueden tocar tu \_\_\_?

Para saber qué es lo que se puede o no tocar la primera persona participante girará la ruleta, la cual, al caer en una parte del cuerpo, completa la pregunta, por ejemplo, si al girar la ruleta esta cae en los genitales, la pregunta es ¿otras personas pueden tocar tus genitales?

Luego para responder quien giró la ruleta, ubicará en el tapete su mano o pie (el que prefiera) en el círculo que de respuesta a la pregunta de KiKo.



### Sentir

Es decir, si la niña o el niño quiere responder que otras personas pueden tocar sus genitales ubicará su mano o pies en el sí.

Es importante que se permita a las niñas y niños expresarse libremente (las devoluciones del juego se realizaran en el siguiente momento) (15 minutos).

### Hacer

Se invita a las niñas y los niños a hablar sobre el juego, y sobre la importancia de no tocar el cuerpo de los demás sin consentimiento, y se refuerza la premisa de Kiko ¿Qué decimos a alguien que quiere tocarnos debajo de la ropa interior?



**¡No! ¡No! ¡Noo!**

**(5 minutos)**

Apreciados Docentes y Agentes educativas(os) en este momento puedes hacer uso de unos minutos más y contarle a las niñas y los niños cuales son los protocolos de atención para el abuso sexual infantil que tiene la Institución. También te compartimos información sobre el Código Fucsia (Ver Adjunto Código Fucsia) la cual te puede ayudar a ampliar la información.

Código Fucsia



**Pensar y reflexionar**

Para concluir se invita a los niños a hacer un dibujo de aquellos lugares y personas con las cuales se sienten seguros, recordando que, siempre que se sientan inseguros, pueden comunicarlo a las personas con quienes se sienten seguros. Sus producciones se publican en el rincón de lectura. (10 minutos)

**Materiales que debe disponer el profesorado o agente educativa(o)**

- Rincón de lectura
- Tablero con círculos de colores (ver figura del tablero como ejemplo para el diseño personal).
- Ruleta con título ¿otras personas pueden tocar tus \_\_\_\_\_? (ver figura de ruleta como ejemplo para el diseño personal).
- Semáforo
- Hojas en blanco
- Lápices de colores

¡Descarga aquí el libro!

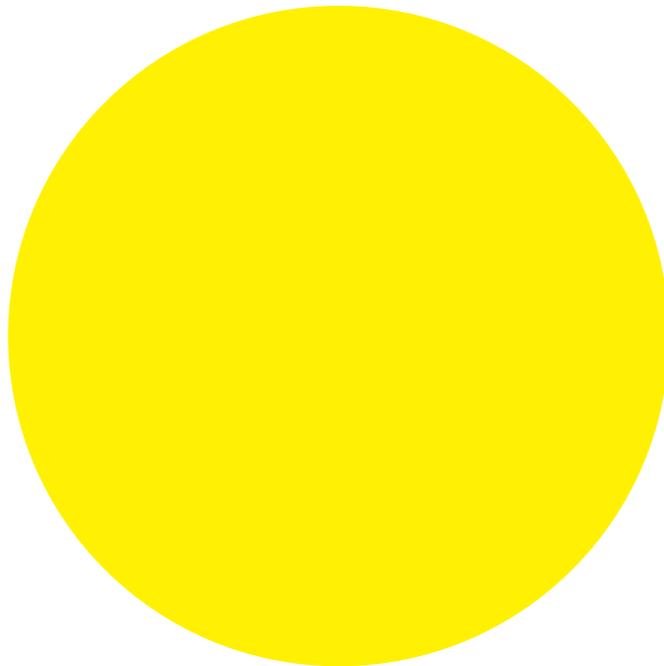
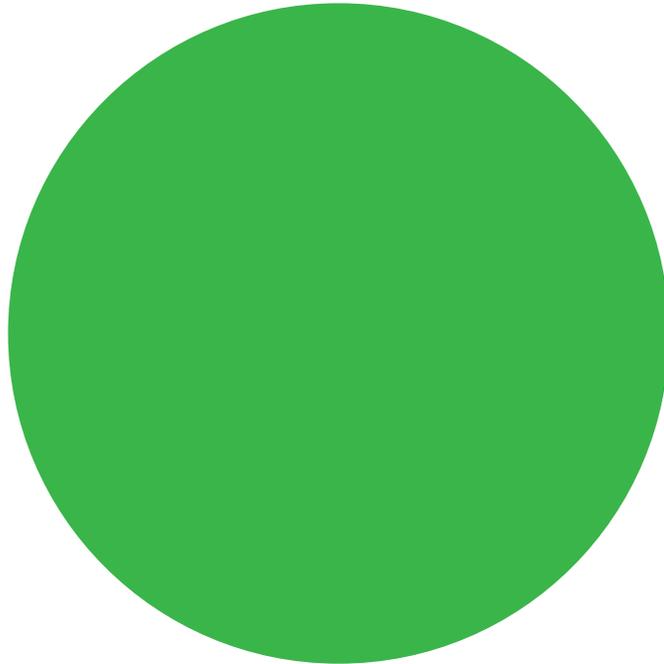


Plantilla del personaje  
de kiko



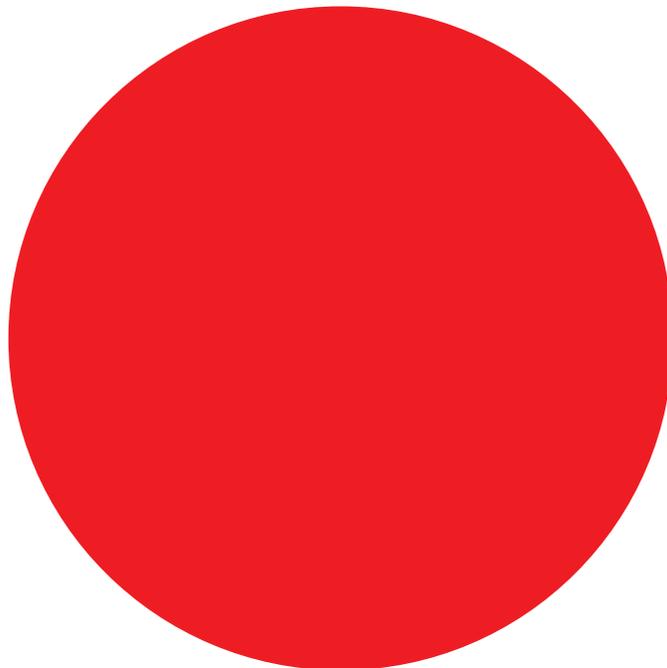
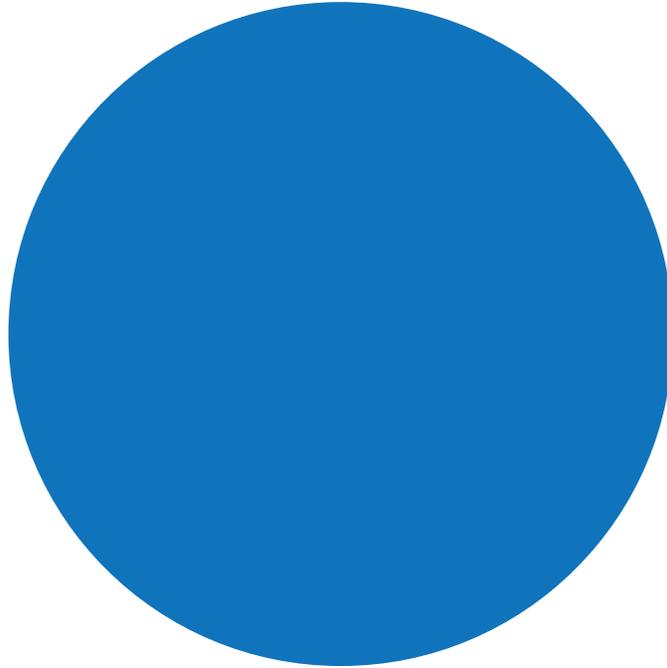
# Modelo tablero

Este modelo es una referencia para que el profesorado o agentes educativas(os) cuenten con apoyo visual que le permita diseñar su propio material.



# Modelo tablero

Este modelo es una referencia para que el profesorado o agentes educativas(os) cuenten con apoyo visual que le permita diseñar su propio material.



# Modelo Ruleta

Este modelo es una referencia para que el profesorado o agentes educativas(os) cuenten con apoyo visual que le permita diseñar su propio material.



## Referencias

### Referencias

Código Penal. Ley 599 de 2000. Artículo 208, 209, 2010. Julio 24 de 2000 (Colombia)

Consejo de Europa (2011). Kiko y la mano.  
<https://rm.coe.int/16806b0780>

Departamento Administrativo Nacional de Estadística [DANE], 2022. Mujeres y Hombres: Brechas De Género En Colombia.  
[https://oig.cepal.org/sites/default/files/mujeres\\_y\\_hombres\\_brechas\\_de\\_genero.pdf](https://oig.cepal.org/sites/default/files/mujeres_y_hombres_brechas_de_genero.pdf)

Dinello, R. (1989). Expresión Lúdico Creativa. (Temas de Educación Infantil). Montevideo: Nordan.

Echavarría, D. y Urrea, D. (2022). Humanizarttte, propuesta formativa sobre diversidad sexual.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar [ICBF] (s.f). ABC violencia sexual ICBF.  
[https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/abc\\_-\\_violencia\\_sexual.pdf](https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/abc_-_violencia_sexual.pdf)

Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022. Autocuidado para personal en primera línea de respuesta en emergencias.  
<https://www.campusvirtualesp.org/es/curso/autocuidado-para-personal-en-primera-linea-de-respuesta-en-situaciones-de-emergencia-en#:~:text=El%20autocuidado%20es%20definido%20por,un%20proveedor%20de%20atenci%C3%B3n%20m%C3%A9dica%22>

# Me cuido

## aprendamos de autocuidado





Realizado por:

