

CuaDer nos
Diciembre 2022

para la Salud de las
Mujeres



Nº 14



LA SALUD DE
NIÑAS
Y CHICAS
ADOLESCENTES



A Junta
de Andalucía

Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad

Instituto Andaluz
de la Mujer

CuaDer nos
Diciembre 2022

para la Salud de las
Mujeres

Nº 14



LA SALUD DE
NIÑAS
Y CHICAS
ADOLESCENTES

E_dita



INSTITUTO ANDALUZ DE LA MUJER
Consejería de Inclusión Social, Juventud,
Familias e Igualdad. Junta de Andalucía.

E_labora



ESCUELA ANDALUZA DE SALUD PÚBLICA
Consejería de Salud y Consumo. Junta de Andalucía.

A_utoría



Carmen Moreno. Dpto. de Psicología Evolutiva y de la
Educación de la Universidad de Sevilla.

Francisco Rivera. Dpto. de Psicología Experimental de
la Universidad de Sevilla.

ilustraciones IRENE SUÁREZ
IRENE SUÁREZ

Impri^Me



Entorno Gráfico

Ma^Queta

Cristina Pando Letona. EASP.

I S S N



2 6 9 5 - 4 7 2 9



Este título se puede descargar en <http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer>



ÍNDICE

PRESENTACIÓN.....	7
¿QUÉ ES SER NIÑA Y ADOLESCENTE EN LA TERCERA DÉCADA DEL SIGLO XXI EN ESPAÑA?.....	9
¿NOS DEBE PREOCUPAR LA SALUD Y BIENESTAR DE NIÑAS Y ADOLESCENTES?.....	13
DESAYUNAR A DIARIO.....	13
ACTIVIDAD FÍSICA.....	14
PESO, DIETA Y PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL.....	14
PERCEPCIÓN DE SALUD.....	15
MALESTARES PSICOSOMÁTICOS.....	16
SATISFACCIÓN VITAL, BIENESTAR Y AJUSTE PSICOLÓGICO.....	16
NIÑAS Y ADOLESCENTES INMIGRANTES, DE MINORÍAS ÉTNICAS Y EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL.....	17
¿CÓMO SON LAS EXPERIENCIAS QUE LAS NIÑAS Y ADOLESCENTES RECIBEN DEL GRUPO DE IGUALES, DE LA ESCUELA Y DE SU FAMILIA?.....	21
RELACIONES ENTRE IGUALES.....	21
EXPERIENCIA ESCOLAR.....	28
EXPERIENCIA DENTRO DE LA FAMILIA.....	31
¿DÓNDE ESTÁ EL ORIGEN DE LAS DIFICULTADES QUE MUESTRAN NUESTRAS NIÑAS Y ADOLESCENTES?.....	35
RESUMIENDO ALGUNAS IDEAS: 10 MENSAJES CLAVE.....	41
LECTURAS Y RECURSOS PARA SABER MÁS.....	44
ALGUNAS LECTURAS RECOMENDADAS.....	44
ALGUNAS WEBS DE REFERENCIA.....	46
RECURSOS AUDIOVISUALES.....	47
RECURSOS DIDÁCTICOS.....	47

PRESENTACIÓN

La noción que en la actualidad manejamos sobre la infancia y adolescencia como etapas del desarrollo del ser humano es bastante reciente en la historia de la Humanidad. No es hasta finales de 1989 con la Convención sobre los Derechos del Niño, auspiciada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) que se reconocen los derechos humanos de los niños y las niñas, definidos como personas menores de 18 años, y que obliga a los gobiernos a cumplirlos, habiendo sido ratificado en la actualidad por todos los países miembros, con excepción de EE.UU. y Sudán del Sur.

Según diversos estudios realizados el componente de género es un condicionante en la salud de la infancia y adolescencia. Las niñas y las adolescentes se saltan más desayunos y hacen menos actividad física que niños y adolescentes; hacen más dieta y están más insatisfechas con su imagen corporal; tienen peor percepción de salud, menos satisfacción vital y más ansiedad y depresión.

El sistema educativo por el que pasan condicionan en buena manera su salud. En lo que respecta a las cifras de acoso escolar, los chicos tienen más presencia tanto en el rol de víctimas como de agresores. Ahora bien, las chicas practican más un tipo de acoso muy difícil de detectar que se basa en difundir rumores y aislar a la persona de su grupo. Además, son más víctimas de ciberacoso. Otro dato preocupante es que las niñas y las adolescentes dedican más tiempo al estudio, consiguen buenos resultados académicos, pero viven más situaciones de estrés y miedo al fracaso, lo que hace aumentar la brecha con los chicos al elegir carreras de ciencias y tecnología.

La socialización que se realiza en el seno familiar sigue unas pautas de expectativas y prácticas educativas contaminadas por estereotipos de género. Pese a que se van asimilando las últimas conquistas del movimiento feminista, especialmente en el acceso al mundo laboral, las niñas y las adolescentes parecen tener que seguir asumiendo roles más tradicionales.

En cuanto a la violencia de género, sigue los mismos patrones que caracteriza a la que se da en parejas adultas, aunque hay que destacar las siguientes particularidades: la violencia explícita verbal y física aparece antes y con más intensidad que en las relaciones adultas y no es raro que se manifieste en espacios públicos; las conductas orientadas a controlar a la víctima aparecen antes y de manera clara y hay más violencia sexual en personas adolescentes que en las adultas. El Instituto Andaluz de la Mujer, consciente de esta problemática, ha editado *El novio de mi hija la maltrata: ¿Qué podemos hacer?* Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género, que se puede consultar en su página web.

Con los datos y la experiencia adquirida, se hace evidente que el trabajo de prevención se debe centrar fundamentalmente en el ámbito educativo, reforzando la formación del profesorado, y en el ámbito familiar desde el periodo prenatal.

De todas estas cuestiones, y en especial de los aspectos relacionados con la salud de las niñas y las adolescentes, se ocupa el nuevo número de Cuadernos para la Salud de las Mujeres editado por el Instituto Andaluz de la Mujer.

Instituto Andaluz de la Mujer

¿QUÉ ES SER NIÑA Y ADOLESCENTE EN LA TERCERA DÉCADA DEL SIGLO XXI EN ESPAÑA?

La conciencia de que la infancia es una etapa evolutiva con características y necesidades específicas es algo relativamente reciente en nuestra historia. Basta mirar las pinturas y manifestaciones artísticas previas al siglo XX para darnos cuenta de que antaño los niños y las niñas eran percibidos como adultos “en pequeño”, no se reconocía su necesidad de protección y, por ello, en la antigüedad se podían dar prácticas como el infanticidio o el abandono y, más recientemente, el trabajo infantil, sin que estuvieran sancionadas, siendo la escolarización obligatoria y gratuita un logro relativamente cercano en el tiempo.

Afortunadamente, la sensibilidad desarrollada hacia la infancia hasta hoy, contando ya con la Convención sobre los Derechos del Niño, hace que no dudemos en calificar como inadecuadas o de maltrato, muchas de las prácticas que se consideraron “educativas” en las familias y en la escuela durante la infancia de las personas de más edad de nuestro entorno.

Esa sensibilidad nos ha llevado a centrarnos no solo en los efectos dañinos de las conductas inadecuadas de las personas adultas sobre las y los menores, sino también, y especialmente, a ocuparnos de su bienestar y de qué cuidados son necesarios para conseguirlo. Por tanto, en la actualidad hay una conciencia de que debemos trabajar no solo por evitar el maltrato y el “no buen trato”, sino que debemos ocuparnos especialmente de promover el “buen trato”.

Este enfoque del “buen trato” precisa analizar cuáles son las necesidades de la infancia que deben ser atendidas, dando prioridad a las que son propias de la naturaleza humana, universales. Así, aunque lo primero que se nos venga a la cabeza sean las necesidades de tipo biológico, son muchas las de carácter psicológico y social a tener en cuenta para comprender cómo crecen niñas y adolescentes hoy en día (López, 2008).

Afortunadamente, esta nueva mirada ha llevado a que en la actualidad exista un consenso profesional y social a la hora de considerar la salud en la infancia como mucho más que lo que implican vacunas, controles pediátricos, salud bucodental, nutrición, lactancia materna, obesidad o, ya en la adolescencia, el consumo de drogas, siendo todo ello muy importante. Sabemos, además, que la salud y el bienestar en estos años es particularmente sensible a las influencias del ambiente, de la educación, de las experiencias vividas en los contextos donde los y las menores crecen, a las leyes y medidas que les afectan, a los valores sociales imperantes en torno a la infancia y adolescencia, y sus necesidades.

A la reflexión anterior es importante añadir una perspectiva de género. Afortunadamente, el ingente trabajo realizado por el feminismo en las últimas décadas ha contribuido a comprender que la satisfacción de las necesidades está determinada por el género y que es imprescindible trabajar en pro del bienestar de chicos y chicas indistintamente, y de acuerdo a sus especificidades y condiciones sociales vitales.





Es así como se puede concluir que las niñas de hoy han llegado a un mundo que abre un abanico de oportunidades sensiblemente mayor al que se ofreció a las generaciones de décadas atrás y en condiciones de igualdad con sus coetáneos varones, al menos en teoría. Sin embargo, han llegado a un mundo con contradicciones sobre lo que en el fondo se espera de ellas, a un mundo que también tiene **riesgos y amenazas** específicos para ellas.



¿NOS DEBE PREOCUPAR LA SALUD Y BIENESTAR DE NIÑAS Y ADOLESCENTES?

Aunque no son muchos los estudios poblacionales específicos sobre el estado de salud de la infancia y adolescencia en general, merecen ser destacadas cuatro investigaciones que se repiten cada cierto tiempo y que permiten monitorizar importantes indicadores sobre los estilos de vida, el bienestar, preocupaciones, opiniones y la vida en la escuela de chicos y chicas. Es el caso del Barómetro de Opinión de la Infancia y la Adolescencia (OPINA 2021), el Estudio *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC 2020), el *Programme for International Student Assessment* (PISA, 2019) y *The International Survey of Children's Well-Being* (2019). A continuación, se presenta una selección de algunos de sus resultados:

DESAYUNAR A DIARIO

La frecuencia de desayuno regular entre semana (tomar algo más que un vaso de leche o fruta) es mayor en los chicos que en las chicas y, aunque en ambos este hábito desciende con la edad, es especialmente marcado en las chicas. A los 11-12 años, el 70% de chicas desayuna los cinco días entre semana, y a partir de los 15-16 años el porcentaje baja al 51%.

ACTIVIDAD FÍSICA

Los chicos hacen más actividad física diaria que las chicas. Según las encuestas, a los 15 años, un 23% de los chicos realiza ejercicio de moderado a vigoroso 7 días a la semana al menos 60 minutos diarios, frente al 9% de las chicas. El descenso en la realización de actividad física de las chicas a lo largo de la adolescencia es compatible con el aumento de la dedicación al estudio. En las chicas se ve con más claridad cómo sustituyen la actividad física por el tiempo de estudio.

PESO, DIETA Y PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL

El 17% de adolescentes entre 11 y 18 años escolarizados en España tienen problemas de sobrepeso y obesidad. El porcentaje es menor en las chicas que en los chicos de todas las edades (ellas están más representadas en el normo peso), pero las chicas hacen más dieta y están más insatisfechas con su imagen corporal.

Así, el 17% de las adolescentes de 15 años afirma estar haciendo **dieta para perder peso**. Este porcentaje no sólo es más alto en comparación con sus iguales varones (8%), sino que las tendencias observadas a lo largo de los años son diferentes en función del sexo. El hacer dieta en las chicas aumenta desde los 11-12 años hasta los 15-16 años, mientras que en ellos se observa el patrón contrario en este mismo tramo de edad.

En cuanto a la **percepción de la imagen corporal**, a los 11 años, un porcentaje similar de chicos y de chicas percibe su cuerpo como un poco o demasiado gordo (en torno al 21%). Sin embargo, a partir de esa edad los porcentajes en las chicas no dejan de aumentar, llegando al 40% en las de 17 a 18 años frente al 25% de los chicos. Esto encaja con los resultados sobre **satisfacción con su imagen corporal**: a los 15 años el 3% de chicos manifiesta estar claramente insatisfecho con su imagen corporal, frente al 13% de chicas.





PERCEPCIÓN DE SALUD

El porcentaje de adolescentes que considera que su salud es excelente es mayor entre los chicos (42,5%) que entre las chicas (32,5%). Estas diferencias no se dan a los 11 años, pero van aumentando conforme lo hace la edad, lo que parece confirmar la sospecha de que la experiencia de la pubertad y, más en concreto, de la menstruación, pueda ser un hito importante para la percepción de peor salud de las chicas.

MALESTARES PSICOSOMÁTICOS

En todos los grupos de edad estudiados, el porcentaje de chicas que experimenta malestar psicosomático **físico** (dolor de cabeza, de estómago, de espalda o sensación de mareo), al menos casi todas las semanas, es más alto (48%) que el de chicos (30%). Y también son las chicas quienes sufren con más frecuencia malestares **psicológicos** (bajo estado de ánimo, irritabilidad, nerviosismo y dificultad para dormir) (60% de ellas frente al 46% de ellos).

SATISFACCIÓN VITAL, BIENESTAR Y AJUSTE PSICOLÓGICO

Aunque tanto en chicos como en chicas se advierte un descenso de satisfacción vital con la edad, son las chicas quienes en mayor medida experimentan este descenso (a los 15 años, el 28% de ellas, frente al 40% de los chicos, revela una satisfacción vital alta). La misma tendencia se observa cuando se les pide que valoren su **bienestar emocional**: se da un descenso conforme aumenta la edad en ambos sexos (que comienza a darse en torno a los 10 años), pero la tendencia es más marcada en las chicas.

Como se muestra en el **número 7: La salud mental de las mujeres. Mitos y realidades**, de esta serie de Cuadernos, las cifras sobre depresión y ansiedad en mujeres duplican las de los hombres. También en niñas y adolescentes se detecta esa mayor tendencia a padecer estos problemas.

De forma relacionada, cuando se da a chicos y chicas una lista de temas para que expongan su grado de preocupación con cada uno de ellos, ellas destacan una alta preocupación por las desigualdades de género, el machismo y la violencia machista, los abusos sexuales a niños y niñas, el *bullying* y el *ciberbullying*, y que niños, niñas y adolescentes tengan depresión, ansiedad y otros problemas psicológicos. Estos resultados hacen pensar que hay una mayor sensibilidad en las chicas precisamente hacia asuntos que las hacen más vulnerables, alguno de ellos acaba de ser comentado y otros se analizarán más adelante.



NIÑAS Y ADOLESCENTES INMIGRANTES, DE MINORÍAS ÉTNICAS Y EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL

La mayor parte de los indicadores que se acaban de comentar tienden a agravarse si, además, el análisis se centra en niñas y adolescentes que crecen en familias con bajos recursos económicos y educativos, en chicas inmigrantes (especialmente si provienen de zonas geográficas en las que el papel de la mujer está desvalorizado), en chicas pertenecientes a minorías étnicas y, más aún, en riesgo de exclusión social.





LA SEXUALIZACIÓN DE LAS NIÑAS

Hace ya muchos años que las psicólogas y psicólogos evolutivos, al igual que otros especialistas que tienen a la juventud como objetivo de estudio o intervención, mostraron que la adolescencia es una etapa del ciclo vital que se va haciendo cada vez más extensa y que hoy nuestra sociedad occidental se nutre de “adolescentes” de 30 años y más. Pero al mismo tiempo que ocurre esto, es decir que la adolescencia se hace más extensa por arriba, tomando años de lo que antes era la adultez, sucede también que se prolonga por abajo: nuestros niños y niñas cada vez antes se convierten en adolescentes.

Basta observar algunos indicadores que tienen que ver, por ejemplo, con el mercado de productos destinados a ellos y ellas (por ejemplo, algunas tiendas de moda “infantil”) o ciertos comportamientos que hoy valoramos en nuestros niños y niñas (por ejemplo, los playbacks que nos gusta ver en las fiestas fin de curso o la audiencia que arrastra la programación televisiva que utiliza a menores como protagonistas haciendo de adultos y con bromas de adultos) para llegar a esta conclusión.

Así, por ejemplo, al visitar cualquiera de las tiendas especializadas en moda supuestamente infantil, es fácil observar algunos ejemplos, muy reveladores en el caso de las niñas. Para ellas hay una amplia oferta de camisetas con un hombro o con la espalda al aire, los llamados “top” o todo un mercado de minifaldas (ojo, que no se trata de falditas cortas, sino de minifaldas, con el mismo corte y diseño que las de las adultas). Pero las cosas van más allá porque en nuestras niñas se estimula no sólo que vayan ataviadas con los mismos diseños que las adultas, sino que imiten también los comportamientos, incluso los de cortejo y provocación sexual, que acompañan a esos diseños. Podríamos hacer referencia a muchos indicadores de este fenómeno, pero ahora sólo queremos activar la alarma de que forman parte de una corriente de pensamiento, una moda, una nueva manera de concebir y presentar la infancia en nuestro —parece— pobre imaginativo mundo de adultos. Algo habrá que hacer como sociedad para no robar años a la infancia de nuestras niñas esperando de ellas comportamientos y actitudes que no son propios de esa edad.



¿CÓMO SON LAS EXPERIENCIAS QUE LAS NIÑAS Y ADOLESCENTES RECIBEN DEL GRUPO DE IGUALES, DE LA ESCUELA Y DE SU FAMILIA?

A lo largo de la infancia y de la adolescencia, las experiencias que se viven en la familia, entre iguales y en la escuela, cumplen un papel muy importante en el proceso de convertirse en hombres y mujeres adultas.

RELACIONES ENTRE IGUALES

Se sabe con certeza que los contactos con amigos y amigas son importantes porque son elementos de compañía y diversión; sirven como fuente de intimidad y afecto; de seguridad emocional en situaciones novedosas o momentos de estrés y transición; de validación personal a través de cómo perciben que son vistos por los demás; permiten compartir experiencias importantes de intimidad; sirven como confidentes, y promueven el desarrollo de importantes competencias sociales, como el aprendizaje de los roles de género para el que las relaciones con individuos pertenecientes a una misma generación son decisivos. Los amigos y amigas tienen, por tanto, un poder de socialización muy fuerte a través de diferentes vías, especialmente poderosas en los años de la adolescencia.



La experiencia con iguales puede tener tintes casi dramáticos para aquellas niñas y niños que padecen aislamiento, rechazo o cualquier otro problema en las relaciones con quienes comparten una parte importante de sus vidas. Según la información que arrojan las encuestas previamente señaladas, entre otras fuentes, tanto los problemas en las relaciones entre iguales como la vida sexual-afectiva de chicas y chicos se ven claramente condicionadas por el género.

El bullying

- ◉ El porcentaje de adolescentes que informa haber sido víctima de bullying en los dos últimos meses es algo mayor en los chicos (13%) que en las chicas (11%).
- ◉ El porcentaje de chicos adolescentes que ha participado en episodios de bullying es mayor que el de chicas (15% frente a 9%), manteniéndose estas diferencias en función del género en todas las edades analizadas.
- ◉ Sin embargo, si bien los chicos son más protagonistas en el acoso escolar, como víctimas y como maltratadores, hay dos excepciones a este fenómeno:
 1. Hay un tipo de *bullying* muy difícil de detectar en estudios u observaciones en el aula porque es muy sutil, pero no por ello menos dañino. Consiste en difundir rumores sobre la víctima elegida y tratar de aislarla de su grupo de iguales de referencia. Éste implica más a las chicas y, a menudo, tiene como víctimas a compañeras.
 2. Otra tipología es el *ciberbullying*, el acoso de iguales a través de Internet. Se encuentra que las chicas tienen más riesgo de padecerlo y, con frecuencia, está asociado a comentarios sobre su apariencia física.



Las relaciones sexo-afectivas

La apertura al mundo que se va produciendo a lo largo de los años de la adolescencia lleva consigo, entre otras muchas cosas, la aparición de las **primeras relaciones de pareja** y los primeros encuentros sexuales.

- ◉ El 34% de las chicas de 15 a 18 años revela haber tenido relaciones sexuales coitales, de forma muy parecida a los chicos (37%).

- ◉ Un 75% de chicas manifiesta haber utilizado el preservativo en su última relación sexual coital, un 17% la píldora anticonceptiva y casi un 13% la marcha atrás. Se estima que casi una cuarta parte de ellas quedaron desprotegidas frente al contagio de una infección de transmisión sexual y un porcentaje importante (en torno al 15%) frente a un posible embarazo.
- ◉ El 4% de las chicas de 15 a 18 años que ha tenido relaciones sexuales coitales informa haber estado embarazada en algún momento (este porcentaje equivale al 1,12% del total de las adolescentes de 15 a 18 años) y casi el 32% de este mismo grupo ha usado alguna vez la "píldora del día después" (este porcentaje equivale al 9,7% del total de las adolescentes de 15 a 18 años).
- ◉ Algunos estudios indican que, para el promedio de las chicas de 15 años, y a diferencia de los chicos, haber tenido relaciones sexuales coitales es un predictor de menos satisfacción vital, menos bienestar emocional, peor percepción de salud y más malestar psicosomático. Este dato puede estar indicando que las relaciones sexuales coitales no sean la mejor opción como práctica sexual cuando aún es necesario un mejor conocimiento del propio cuerpo y de la sintonía con el otro, y que muy probablemente las chicas estén respondiendo más al deseo del otro que al propio. Además, lo que muchos chicos aprenden sobre conducta sexual es a través del porno e intentan reproducirlo, a menudo, sin miramiento hacia la pareja.



La violencia de género en jóvenes

La preocupación se incrementa en relación con la **violencia de pareja en adolescentes**, o, dicho de otro modo, con los comportamientos de maltrato reiterado que un chico adolescente ejerce sobre una chica con la que mantiene o ha mantenido una relación sentimental, con la intención de ejercer control y dominio sobre ella. Puede tratarse de agresión física, psicológica, sexual o económica. Es un tipo de violencia especial porque

se ejerce sobre una chica por el hecho de ser mujer y se alimenta del estereotipo de que la mujer es como un objeto al servicio del hombre, de ahí que el varón considere que puede imponer su voluntad incluso utilizando la fuerza. Algunos estudios poblacionales, como el de *Juventud y Género*, de la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (Rodríguez, Calderón, Kuric y Sanmartín, 2021), y la *Macroencuesta sobre violencia contra la mujer* (Ministerio de Igualdad del Gobierno de España, 2019) revelan una situación especialmente desafortunada para las chicas:

- ◉ Más de 7 de cada 10 mujeres jóvenes de 15 a 29 años consideran que las desigualdades de género son elevadas en España, frente a solo 4 de cada 10 hombres.

- ◉ Hay un crecimiento en el porcentaje de chicos jóvenes que niega que exista violencia de género o le resta importancia. Desde 2017 a 2021, el porcentaje que piensa así se ha duplicado hasta llegar al 20%. Es decir, uno de cada cinco adolescentes y jóvenes varones de 15 a 29 años cree que la violencia de género no existe, que es solo un “invento ideológico”.

- ◉ El 19% de las chicas de 16 a 24 años dice haber vivido algún episodio de violencia física con una pareja y el 46% de violencia psicológica.



Otro estudio reciente (Díaz-Aguado et al., 2021) revela que las situaciones de violencia de género más frecuentemente reconocidas por las chicas de 14 a 20 años son: “abuso emocional, “insultar o ridiculizar” (17%), control abusivo general, “decidir por mí hasta el más mínimo detalle” (17%); sentirse controladas a través del móvil (15%); sentirse presionadas para situaciones de tipo sexual en las que no querían participar (11%); sentir miedo (10%) y escuchar que “no vales nada”. Además, un 8% de chicas dice que el chico que la maltrató “presumía de dichas conductas”.

En nuestra comunidad autónoma, la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación informó de que en 2021 la Junta de Andalucía atendió a 302 adolescentes víctimas de violencia de género, un 15% más que el año anterior.

La violencia entre parejas adolescentes sigue los mismos patrones o ciclos que caracteriza a la que se da en parejas adultas. Las fases están bien identificadas:

1. Hasta llegar a la violencia física, el agresor primero ha aislado a la víctima de sus redes de apoyo, ha controlado su móvil, sus contactos, horarios y rutinas de vida; después la desvaloriza y humilla, la amenaza y, poco a poco, irán apareciendo el maltrato psicológico, el sexual (se incluyen chantajes con la amenaza de difusión de vídeos o fotos íntimas), el económico y el maltrato físico. A esto último se llega cuando las otras formas de control y sometimiento previas no hayan sido efectivas a juicio del maltratador, que cada vez exigirá más. El proceso es gradual y la víctima, enredada en una maraña muy confusa en la que mezcla afectos y dolor inmenso, termina viéndose sin capacidad de reacción y sometida, como precisamente buscaba su maltratador.
2. La violencia comienza por una **fase de tensión** acumulada gradualmente por el agresor. Le sigue un cambio repentino de estado de ánimo y, aunque la chica se esfuerce en calmar, complacer y minimizar la tensión, llega la **fase de explosión** de la violencia,



cuando se producen las agresiones físicas, psicológicas y sexuales. Finaliza con la **fase de arrepentimiento o luna de miel**, cuando el agresor pide perdón con insistencia, hace regalos, promesas de que va a cambiar, se muestra muy cariñoso, hace ver que le importa la pareja y promete que nunca más volverá a hacerlo; esta fase consolida la adherencia de la víctima al agresor. Se sabe que todas estas fases se repetirán, aunque, con el tiempo, se quedan reducidas a la de agresión.

Cabe señalar que en las parejas adolescentes se presentan algunas particularidades:

- ◉ Las fases son más cortas e intensas. La violencia explícita verbal y física aparece antes y con más intensidad que en las relaciones adultas y no es raro que se manifieste en espacios públicos.
- ◉ Las conductas orientadas a controlar a la víctima aparecen antes y de manera clara.
- ◉ Hay más violencia sexual en personas adolescentes que en las adultas.

Entre las causas que dan lugar a este problema están, por ejemplo, un sexismo interiorizado por parte de ambos protagonistas, falta de información sobre lo que es una relación sana y lo que no, falta de conciencia sobre lo que es maltrato y lo que no, falta de una buena educación afectivo-sexual, haber presenciado estos modelos de relación de pareja en la propia familia, junto a un contexto que tolera o que, al menos, no sanciona convenientemente los indicadores de este abuso. En estos momentos de avances sociales tan significativos, las chicas no reaccionan porque han crecido con el “espejismo de la igualdad”. Han concluido que tener los mismos derechos implica crecer en las mismas condiciones y con las mismas oportunidades que ellos, y eso las desconcierta, no se identifican con lo que ellas creen que es una mujer maltratada. Es cierto que rompen antes la relación que las mujeres adultas, pero también lo es que recaen antes y más veces.



También sabemos que esta violencia deja en las jóvenes secuelas en su salud física y mental: deterioro de la imagen que tienen de sí mismas (su autoestima), bajo bienestar emocional y baja satisfacción vital, desórdenes en la conducta alimentaria, sentimientos de culpa, problemas en las relaciones con la familia y con amistades (de quienes se van aislando y a quienes no revelan lo que le está ocurriendo), síntomas depresivos y ansiosos, incluso ideación suicida, así como problemas conductuales y académicos en la escuela.

Diferentes testimonios revelan que la violencia de género que se manifiesta en la adultez tuvo episodios previos, también en las primeras relaciones de pareja durante la adolescencia. Por tanto, por todo lo dicho, urge trabajar en la prevención en estos tramos de edad.

El sistema educativo es decisivo a la hora de tratar este problema. Precisamente uno de los contenidos a potenciar en ese currículum de convivencia y de promoción de la igualdad es el de los “mitos del amor romántico”, un conjunto de creencias sobre las relaciones de pareja que está en la base de que muchas chicas acepten y se sometan al maltrato de sus parejas (Fundación Mujeres, 2011).

EXPERIENCIA ESCOLAR

El paso por el sistema educativo, y pese a los avances de las últimas décadas, sigue siendo una experiencia diferente para niños y niñas. En nuestra sociedad actual, la escuela es un contexto fundamental para el desarrollo socio-personal, ya que chicos y chicas pasan allí un número importante de horas al día, al menos durante 13 años, y en ella se dan relaciones personales muy intensas, tanto con personas adultas como con iguales.

En los países con más riqueza, los adultos tienden a mostrar mayor bienestar conforme aumenta la renta per cápita del país. Sin embargo, en la población infantil y adolescente algunos estudios encuentran menor



bienestar en los países ricos frente a los que tienen menos renta per cápita, siendo los efectos más pronunciados en las chicas que en los chicos. Esta paradoja de los países ricos se atribuye a la presión por el logro, que lleva aparejado menos horas de tiempo libre, más tiempo empleado en tareas que no les gustan y más estrés (Rudolf y Bethmann, 2022). Es lo que se ha dado en denominar “los costes ocultos de la educación”.

Los resultados del estudio HBSC también muestran que los niveles altos de agobio por el trabajo escolar aumentan conforme lo hace la edad y las diferencias por sexo son notables. A partir de los 13-14 años, el trabajo escolar agobia mucho a un mayor porcentaje de chicas que de chicos, y esta diferencia se incrementa con la edad, de manera que a los 17-18 años un 49% de las chicas experimenta alto estrés escolar frente a un 28% de los chicos.

Los resultados vistos a través del tiempo revelan que el estrés escolar en nuestro país va en aumento y particularmente en las chicas. Si en 2006, el 18% de las chicas de 15 años decía vivir las tareas escolares con mucho agobio, este porcentaje subió más del doble en 2018 (41%).



Cuando se compara a España con otros países, se encuentra que:

- ◉ La percepción de recibir menor apoyo del profesorado según aumenta la edad se hace más evidente.
- ◉ La disminución del gusto por la escuela a medida que aumenta la edad es más marcada.
- ◉ Hay una mayor percepción de estrés escolar según aumenta la edad, que además es más acusada en las chicas que en los chicos.

Si estos datos se combinan con los del Informe PISA sobre rendimiento académico (donde se concluye que los y las estudiantes españoles puntuaron por debajo de la media de la OCDE), se puede colegir que no compensa el estrés y el malestar experimentado por escolares con la rentabilidad académica obtenida.

También es preocupante que haya aumentado en los últimos años la brecha entre los chicos y las chicas en las carreras STEAM (siglas en inglés de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas). Además, las niñas empiezan a alejarse de estas disciplinas académicas ya desde la educación primaria.

También existe una tipificación por género a la hora de valorar las profesiones. Mientras que ellas valoran significativamente más alto el ejercicio de la medicina, la pedagogía o la docencia y la psicología, ellos valoran profesiones ligadas a los cuerpos de seguridad y las fuerzas armadas, y la informática.

Otros datos del Informe PISA-2018 señalan que:

- ◉ Prácticamente en la totalidad de países del estudio, las chicas manifiestan estudiar más que los chicos.
- ◉ Las chicas tienen un rendimiento significativamente más alto que los chicos en lectura y los chicos tienen mejores resultados que las chicas en matemáticas y ciencias.



- ◉ En todos los casos, las chicas afirman experimentar la sensación de miedo al fracaso más a menudo y con mayor intensidad que los chicos.
- ◉ En la media de países OCDE y en 23 de los países analizados, entre ellos España, los chicos manifiestan tener una autoeficacia percibida para las actividades escolares más alta que las chicas.

En resumen: las chicas estudian más, muestran más miedo al fracaso y más estrés escolar, lo que previsiblemente las lleva a orientarse a actividades académicas en las que se sienten más seguras (curiosamente, las tipificadas por género, las que la sociedad cataloga como “femeninas”) y donde tienen más éxito que los chicos, aunque se perciben como menos eficaces.



EXPERIENCIA DENTRO DE LA FAMILIA

Si bien es cierto que la familia española ha experimentado cambios muy significativos y de muy distinto tipo en las últimas décadas, y de manera especial en lo que atañe al tratamiento igualitario del género, también lo es que aún queda mucho por andar y que es posible hallar numerosos ejemplos de una socialización diferencial en función del sexo, ejemplos que muestran que niñas y niños reciben experiencias diferentes dentro de sus familias.

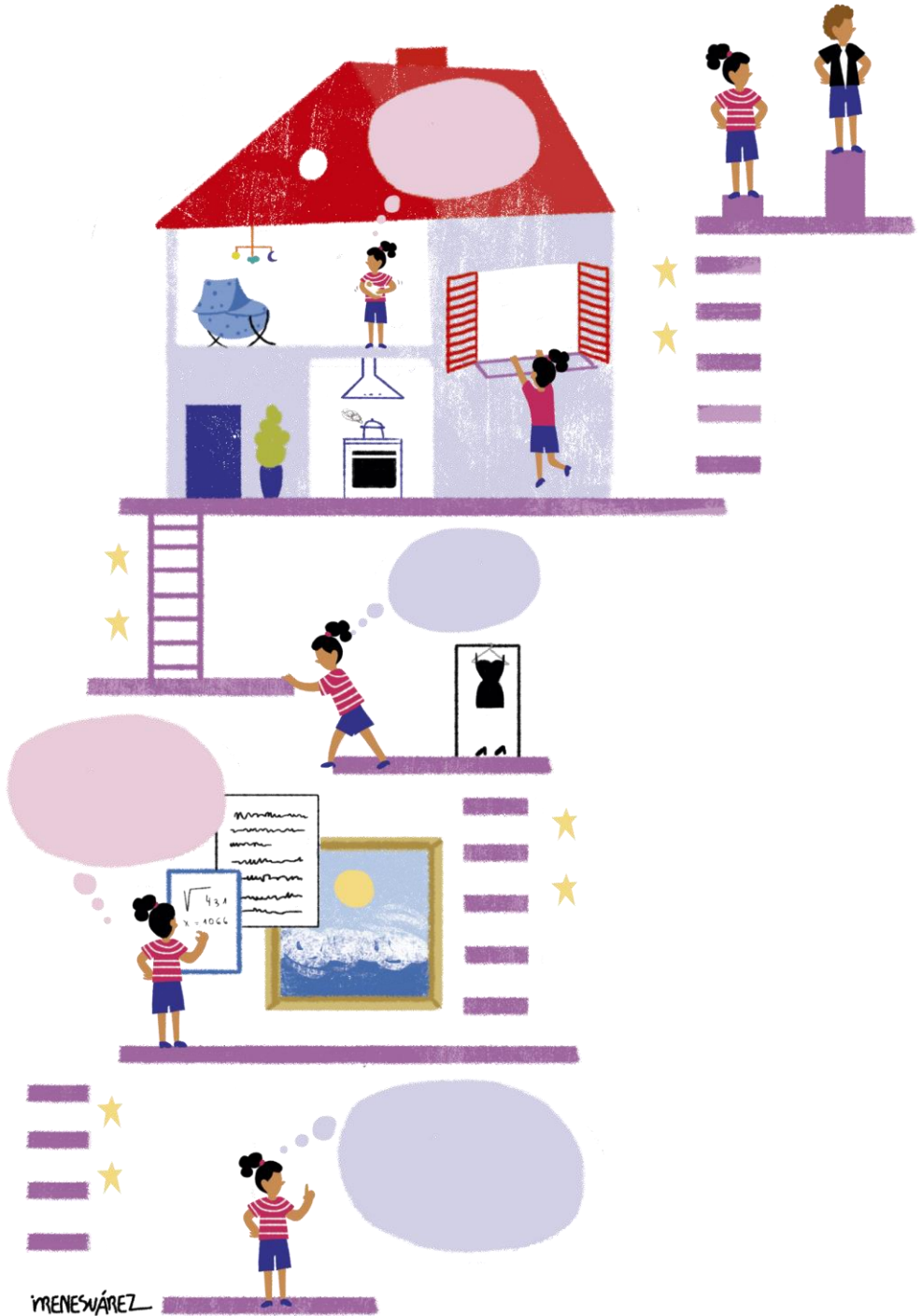
A través de diferentes vías, padres y madres contribuyen a que las niñas y adolescentes vayan forjando su identidad como mujeres. En relación con el poder de las “expectativas”, sabemos que ya durante el embarazo, si madres y padres llegan a conocer el sexo de la criatura por nacer, comienzan a construir en sus cabezas una representación del niño o de la niña muy acorde con los estereotipos de género. Estas expectativas se concretan una vez que nacen y se pueden observar en múltiples detalles. Por ejemplo, proyectando que las niñas son bonitas y delicadas y los niños activos y fuertes.

A medida que crecen, padres y madres suelen interactuar con unas y otros de manera diferente (por ejemplo, los padres tienden a tener un juego físico más enérgico con ellos y las madres una estimulación aún más verbal con ellas), suelen aplicar refuerzos y castigos de acuerdo a si la conducta emitida por el niño o la niña está en consonancia con la expectativa de género, comprar para ellos y ellas los juguetes que están culturalmente tipificados y promover en unos y otras actividades y experiencias igualmente tipificadas (por ejemplo, se seleccionan actividades extraescolares acordes de nuevo con las expectativas de género socialmente aprobadas).

Además, padres y madres actúan como modelos de conducta con los que contribuyen a transmitir a sus hijos e hijas una manera de ser, de estar y de sentirse en el mundo. En este sentido, serán decisivos: la manera en que se distribuyen las tareas del hogar entre el padre y la madre, la relación entre ellos como hombre y mujer, la forma en que se generan y resuelven los conflictos entre ellos, el tratamiento diferente que den a hijos e hijas, etc.







MENEZÁREZ

¿DÓNDE ESTÁ EL ORIGEN DE LAS DIFICULTADES QUE MUESTRAN NUESTRAS NIÑAS Y ADOLESCENTES?

La adolescencia es una etapa que en las sociedades industrializadas se ha ido prolongando en el tiempo (se tarda más en llegar a ser adulto) y se ha ido haciendo cada vez más compleja. Baste recordar que las y los adolescentes deben hacer frente en estos años a transformaciones muy importantes que tienen que ver con **cambios físicos**, que les obligan a reestructurar su imagen corporal, así como su forma de mostrarse y de relacionarse con los demás; **cambios cognitivos**, que les permiten disponer ahora de nuevas herramientas de pensamiento con las que razonar no sólo sobre lo real, sino también sobre el mundo de lo posible, con nuevas habilidades para pensar y razonar y con las que cuestionar y rebatir asuntos que hasta ese momento les eran incuestionables; **cambios en sus relaciones con las otras personas** (tanto en la relación con sus padres y madres, como con los iguales y el profesorado) y **con uno/a mismo/a**.

Este conjunto de transformaciones y retos afecta tanto a chicos como a chicas, por lo que es necesario pensar que otros factores sean los responsables de las dificultades que más arriba se analizaron como más propias de las chicas.

Buena parte de la explicación está en el proceso de socialización, que es tan intenso y persistente, que acaba siendo muy eficaz y consiguiendo que niños y niñas terminen interiorizando las nociones culturales y comportándose acorde con ellas. La socialización del género es una profecía que se auto-realiza.



Retomando el papel socializador de la escuela y familia en la misma dirección, cabe señalar cómo se explica el éxito y el fracaso escolar de niños en sus hogares y en sus centros educativos. Tanto madres y padres como el profesorado tienden a atribuir el éxito escolar de los niños a su capacidad (“es muy listo”), mientras que el de las niñas, a su esfuerzo (“saca muy buenas notas porque estudiaba mucho”).



Sin embargo, cuando se trata de dar una explicación al fracaso escolar, tienden a decir, en el caso de los niños, que se debe a su falta de esfuerzo (“es muy listo, pero no le da la gana dedicar tiempo a estudiar”), mientras que para las niñas se menciona su capacidad (“ella se esfuerza mucho, pero no todo el mundo vale para estudiar”). Estas expectativas son demolidoras para las niñas; en buena parte son responsables de muchas de las dificultades comentadas y gravitarán en su mundo interior a lo largo de todo su ciclo vital, ya que les llegarán a través de múltiples mensajes que, de manera sutil pero tremendamente eficaz, contribuirán a que las propias niñas (y después mujeres) las interioricen.

En definitiva, las niñas llegan a un mundo de potenciales oportunidades propio de las sociedades occidentales democráticas y con buen nivel de vida, pero la realidad se encargará de enfrentarlas día tras día, no ya a un techo de cristal, sino a una masa plomiza de expectativas que van a lastrar su potencial desarrollo de manera muy decisiva. Los testimonios de

mujeres que han conseguido alcanzar una exitosa carrera profesional revelan hasta qué punto sienten que constantemente han tenido y tienen que mostrar su valía, hasta qué punto no se les permiten fallos (con ellas se es mucho más exigente que con sus compañeros) y en qué medida pagan más caro que sus colegas varones sus posibles equivocaciones (el “se veía venir” resuena en las cabezas no solo de los compañeros varones, sino también en el de las propias mujeres). Dicho de otra manera, las niñas acaban interiorizando que en el mundo profesional adulto la diabólica dualidad de expectativas para explicar el éxito y el fracaso de ellas y ellos se mantiene inalterable, lo que convierte el desarrollo académico y profesional de las mujeres en una carrera de obstáculos de la que a menudo ellas mismas no son conscientes porque, por un lado, habrán sido convencidas de que han tenido los mismos derechos y oportunidades que sus colegas varones y, por otro, y como consecuencia, si no han llegado a conseguir sus mismos logros es porque “no servían” para ello.



¿Por qué, paradójicamente, es en las sociedades occidentales, con mejor nivel de vida, donde muchas de estas dificultades dan más la cara, o donde las niñas y adolescentes muestran menos bienestar y satisfacción vital que los varones? Precisamente porque es donde las exigencias académicas son mayores y donde siguen funcionando las expectativas diferenciales mencionadas, donde a las niñas más les llegan los modelos de estas mujeres adultas “estupendas”, que son buenas académica y profesionalmente (como sus colegas masculinos), pero que, además, tienen que ser atractivas físicamente, así como madres y esposas ejemplares. Es decir, en ellas las exigencias de los viejos roles tradicionales se mantienen y se les añaden las exigencias del mundo profesional que habían estado más circunscritas a los varones. Y todo ello mezclado y aderezado con la necesidad constante de tener que demostrar que se es competente, expuestas a mayores exigencias y a menor tolerancia a sus errores.





RESUMIENDO ALGUNAS IDEAS: 10 MENSAJES CLAVE



Las niñas y adolescentes de nuestro país crecen hoy en un contexto de derechos igualitarios, pero de expectativas de socialización asociadas al género muy distintas a los varones. Esto es la base de muchas de las dificultades de niñas y adolescentes.



Los datos sobre el estado de salud y bienestar de niñas y adolescentes muestran que hay razones para la preocupación: se saltan más desayunos y hacen menos actividad física que niños y adolescentes; hacen más dieta y están más insatisfechas con su imagen corporal; tienen peor percepción de salud, menos satisfacción vital y más ansiedad y depresión. Y todo se agrava si se pertenece a un grupo de vulnerabilidad social.



En lo que respecta a las cifras de *bullying*, los chicos tienen más presencia tanto en el rol de víctimas como de agresores. Ahora bien, las chicas practican más un tipo de *bullying* muy difícil de detectar que se basa en difundir rumores y aislar a la persona de su grupo. Además, son más víctimas de *ciberbullying*.



En lo que a relaciones de pareja se refiere, los datos muestran que un tercio de las adolescentes ha tenido relaciones sexuales coitales, que no son las que más placer les aportan. En este grupo de chicas: un 15% de ellas no usó método anticonceptivo, el 32% había recurrido alguna vez la "píldora del día después" y un 3% estuvo embarazada en algún momento. La violencia de género en adolescentes arroja datos preocupantes; en estas edades aparece antes en la relación, es más explícita, más pública, con más control y más violencia sexual.



El paso por el sistema educativo sigue siendo una experiencia diferente para niños y niñas: ellas estudian más, muestran más estrés escolar, más miedo al fracaso y se orientan a actividades académicas en las que se sienten más seguras (curiosamente, las que la sociedad cataloga como "femeninas"). La brecha entre chicos y chicas a la hora de elegir carreras de ciencias y tecnología ha aumentado.



Las chicas muestran más preocupación por las desigualdades de género, el machismo y la violencia machista, los abusos sexuales a niños y niñas, el *bullying* y el *ciberbullying*, así como por la depresión y la ansiedad. Esto hace pensar que tienen una cierta conciencia de los problemas que las hacen más vulnerables.



La experiencia en la familia no es igual para niños y niñas, ya que siguen existiendo expectativas y prácticas educativas y de estimulación diferentes para unos y otras. Además, es frecuente que los modelos que las personas adultas transmiten a las menores estén tipificados.



El proceso de socialización es tan intenso y persistente (padres y madres, profesorado e iguales actúan en la misma dirección) que acaba consiguiendo que los niños y niñas interioricen las nociones culturales de género y comportándose acorde con ellas. La socialización del género es una eficaz profecía que se auto-realiza.



Las niñas interiorizan las exigencias de los roles tradicionales y suman las del mundo profesional, que habían estado más circunscritas a los varones. La vida académica y profesional de las mujeres se convierte en una carrera de obstáculos: se exige demostrar constantemente la valía, están expuestas a mayores exigencias y a menor tolerancia a sus errores.



Es necesario un intenso trabajo de promoción y prevención en los escenarios de desarrollo en los que crece nuestra infancia y adolescencia, principalmente en la familia (comenzando en el periodo prenatal) y en la escuela (poniendo énfasis en la formación del profesorado, tanto en los estudios de grado correspondientes como en la formación permanente); asimismo, será necesario adaptar las prácticas de la escuela a los marcos legales y normativos con el fin de promover una adecuada educación afectivo-sexual y, con ello, el bienestar de nuestras niñas y adolescentes.

LECTURAS Y RECURSOS PARA SABER MÁS

ALGUNAS LECTURAS RECOMENDADAS

Bruck, S. y Ben-Arieh, A. (2020). La historia del Estudio “Children’s Worlds”. *Sociedad e Infancia*, 4, 35-42. Disponible en:

<https://revistas.ucm.es/index.php/SOCI/article/view/68411/4564456554030>

Casas, F. y González-Carrasco, M. (2019). Subjective Well-Being decreasing with age: New research on children over 8. *Child Development*, 90, 375–394. (Más información sobre el Estudio The International Survey of Children’s Well-Being. Disponible en:

<https://isciweb.org/wp-content/uploads/2019/12/Session1-ChildrensWorlds.pdf>

Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género (2019). Macroencuesta violencia contra la mujer. 2019. Ministerio de Igualdad. Disponible en:

https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/macroencuesta2015/pdf/Macroencuesta_2019_estudio_investigacion.pdf

Díaz-Aguado, M. J., Martínez, R., Martín, J. y Falcón, L. (2021). La situación de la violencia contra las mujeres en la adolescencia en España. Ministerio de Igualdad. Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género. Disponible en: https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7357_d_Estudio_ViolenciaEnLaAdolescencia.pdf

Fundación Mujeres (2011). Mitos del amor romántico y prevención de la violencia de género. Monográfico 93 del Boletín de la Fundación Mujeres: Coeducación y mitos del amor romántico, 7-10. Disponible en:

<http://www.fundacionmujeres.es/files/attachments/Documento/46001/image/BOLETIN%20FM%2093.pdf>

Inchley, J., Currie, D., Budisavljevic, S., Torsheim, T., Jåstad, A., Cosma, A. et al., (Eds.) (2020). Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from

the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 1. Key data. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/332104>

López, F. (2008). Las necesidades en la infancia y la adolescencia. Madrid: Pirámide.

Ministerio de Educación y Formación Profesional (2019). PISA 2018. Programa para la Evaluación Internacional de los Estudiantes. Informe español. Disponible en: <https://www.educacionyfp.gob.es/inee/evaluaciones-internacionales/pisa/pisa-2018-informes-es.html>

Moreno, C., Ramos, P., Rivera, F., Sánchez-Queija, I., Jiménez-Iglesias, A., García-Moya, I., Moreno-Maldonado, C., Paniagua, C., Villafuerte-Díaz, A., Ciria-Barreiro, E., Morgan, A. y Leal-López, A. (2020). La adolescencia en España: salud, bienestar, familia, vida académica y social. Resultados del estudio HBSC 2018. Madrid: Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Disponible en: https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/saludJovenes/estudioHBSC/docs/HBSC2018/HBSC2018_ResultadosEstudio.pdf

Informes específicos sobre conducta sexual en 2018 y tendencias de evolución desde 2002. Disponibles en: <https://www.hbsc.es/informes>

OECD (2019), PISA 2018 Results. París: OECD. Disponible en: <https://www.educacionyfp.gob.es/inee/evaluaciones-internacionales/pisa/pisa-2018/pisa-2018-informes-en.html>

Paz, J. I., Fernández, P. y Parra, A. (en prensa). La intervención con mujeres víctimas de violencia de género y con sus hijos e hijas. En V. Hidalgo y Jiménez, L. (Eds.), Intervención familiar. Necesidades y apoyos. Editorial Universidad de Sevilla.

Rivera, F., Moreno, C., Luna, S., Ramos, P., Salado, V., Moreno-Maldonado, C., Ciria-Barreiro, E., Leal-López, E., Paniagua, C., Villafuerte-Díaz, A., & Velo, S. (2021). ¿Qué opinan los niños, niñas y adolescentes? Resultados de la segunda edición del Barómetro de Opinión de Infancia y Adolescencia 2020-21. Madrid: UNICEF Comité Español. Disponible en:

[https://ciudadesamigas.org/wp-content/uploads/2021/09/UNICEF Barometro-infancia-2021_compressed-1.pdf](https://ciudadesamigas.org/wp-content/uploads/2021/09/UNICEF_Barometro-infancia-2021_compressed-1.pdf)

Más detalles sobre el Barómetro. Disponible en: <https://www.barometro-opina.es/>

Rodríguez, E., Calderón, D., Kuric, S. y Sanmartín, A., (2021). Barómetro Juventud y Género 2021. Identidades, representaciones y experiencias en una realidad social compleja. Madrid. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. Disponible en: <https://www.adolescenciayjuventud.org/publicacion/barometro-juventud-genero-2021/>

Rudolf, R. y Bethmann, D. (2022). The paradox of wealthy nations' low adolescent life satisfaction. Journal of Happiness Studies. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00595-2>

ALGUNAS WEBS DE REFERENCIA

Observatorio de la Infancia y la Adolescencia de Andalucía. Disponible en: <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/index.aspx>

Ver en especial: Violencia de género en la infancia y adolescencia (2020). Monográfico nº 85. Disponible en: https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7329_d_Boletin_Violencia_Genero_20201221.html

Ventana abierta a la familia. Crianza, salud y bienestar infantil. Junta de Andalucía. Disponible en: <https://www.ventanafamilias.es/>

RECURSOS AUDIOVISUALES

Inspirando al futuro sin estereotipos, Inspiring the future. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=pJvJo1mxVAE&feature=youtu.be>

Respuestas fáciles a preguntas difíciles. Educación sexual para familias, Save the Children. Disponible en: <https://www.savethechildren.es/escuela/cursos/curso-online-como-hablar-de-sexo-con-tus-hijos/videos>

Cortometrajes de “Páginas violetas”. Disponible en: <https://paginasvioleta.com/actividades/audiovisuales/cortometrajes/>

La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia y los mitos del amor romántico. Carmen Ruiz Repullo. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=IpaabDdQNO8>

RECURSOS DIDÁCTICOS

Para la escuela

Guía de buen trato y prevención de la violencia de género. Protocolo de actuación en el ámbito educativo, Junta de Andalucía. Disponible en: <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/delegate/content/f2243473-a7e7-417a-b9ca-ab73b70248fa>

La igualdad, un trabajo en equipo: iguales y diferentes: propuesta didáctica para Educación Secundaria, Instituto Andaluz de la Mujer.

Orientaciones profesorado. Disponible en:

<http://www.juntadeandalucia.es/iam/catalogo/doc/iam/2013/143366447.pdf>

Actividades alumnado. Disponible en:

<http://www.juntadeandalucia.es/iam/catalogo/doc/iam/2013/143366448.pdf>

Material Didáctico Yo miro desde la Igualdad, ¿y tú?, Instituto Andaluz de la Mujer. Disponible en: http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/150309_YoMiroDesdeLaIgualdad.pdf

Ni ogros ni princesas. Programa para la educación afectivo-sexual en la ESO, Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en:

<https://www.astursalud.es/noticias/-/noticias/ni-ogros-ni-princesas>

Para la familia

Oliva, A., Pertegal, M. Á., Antolín, L., Reina, M. C., Parra, A, et. al. (2012). Propuestas para la promoción del desarrollo positivo adolescente. Sevilla: Junta de Andalucía, Consejería de Salud y Bienestar Social. Disponible en: [https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Propuestas Promocion Desarrollo Adolescente 2012.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Propuestas_Promocion_Desarrollo_Adolescente_2012.pdf)

Paz, J. I. y Fernández, P. (2015). El novio de mi hija la maltrata: ¿Qué podemos hacer? Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género. Instituto Andaluz de la Mujer. Disponible en: [https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/4714 del novio de mi hija la maltrata.pdf](https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/4714_del_novio_de_mi_hija_la_maltrata.pdf)

Este cuaderno se terminó de imprimir el día 12 de diciembre de 2022,
Día Internacional de la Cobertura Sanitaria Universal

