



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

CUADERNILLO DE CIENCIAS NATURALES DE 3ER AÑO 2023



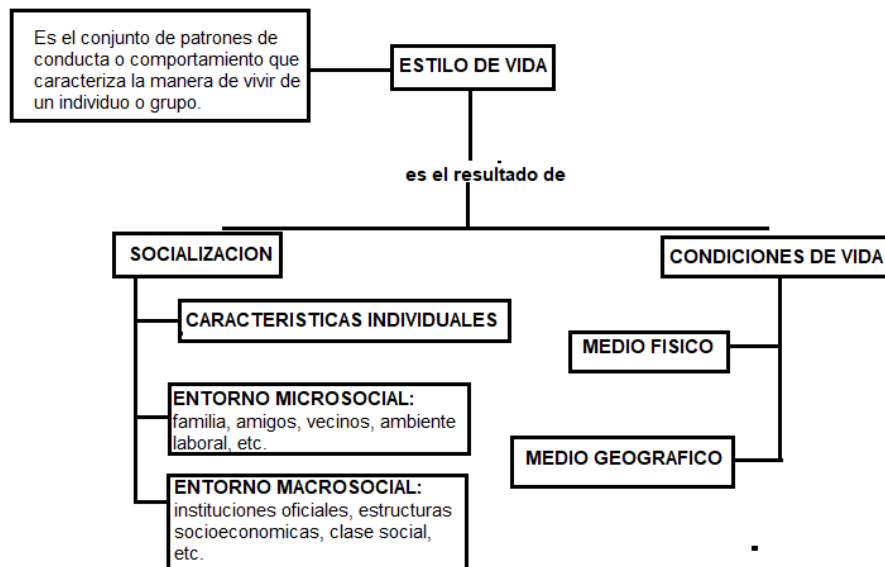
ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

¿A QUE LLAMAMOS SALUD?

Según la Organización Mundial de la Salud (La OMS es la autoridad directiva y coordinadora de la acción sanitaria en el sistema de las Naciones Unidas. Es la organización responsable de desempeñar una función de liderazgo en los asuntos sanitarios mundiales, configurar la agenda de las investigaciones en salud, establecer normas, articular opciones de política basadas en la evidencia, prestar apoyo técnico a los países y vigilar las tendencias sanitarias mundiales).

La salud es el estado de completo bienestar:

- ❖ FÍSICO
- ❖ MENTAL
- ❖ SOCIAL



El estado de salud es el resultado de una serie de factores que podemos clasificar en 4 tipos:

❖ **Factores biológicos y genéticos:**

Como ser: la madurez y el envejecimiento, el sistema interno, la constitución y la herencia.

❖ **Factores medioambientales o del entorno:**



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS Nº 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Como ser: el entorno social, el entorno psicológico, contaminación física, química o biológica y el entorno físico.

❖ **Factores de comportamientos personales:**

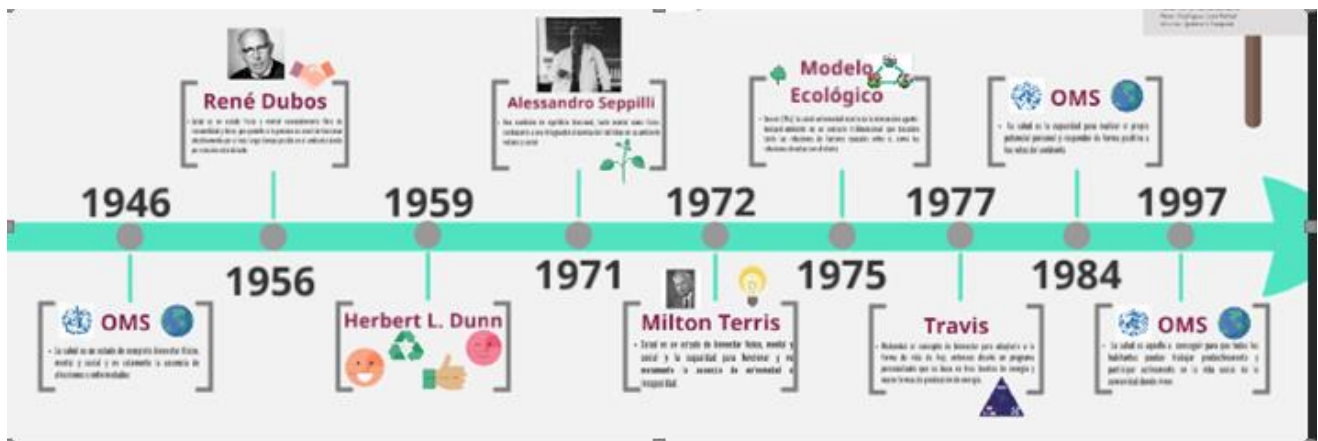
Como ser: tabaco, alcohol, drogas, los ejercicios físicos y los hábitos alimentarios.

❖ **Factores de acceso a los sistemas de salud:**

Como ser: la Prevención, la rehabilitación, el tratamiento farmacológico, la atención hospitalaria y las curaciones sin secuelas.

PROCESOS

HISTÓRICOS:



Antes de 1946: concepción mística.

1946: La salud es un completo estado de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones (OMS)

1956: RENE DUBOS dice que la salud es un estado físico y mental razonablemente libre de incomodidad y dolor, que permite a la persona en cuestión funcionar efectivamente por el mas largo tiempo posible en el ambiente.

1959: HERBERT L. DUNN



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

1971: ALESSANDRO SEPILLI: condición de equilibrio funcional, tanto mental como físico, conducente a una integración dinámica del individuo en su ambiente natural y social.

1972: MILTON TERRIS: la salud como tres pilares fundamentales, no solo como la ausencia de enfermedad.

1975: MODELO ECOLÓGICO: la salud- enfermedad resulta de un contexto tridimensional que descubre las relaciones de factores causales entre sí como también las relaciones directas con el efecto. (agente- huésped- ambiente)

1977: TRAVIS: modernizó el concepto de bienestar para adaptarlo a la vida de hoy, diseñando un programa personalizado que se basa en tres fuentes de energía y nueve formas de producción de energía.

1984: OMS: la salud es la capacidad para realizar el propio potencial personal y responder de manera positiva a los retos del ambiente.

1997: OMS la salud es aquello a conseguir para que todos los habitantes puedan trabajar productivamente y participar activamente en la vida social de la comunidad donde viven.

OPS: ¿QUÉ ES?

Organización Panamericana de la Salud (OPS)

- ▶ Es la Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud. (Interamericano).
- ▶ Función en mejorar la salud y las condiciones de vida de los pueblos de las Américas (35 países de las Américas).
- ▶ Orientado a mejorar la salud de los grupos más vulnerables.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

ACTIVIDAD:

Partiendo de lo desarrollado, determina que factores de la salud se ven en desequilibrio:

- ❖ Envejecimiento celular.
- ❖ Trabajo informal.
- ❖ Obesidad mórbida.
- ❖ Stress laboral.
- ❖ Propagandas de vacunación por covid.
- ❖ Síndrome de Down.
- ❖ Sesiones de fisioterapia.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

LA ENFERMEDAD, ¿QUE ES?...

ALGUNAS DEFINICIONES IMPORTANTES:

- **Salud:** es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.
- **Enfermedad:** es un estado en el que el funcionamiento físico, emocional, intelectual, social, de desarrollo o espiritual de una persona está disminuido o alterado.

CLASIFICACIÓN DE LAS ENFERMEDADES:

Las enfermedades se clasifican de acuerdo con las causas que las provocan. Se reconocen dos tipos:

- **CAUSAS INTERNAS:** se relacionan con factores internos del organismo y que pueden alterar el estado de salud. Por ejemplo: trastornos genéticos, predisposiciones, etc.
- **CAUSAS EXTERNAS:** corresponden a las noxas.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

¿QUÉ SON LAS NOXAS?

Se denominan noxas a los diversos factores patógenos que provocan una enfermedad. Se transmiten a las personas desde un ser vivo o desde cualquier otro elemento del ambiente en el que se encuentren. Se reconocen, así, dos vías de transmisión: directa e indirecta.

- La transmisión directa: es la transferencia de la noxa sin intermediarios, del individuo enfermo al sano: por ejemplo, al besarse, a través de las relaciones sexuales, por el contacto con las microgotas que despiden al toser o estornudar, etcétera.
- La transmisión indirecta: se produce cuando el agente patógeno (o noxa) no pasa al individuo sano a través de un intermediario, que puede ser otro ser vivo, o un elemento no vivo del ambiente (agua, suelo).

CLASIFICACIÓN DE LAS NOXAS:

- **Biológicas:** organismos capaces de causar enfermedades. Ej: virus, bacterias, protozoo, hongos, plantas, animales.
- **Químicas:** sustancias o productos capaces de causar intoxicaciones por ingestión o inhalación, o diversas lesiones por contacto.
- **Físicas:** son factores mecánicos, climáticos y distintos tipos de radiaciones que afectan a la salud.
- **Psico socioculturales:** son factores laborales, sociales y culturales, que afectan el estado psicológico del individuo y que alteran su bienestar general.

ACTIVIDAD:

Del siguiente listado, determinar a qué tipo de noxa corresponde:

- NICOTINA.
- VENENO DE CASCABEL.
- PIOJOS.
- ESTRÉS LABORAL.
- RADIACIÓN SOLAR.
- GUERRA.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

- HONGOS DEL PIE.
- CRISIS ECONÓMICA.
- VIRUS DEL COVID.
- ALIMENTOS EN MAL ESTADO.
- ACCIDENTE AUTOMOVILÍSTICO.
- RUIDO.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

¿A QUÉ LLAMAMOS SISTEMA DE DEFENSA O SISTEMA INMUNOLÓGICO?

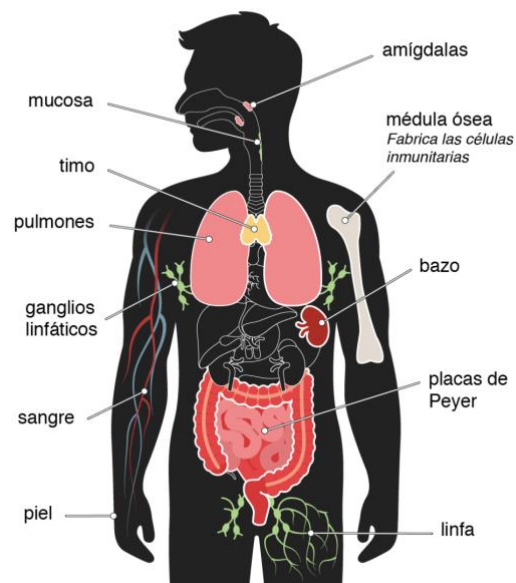
El sistema de defensa es aquel capaz de reconocer el ingreso de microorganismos, reclutar células y moléculas con actividad antimicrobiana al sitio de infección y eliminarlo.

Es el encargado de eliminar a los patógenos y sus toxinas, así como a otras sustancias y tejidos extraños que puedan causar daño o representen un peligro al organismo.

Los leucocitos o glóbulos blancos, son las unidades móviles del sistema de defensa del organismo, y tienen una capacidad especial para buscar y destruir cualquier invasor extraño.

Además de los leucocitos, el sistema inmunitario está constituido por otros elementos de defensa, tales como la piel y mucosas, sustancias antimicrobianas y otros mecanismos inmunes responsables de la respuesta inmune.

Sistema inmunitario: ¿dónde hay mayor concentración de células inmunes?



Fuente: Enciclopedia Britannica

BBC

¿QUÉ ES UNA RESPUESTA INMUNITARIA?

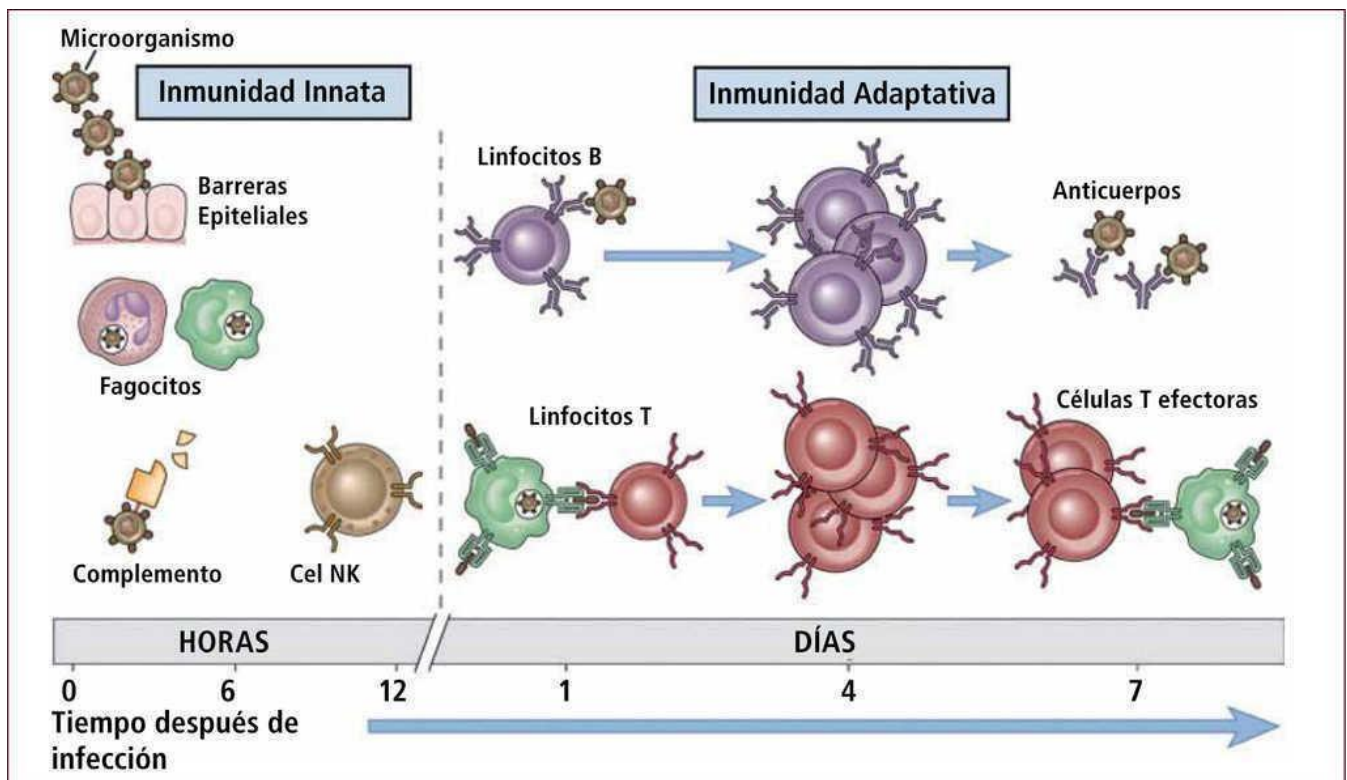
Los mecanismos de la inmunidad humana pueden ser agrupados en dos grandes categorías:



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

- **el sistema inmune innato o inespecífico**, que provee una primera defensa y de carácter general contra cualquier elemento reconocido como extraño.
- **el sistema inmune adquirido o específico** que reconoce agentes amenazantes específicos y genera una respuesta dirigida contra esos elementos.








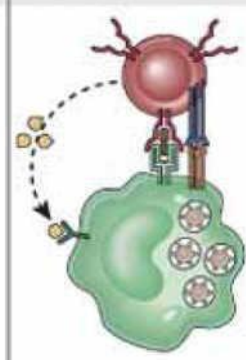

Los mecanismos de las respuestas inmunitarias innata y específica forman un sistema integrado de defensa en el huésped en el que existe una cooperación funcional de numerosas células y moléculas. Las respuestas inmunitarias específicas se adquieren habitualmente tras la exposición de un individuo a un agente extraño.



Cuando la respuesta inmunitaria específica actúa mediante moléculas (anticuerpos) que reconocen y eliminan los agentes extraños (antígenos), recibe el nombre de inmunidad humoral. Mientras que cuando participan células llamadas linfocitos T, la respuesta se denomina inmunidad celular.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

	Inmunidad Humoral	Inmunidad mediada por células	
Microorganismo	 <p>Microorganismos Extracelulares</p>	 <p>Microorganismos fagocitados por macrófagos</p>	 <p>Microorganismos intracelulares (ej, virus replicando en la célula)</p>
Linfocitos respondedores	 <p>Linfocito B</p>	 <p>Linfocito T Helper</p>	 <p>Linfocito T Citotóxico</p>
Mecanismo Efecter	 <p>Anticuerpo secretado</p>		
Transferido a través de	Suero (Anticuerpos)	Células (Linfocitos T)	Células (Linfocitos T)
Funciones	Bloquear las infecciones y eliminar los microorganismos extracelulares	Activar Macrófagos para eliminar microorganismos fagocitados	Matar células infectadas y eliminar reservorios de infección

Todas las respuestas inmunitarias se inician cuando se reconocen los antígenos extraños. Esta da como resultado la activación de los linfocitos que reconocen específicamente al antígeno y termina



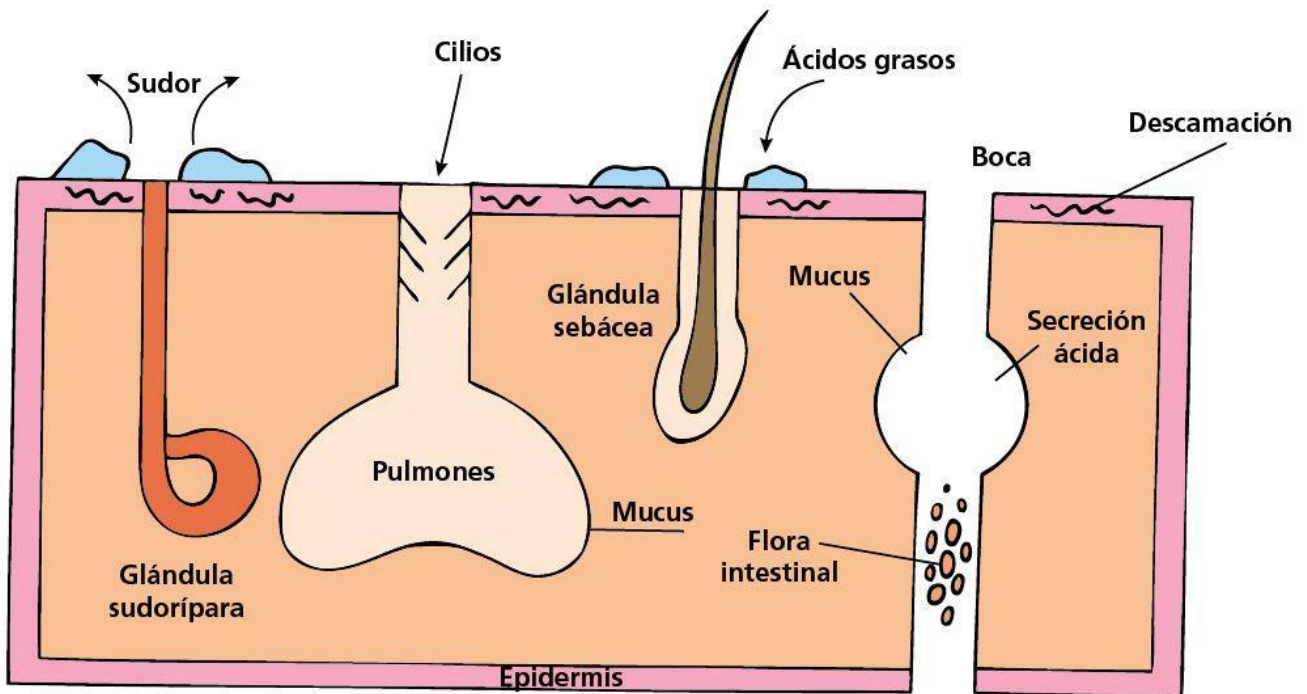
ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

en el desarrollo de mecanismos que median la función fisiológica de la respuesta, es decir la eliminación del antígeno. Así, la respuesta inmunitaria puede dividirse desde el punto de vista funcional en tres fases: la fase de reconocimiento del antígeno, la fase de activación de la respuesta, y la fase efectora.

¿CUÁLES SON LAS BARRERAS INMUNOLÓGICAS?

El cuerpo humano está protegido del medio por **una barrera mecánica** continua, formada por una membrana cutánea (**la piel**) y membranas mucosas.

La piel es el órgano más grande del cuerpo y la principal **barrera física** entre el organismo y el medio exterior. Además, la piel es un participante activo en la defensa del huésped, ya que tiene la capacidad de generar y apoyar las reacciones inmunitarias locales debido a que cuenta entre sus componentes con linfocitos y macrófagos cutáneos.





ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Además de formar una pared protectora, la piel y las mucosas operan mediante otros mecanismos inmunes adicionales, **las barreras mecánicas y químicas:**

- **Sebo cutáneo:** contiene agentes inhibidores de patógenos, ácidos grasos, y generan un pH ácido.
- **Mucus:** la viscosidad impide el movimiento de los microorganismos y de otras partículas extrañas atrapadas en el mucus. Así, por ejemplo, en la mucosa respiratoria, mediante mecanismos como el movimiento de los cilios, la tos y los estornudos, pueden ser eliminados al exterior.
- **Enzimas:** proteínas capaces de destruir patógenos.
- **Secreciones** (sudor, lágrimas, saliva): acción de dilución y lavado; además contiene enzimas que inhiben el crecimiento microbiano. Muchos de los líquidos corporales secretados contienen sustancias bactericidas, como el ácido en el jugo gástrico, la espermina y el zinc en el semen, la lactoperoxidasa en la leche y la lisozima en las lágrimas, secreciones nasales y la saliva.

Actividades:

- 1) Completar las siguientes oraciones según corresponda:
 - La _____ es un tejido que se encuentra en el interior de los huesos largos, y desempeña la función de fabricar las células inmunitarias.
 - El _____ es un órgano de dos lóbulos, que se encuentra en la cavidad superior del pecho, parcialmente dentro de la región del cuello.
 - El _____ provee el primer mecanismo de defensa.
 - La _____ es la primer barrera mecánica con la que se topan los agentes patógenos.
 - Los _____ son células que participan en la inmunidad celular.
- 2) Buscar en la sopa de letras las palabras señaladas.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

SOPA DE LETRAS

INSTRUCCIONES: Encuentra en la sopa de letras las palabras relacionadas con el tema de Sistema Inmunológico (las palabras se pueden encontrar en cualquier dirección)

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

- ANTICUERPO
- ANTÍGENO
- LINFOCITOS T
- LINFOCITOS B
- GLÓBULOS BLANCOS
- SISTEMA INMUNE

3) Buscar en el diccionario las palabras de la sopa de letras y describir su función.

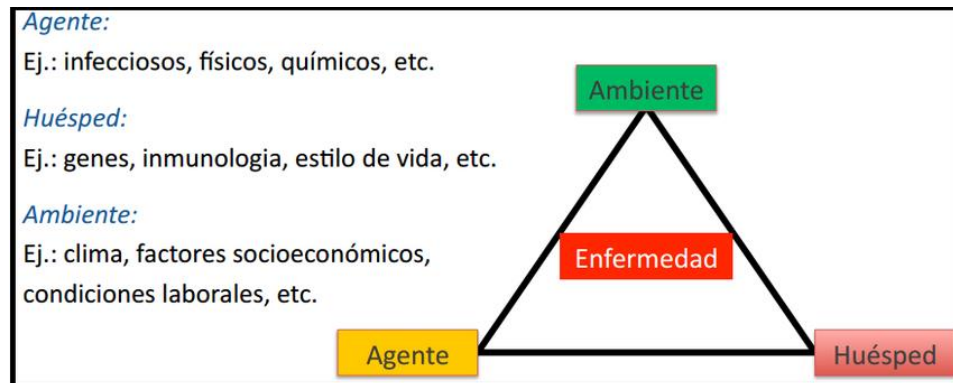


ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

¿A QUE LLAMAMOS PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD?

PREVENCIÓN: son todas las medidas y técnicas que se adoptan para evitar la aparición de enfermedades, detener su avance y paliar las consecuencias.

¿CÓMO SE DEFINE A LA ENFERMEDAD?



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA PREVENCIÓN?

Logros del siglo XX:

- ❖ Mejoría en las prácticas de la higiene.
- ❖ Mejoría en la manipulación y disponibilidad de alimentos (refrigeración).
- ❖ Mejoría en el tratamiento del agua y excretas.
- ❖ Prácticas de vacunación.

NIVELES DE PREVENCIÓN:

❖ Prevención primaria:

“Actos destinados a disminuir la incidencia de una enfermedad, reduciendo el riesgo de nuevos casos.”

Protección de la salud:

- Dirigidas al medio ambiente.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Promoción de la salud:

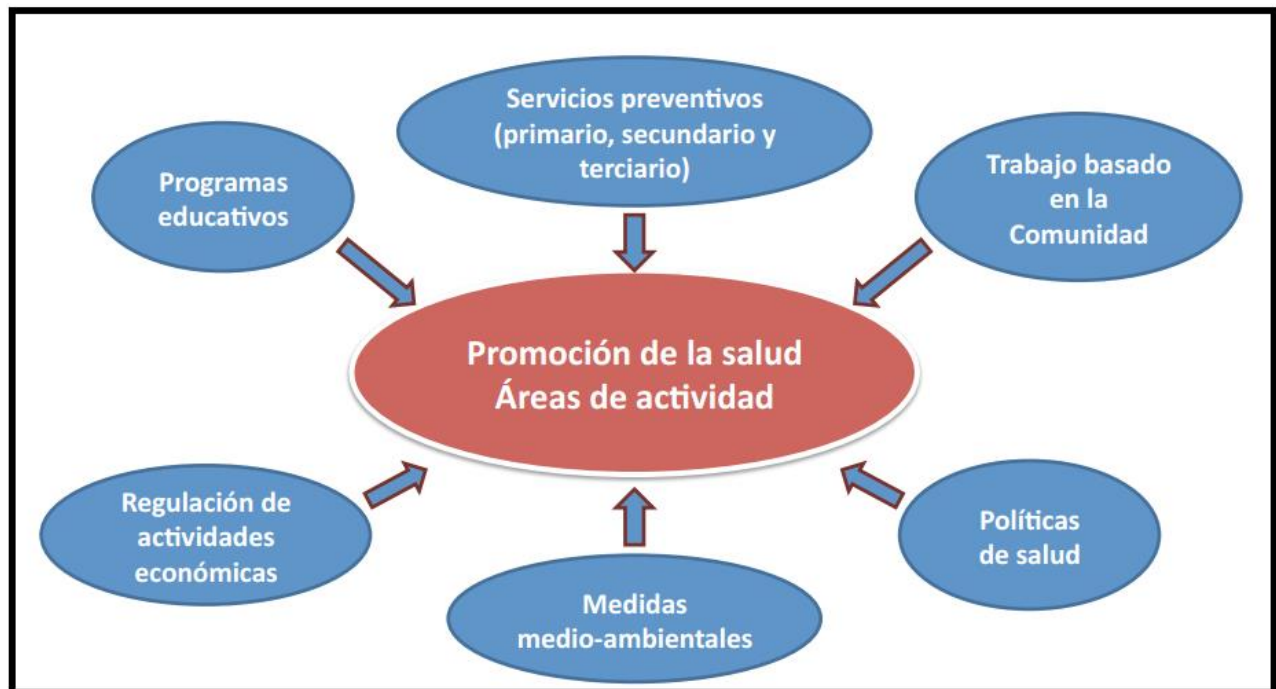
-Dirigidas a las personas, por ejemplo, la educación.

Otros ejemplos:

PREVENCIÓN PRIMARIA

- Inmunizaciones específicas
- Aseo personal
- Dieta equilibrada
- Programa de detección de enfermedades
- Medidas adecuadas de seguridad en el hogar, escuela y laboral
- Evitar exposición con factores carcinogénicos y alérgicos
- Ejercicio físico adecuado
- Visitas regulares de control médico
- Control de contactos de enfermedades transmisibles
- Adecuada distribución de los recursos médicos asistenciales
- Asesoramiento genético
- Detección de portadores

¿QUÉ ES LA PROMOCIÓN DE LA SALUD?





ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

❖ **Prevención secundaria:**

Actos destinados a disminuir la prevalencia de una enfermedad, reduciendo su duración y evolución. Ejemplos: Papanicolau, mamografía, examen cardiológico, etc.

❖ **Prevención terciaria:**

Actos destinados a disminuir la prevalencia de las incapacidades crónicas, reduciendo las invalideces funcionales producidas por la enfermedad. Ejemplos: rehabilitación, reinserción social, etc.

PENSAR ACTIVIDADES.



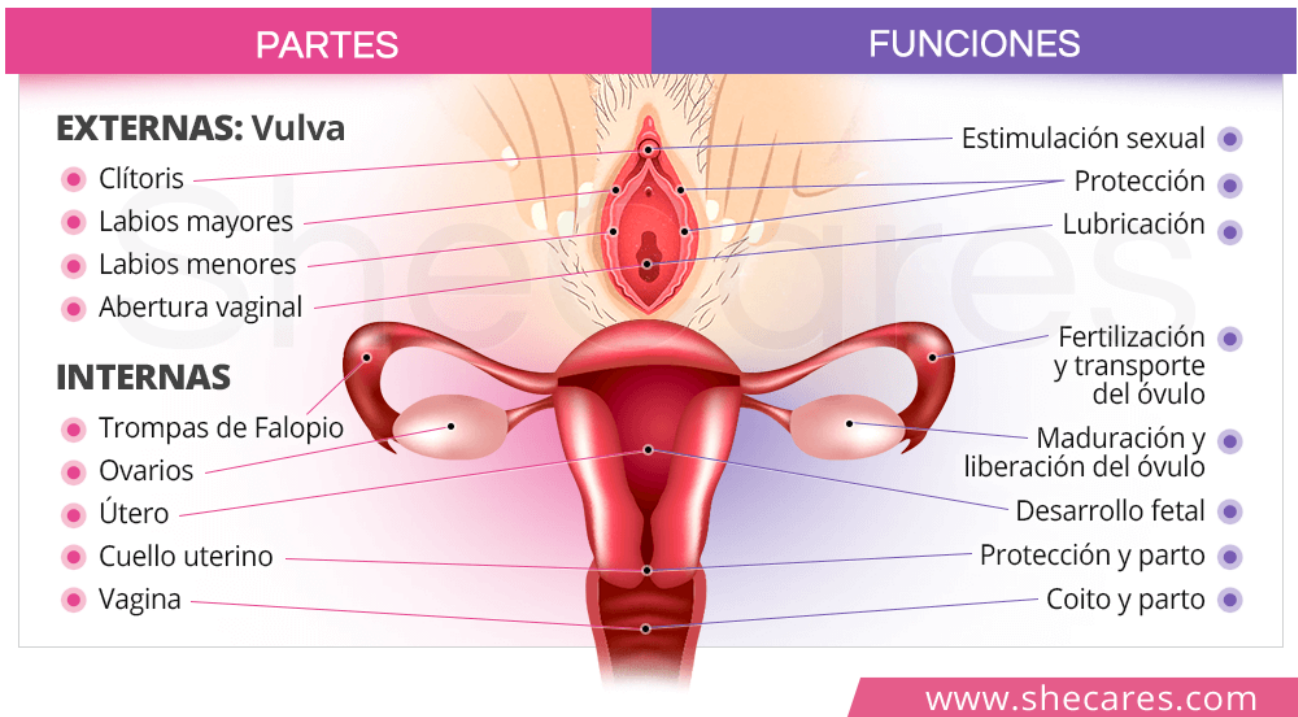
ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

EL CUERPO REPRODUCTOR:

SISTEMA REPRODUCTOR FEMENINO:

Sistema reproductivo femenino

El sistema reproductivo femenino es **complejo e interdependiente**. Está compuesto por órganos externos e internos que trabajan de manera coordinada con el objetivo primordial de procrear.





ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

CARACTERÍSTICAS GENERALES:



El aparato reproductor femenino tiene como función la producción de óvulos, así como proporcionar el ambiente adecuado para el desarrollo del feto.

Está compuesto por los ovarios, las trompas de Falopio, el útero y la vagina (órganos internos), así como también el clítoris, los labios mayores y menores (órganos externos).

Los ovarios producen óvulos y hormonas sexuales, que serán transportados por las trompas de Falopio hacia el útero, que albergará al feto aportándole los nutrientes necesarios.

Durante el parto, el bebé pasa desde el útero hacia la vagina, conducto de 8 a 10 cm de largo, que además permite eliminar el líquido menstrual, recibir al pene y al semen durante una relación sexual.

Los genitales externos reciben el nombre genérico de vulva y producen sebo y sudor. Participan en la relación sexual.

Las mamas y las glándulas mamarias participan en la lactancia y el amamantamiento. También funcionan como zona erógena que participan en la excitación sexual.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Pubertad

Inicia entre los 8 y 10 años de edad en las niñas, gracias a la liberación de hormonas cuyos efectos feminizantes actúan en todo el cuerpo (estradiol, estril, estrona).



El estradiol es el responsable del crecimiento de los órganos sexuales secundarios, provocando aumento de estatura, ensanchamiento de pelvis y depósito de grasa en nalgas, caderas, muslos, monte de venus y mamas.

El signo más temprano de la pubertad es el crecimiento y desarrollo de las mamas (telarquía), aparición de vello en el pubis y axilas (pubarquía) y finalmente, la aparición de la menstruación (menarquía).



Mujer Adulta

Las mujeres que presentan un peso corporal muy bajo o un porcentaje de grasa corporal menor a lo normal (<22%), pueden sufrir amenorrea (ausencia de la menstruación) o iniciar su menarquía a edades más tardías que el resto de las niñas.

Las mujeres que presentan un inadecuado estado nutricional, reducen su capacidad reproductiva a menos del 50% en comparación con las mujeres bien nutridas.



El cerebro detecta la cantidad de tejido adiposo en el cuerpo a partir de las concentraciones circulantes de leptina.

Por tanto, una caída en los niveles de esta hormona, reduce la liberación de gonadotropinas, lo que puede detener el ciclo menstrual de la mujer.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Climaterio

Es el periodo de tiempo que comienza antes de la menopausia y termina años después de ella. En este periodo, la mujer experimenta diversos cambios debido a la disminución de las hormonas reproductivas.



Fertilidad

El porcentaje de grasa corporal determina el grado de fertilidad de la mujer, por lo que en condiciones de anorexia y bulimia se disminuye. La reproducción involucra un mayor gasto de energía para la mujer y en tiempos de escasez de alimentos, el organismo se prepara para mantener las funciones vitales por lo que la capacidad reproductiva se ve mermada. La obesidad, afecta la fertilidad debido al incremento de hormonas esteroideas (leptina y adiponectina), mediante cambios inducidos en factores homeostáticos como la insulina pancreática, la síntesis de andrógenos por los ovarios, aumentan el riesgo de anovulación, además de favorecer el nacimiento de productos macrosómicos y menarquia temprana en niñas obesas.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Estrógenos

Ejercen un papel protector contra las placas de ateroma en las arterias, ya que incrementan el nivel de lipoproteínas de alta densidad, pero solamente durante la etapa reproductiva, por lo que después de la menopausia, los riesgos cardiovasculares en la mujer se incrementan. De igual manera, tienen un efecto importante sobre el sistema óseo, ya que se asocian al crecimiento de los huesos y en el climaterio y menopausia, la reducción de estrógenos se asocia con un incremento en el riesgo de desarrollar osteoporosis. La dieta muy alta en fibra, puede interferir con la absorción del calcio y aumentar la excreción fecal de estrógenos.

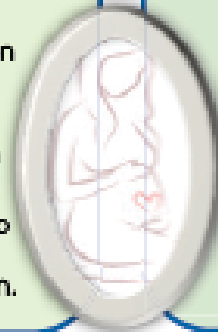
Hierro

El hierro juega un importante papel en todas las etapas de la vida de la mujer. Su deficiencia grave se asocia con un aumento en la mortalidad, mayor susceptibilidad a infecciones, menor desempeño físico y daño mental. Durante el embarazo, se asocia a partos pretérmino de productos con bajo peso al nacer y con bebés nacidos muertos. La menstruación aumenta las pérdidas de este mineral, mientras que el embarazo y la lactancia materna, incrementan sus necesidades.

Embarazo

Cambios

- Agrandamiento de las glándulas mamarias para la producción de leche. Al final de la lactancia vuelven a su tamaño natural.
- Alteración en el metabolismo del sodio (incrementa tasa de filtración glomerular al doble).
- Posible presencia de pica (consumo de tierra, arcilla, almidón u otras sustancias) asociado a mala nutrición.



Requerimientos

- Incrementan requerimientos de energía y nutrimentos.
- Ácido fólico
- Moderar consumo de sal y sodio.
- Suplementos de magnesio para reducir calambres.
- Ácidos grasos omega 3 y 6 para el buen desarrollo cerebral del feto.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS Nº 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

SISTEMA REPRODUCTOR MASCULINO:

ÓRGANOS INTERNOS	Testículos Epidídimos Conductos deferentes Conductos eyaculadores Uretra Glándulas seminales Glándula prostática Glándulas bulbouretrales
ÓRGANOS EXTERNOS	Pene Escroto



CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS:

Aparato Reproductor Masculino



Es el encargado de la producción de los componentes del semen, de expelerlo durante el orgasmo en la vagina y de producir hormonas sexuales masculinas.

Los testículos son glándulas de secreción mixta, albergados en el escroto que producen espermatozoides y hormonas sexuales (testosterona).

Las vesículas seminales contribuyen a la formación del semen y son conectadas al epididimo mediante los conductos deferentes.

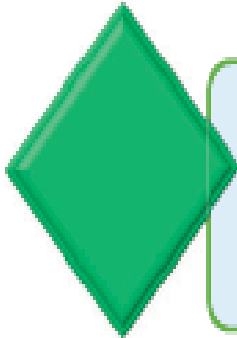
Una vez en el epididimo, los espermatozoides son madurados y almacenados hasta su expulsión a través del pene.

La próstata produce componentes del líquido seminal y participa en la expulsión del semen.

La desnutrición, la gonorrea y otras infecciones, son la principal causa de infertilidad en el varón.

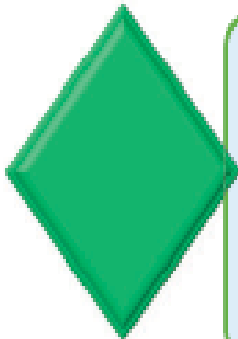
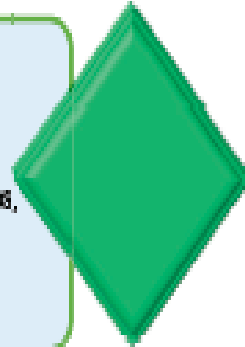


ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES



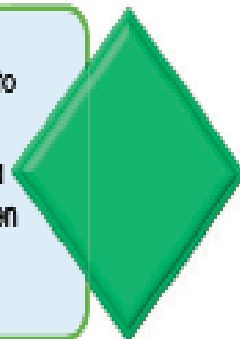
Entre los 10 y los 12 años de edad, la acumulación y liberación de gonadotropinas prepara la función reproductiva del varón, iniciando la pubertad, la cual termina con la primera eyaculación, alrededor de los 13 años de edad.

La adolescencia se considera desde el inicio de la secreción de gonadotropinas y el desarrollo reproductivo; y finaliza cuando el varón alcanza su máxima estatura. El climaterio o andropausa masculina inicia con el declive de la testosterona y otras hormonas. Después de los 60 años, es común la disminución en la producción de espermias, así como la disfunción eréctil.



El líquido que conforma el semen tiene un pH alcalino que contrarresta la acidez de la vagina; contiene fructosa y otros azúcares que sirven como energía para favorecer el movimiento de los espermatozoides. El pene tiene una importante circulación sanguínea e irrigación nerviosa que participan en la respuesta sexual masculina, en la erección, excitación y expulsión del semen.

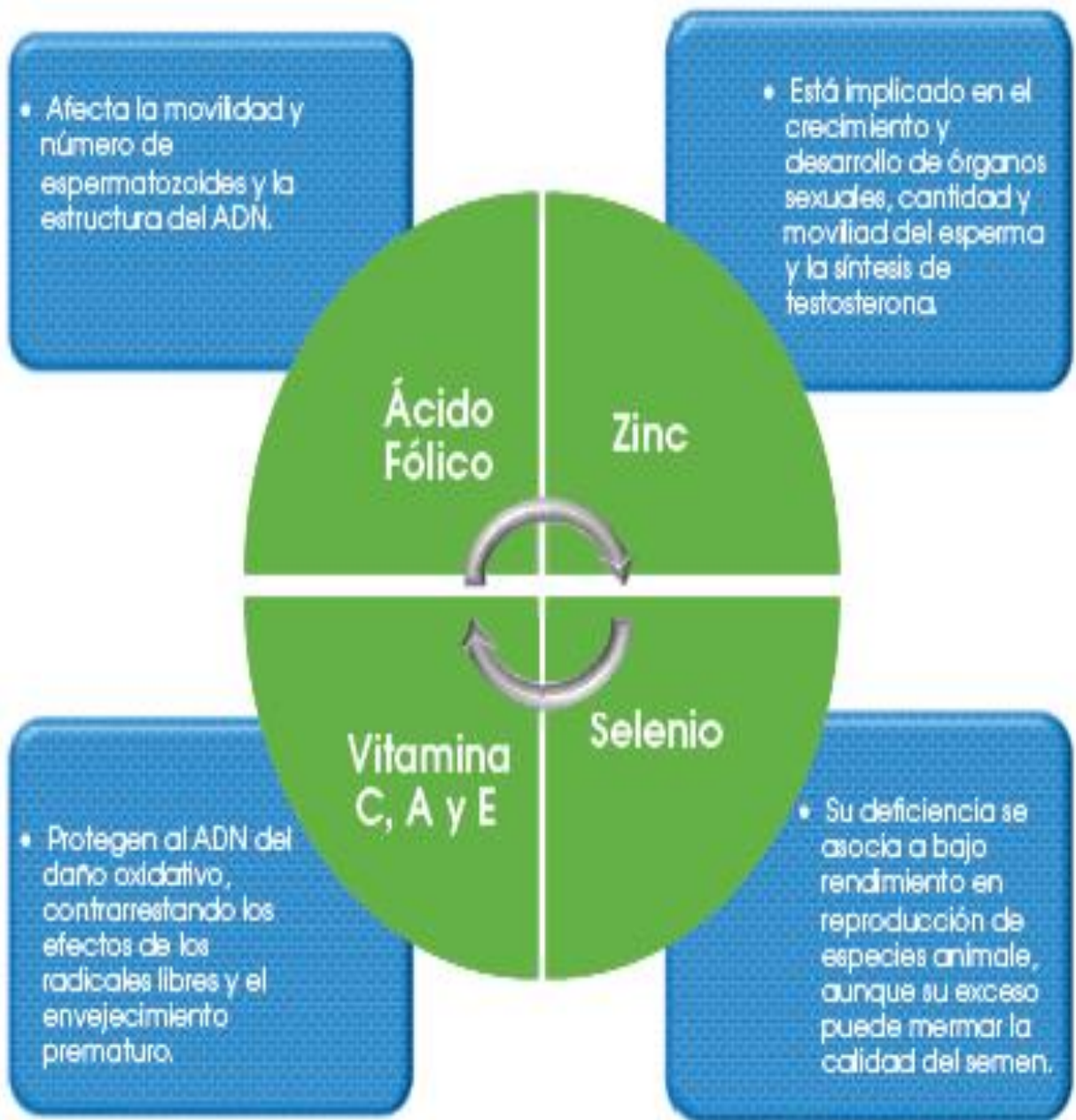
El semen se compone de espermatozoides y secreciones del conducto espermático (10%), líquido prostático (30%), líquido de la vesícula seminal (60%) y cantidades menores de líquido bulbouretral. Por cada mililitro de semen que se libera (de 2 a 5) en la eyaculación, se expelen entre 50 y 120 millones de espermatozoides.





ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

El déficit de ciertos nutrimentos afecta la capacidad reproductiva del hombre.





ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

EL CUERPO COMO LUGAR DE LA IDENTIDAD:

Ser mujer o varón no es sólo un dato inicial biológico ni individual psicológico, sino un proceso a lo largo de una historia personal, social, cultural y política. Allí reside su complejidad, porque deviene de un entrecruzamiento entre todas estas dimensiones que influyen sobre nuestra biografía, y contribuyen a que seamos quienes somos. Si entendemos al cuerpo como una dimensión importante de nuestra identidad, debemos considerar cuánta influencia tienen el contexto histórico, la cultura, la condición social, en la forma de cuidarlo, de valorarlo y de creerlo bello. Esta idea de cuerpo como espacio de entrecruzamiento entre la biología y las prácticas sociales, de cuerpo historizado, implica que la identidad se construye con todos estos componentes, siempre en un entramado de vínculos, desde los más próximos hasta los más lejanos o mediatizados, con múltiples representaciones, imágenes, gestos, actitudes, símbolos, palabras. Analicemos brevemente una de las dimensiones de la propia identidad, como es la construcción de la “femineidad” y la “masculinidad”. La sociedad suele depositar expectativas distintas en los varones y en las mujeres. Según las mismas, algunas conductas y formas de ser, serían esperables “sólo” para los varones y otras serían “exclusividad” de las mujeres.



Estas expectativas pasan a formar parte de los llamados “estereotipos de género” que asignan de manera diferente, para mujeres y varones, tareas y roles, valoraciones, cuidados del cuerpo, formas de expresar las emociones y construir vínculos. Estos estereotipos no sólo implican diferencias de género sino también relaciones de desigualdad entre varones y mujeres, que generalmente se naturalizan, es decir, se perciben como atributos “normales” e incuestionables.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Actividad 1

1. Reflexionar:

- a) ¿Qué significa ser varón y ser mujer?
- b) ¿Cómo están definidos estos roles?
- c) ¿Son iguales en todas las sociedades?

A continuación, miramos el siguiente video para seguir debatiendo en clase: **Hombres vs. mujeres.**
<https://www.youtube.com/watch?v=y-SOsmeuAk0>.

- a) ¿Qué opinan sobre los lugares comunes que se muestran en el video? ¿Están de acuerdo?

ACTIVIDAD 2:

“LA ETIQUETA QUE NOS ETIQUETA” LAS MIRADAS EN TORNO A NUESTROS CUERPOS.

Leemos el siguiente texto y respondemos:



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

#CUERPOS SIN MOLDES

NUESTROS CUERPOS: ESTEREOTIPOS, MANDATOS Y RESISTENCIAS

LA IGLESIA DICE EL CUERPO ES UNA CULPA.
LA CIENCIA DICE EL CUERPO ES UNA MAQUINA.
LA PUBLICIDAD DICE EL CUERPO ES UN NEGOCIO.
EL CUERPO DICE YO SOY UNA FIESTA.

EDUARDO GALEANO,
VENTANA SOBRE EL CUERPO. LAS PALABRAS
ANDANTES SIGLO XXI.

SOMOS NUESTROS CUERPOS ?

LOS CUERPOS son parte de nuestras identidades, y son mucho más que un conjunto de órganos, huesos y músculos, a través de ellos expresamos lo que somos y sentimos. Son producto de la sociedad en la que vivimos, esto significa que el mercado, los medios de comunicación, la escuela, la familia, l@s amig@s influyen en las maneras de cuidar y valorar nuestros cuerpos. Y también en nuestras ideas sobre la belleza, cómo nos relacionamos y qué hacemos con nuestros cuerpos según nuestro género en una cultura específica.

A lo largo de la historia se han establecido diferentes modelos de lo que se considera un **CUERPO BELLO Y NORMAL**. En la actualidad estos "moldes" se imponen con más fuerza, por ejemplo en las publicidades, y se convierten en ideales a alcanzar que muchas veces nos hacen sentir mal con nosotr@s mism@s y muchas otras veces son motivo de discriminaciones y violencias. Sin embargo, existen otras maneras de vivir los cuerpos, diversas formas de lookerarse, vestirse, tatuarse, pintarse, teñirse, expresarse y relacionarse que no encajan con lo esperado de acuerdo al ideal de belleza dominante determinado (esperado, diseñado) para cada género.

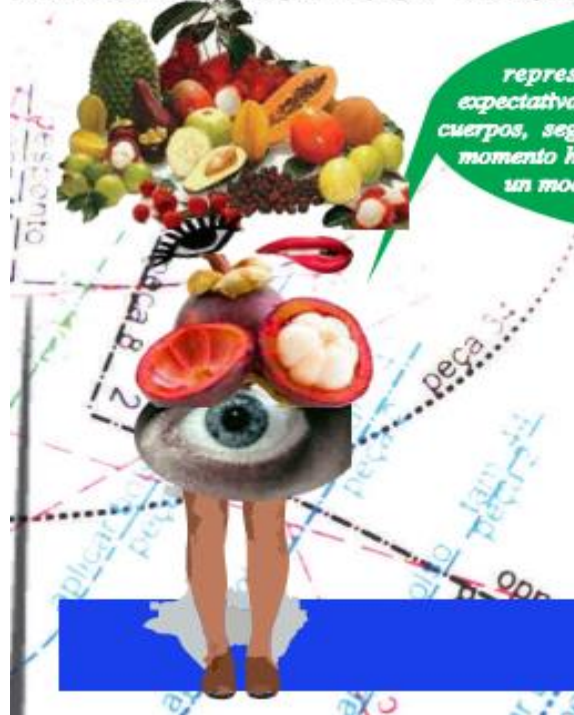


ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

SOMOS EL CUERPO CONSTRUIDO POR LA SOCIEDAD ?

En cada sociedad se definen, en relación a patrones globales, ciertos **MODELOS O IDEALES PARA LOS CUERPOS** de mujeres y varones, desde la niñez a la vejez. Los cuerpos que se consideran "bellos", "perfectos" o "normales" cumplen con pautas dominantes que los hacen deseables. Aquellos que no se ajustan a estas pautas son invisibilizados y violentados, como el cuerpo de las personas trans, gord@s, negr@s, petiz@s,

migrantes, intersex. Existen estereotipos de belleza que configuran los **CUERPOS DESEABLES** y que si bien han cambiado a lo largo de la historia, se vuelven exigencias para los modos de vivir nuestros cuerpos.



Los estereotipos de belleza son ideas, representaciones e imágenes que conforman las expectativas que tienen las sociedades sobre cómo deben ser los cuerpos, según la definición de belleza física que produce cada momento histórico. Estos estereotipos imponen un modelo único, un modelo hegemónico, que se presenta como lo normal, como lo correcto y lo esperable.

No todas las personas responden al **ESTEREOTIPO** de belleza dominante vigente en cada momento histórico, existen muchos otros cuerpos así como estilos de vestirse, peinarse y mostrarse. ¿Cuál es el ideal de belleza actualmente en nuestra sociedad? Piensen en publicidades, programas de televisión y referentes juveniles en el que se muestre ese modelo. ¿Por qué no aparecen mujeres negras, ni gordas, ni indígenas en las publicidades? ¿Por qué no hay cuerpos "trans" como modelo de belleza? ¿Por qué los cuerpos "blancos" son los más deseados y valorados como "bellos" y "perfectos"?

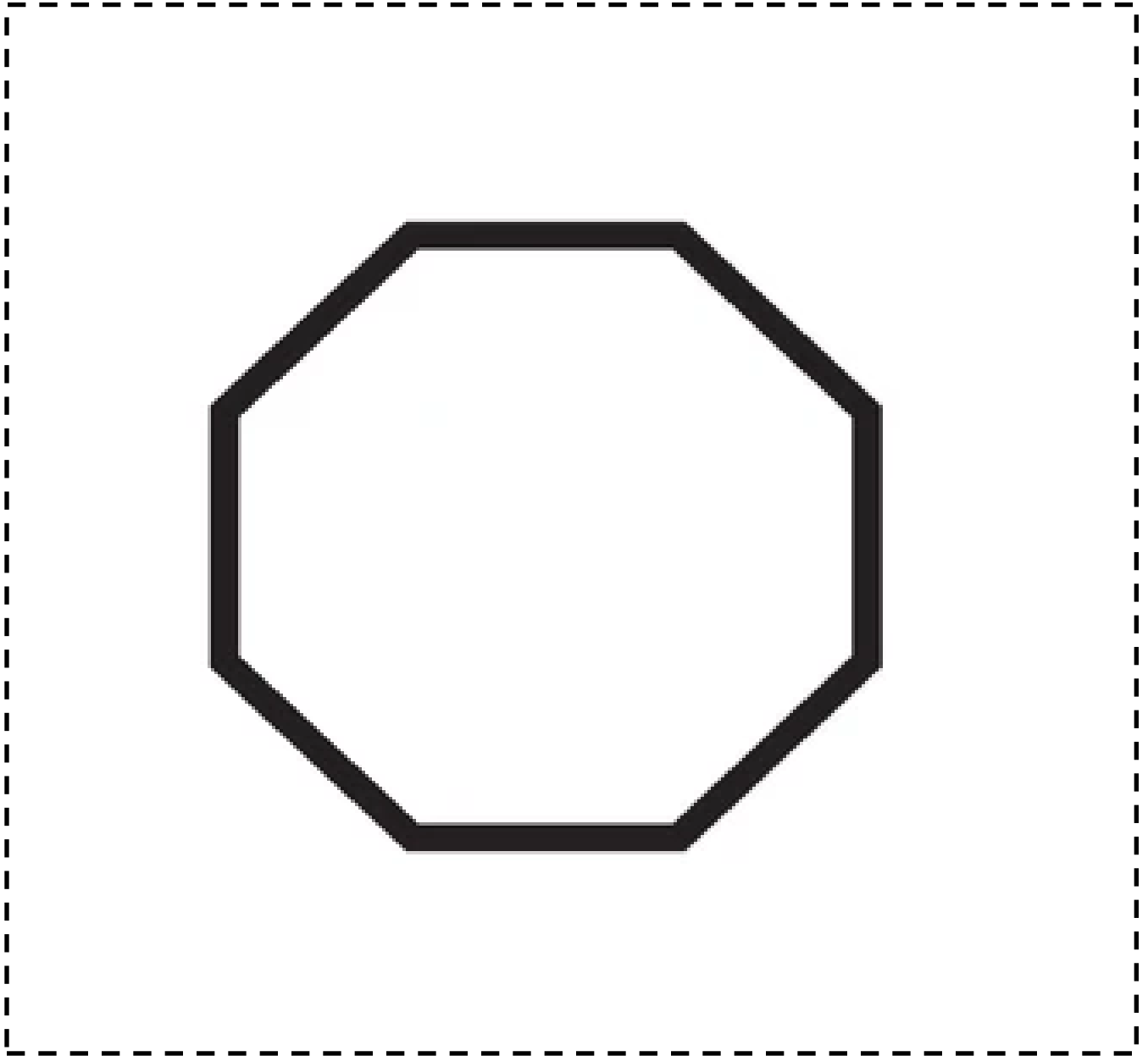
- 1) Realizar un monigote con (cómo se presenta en el texto), retazos de revistas o diarios, construyendo tu cuerpo y cómo lo ves representado. Con flechas señalar las virtudes de ese monigote.
- 2) En un breve texto, expresar lo que te dejó la lectura realizada.
- 3) Hacer un listado de aquellas acciones, frases o palabras en relación a los cuerpos que generan discriminaciones en la vida cotidiana. ¿Por qué las usamos? ¿nos genera algo al decirlo?

PARA RECORTAR.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES



EL CUERPO, LA SALUD Y EL ENFOQUE DE DERECHOS:



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Cuando nos referimos al cuidado del cuerpo desde la ESI, abarcamos una multiplicidad de temas relacionados con el ejercicio de los derechos: el conocimiento y el respeto del propio cuerpo y el respeto por el cuerpo del/la otro/a; el reconocimiento de la propia intimidad y la de los/as otros/as; el ejercicio placentero y responsable de la sexualidad, el modo en que las construcciones de género condicionan la percepción y valoración del cuerpo de las mujeres y varones y sus vínculos; la expresión de las emociones y la afectividad a través del cuerpo, la promoción de buenos tratos, la construcción de la autonomía; la toma de decisiones conscientes y reflexivas sobre el propio cuerpo, el respeto por la diversidad y la protección de salud, entre otras cuestiones.



El paradigma de los derechos humanos ubica a las personas como sujetos de derechos. Existen diferentes tratados internacionales como también diferentes leyes nacionales que garantizan el respeto y el ejercicio de los derechos del cuerpo en la sexualidad y la reproducción.

¿A QUE LLAMAMOS SEXUALIDAD?



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

SEXUALIDAD

Es común que se relacione a la **SEXUALIDAD** con los órganos genitales y la reproducción de la especie. Estos sentidos provienen de una visión que se basa solo en el cuerpo biológico. En cambio, desde una mirada más amplia podemos decir que la sexualidad no es sinónimo de sexo biológico, sino que incluye sensaciones, sentimientos, afectos y maneras de vincularnos con otr@s y con nostr@s mism@s.

También abarca las definiciones que elaboran cada sociedad y cultura sobre el sexo como **PRÁCTICA AFECTIVA, ERÓTICA Y SEXUAL**. Esto quiere decir, lo que se considera "normal", "correcto" o "adecuado" en diferentes momentos de la historia de una comunidad. Muchas veces tales definiciones dejan por fuera diversas maneras en que las personas viven, sienten y ejercen su sexualidad.

En el 2006 la Organización Mundial de la Salud definió la sexualidad como un aspecto central del ser humano a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los roles de género, el erotismo, el

placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, actitudes, prácticas y relaciones interpersonales. En nuestro país, la Ley 26.150 de **EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL (ESI)** define el derecho a recibir educación sexual, incluyendo aspectos biológicos, psicológicos, sociales, afectivos y éticos.

Hablar de modo directo y simple de la sexualidad no siempre es fácil. A veces nos expresamos al respecto mediante chistes, otras veces damos vueltas o bajamos la voz y en muchas ocasiones nos callamos. Ciertos asuntos provocan **VERGÜENZA, PUDOR O TEMOR**. Por eso, hablar de sexualidad requiere un espacio de escucha, confianza, afecto y cuidado para y por l@s demás.

DERECHOS HUMANOS

Los **DERECHOS HUMANOS (DDHH)** son beneficios que nos pertenecen a todas las personas, sin distinción de sexo, nacionalidad, lugar de residencia, color de piel, religión, lengua, edad, partido político o condición social, cultural o económica.

A partir de diversos acontecimientos sociales y políticos a lo largo de la historia, en diferentes partes del mundo, muchas personas pudieron acceder a nuevos derechos que les estaban negados. Es decir que estos derechos fueron conquistados a través de los reclamos, **LA LUCHA Y**



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

ORGANIZACIÓN COLECTIVA de distintos grupos sociales. Por ejemplo, cuando las mujeres reclamaron por su derecho a estudiar y a votar, o cuando el movimiento obrero demandaba mejores condiciones laborales. Por eso los DD. HH. están formulados en diferentes documentos, leyes nacionales y convenciones internacionales. En Argentina, están contemplados en la Constitución Nacional.

Los DD. HH. nos protegen de acciones en contra de nuestra integridad individual y colectiva,

como agresiones, abusos y discriminaciones. Los Estados deben garantizar nuestros derechos mediante **POLÍTICAS PÚBLICAS** efectivas que, por ejemplo, aseguren el derecho a la salud física y mental mediante el acceso gratuito a hospitales o recursos terapéuticos. Sabemos que la lucha por los derechos es permanente y está relacionada con los cambios que vamos viviendo como sociedad.

JÓVENES ORGANIZAD@S

La **PARTICIPACIÓN Y LA ORGANIZACIÓN** juvenil se da cuando l@s jóvenes actúan en conjunto para cumplir objetivos, **RECLAMAR** mejores condiciones y **CREAR ALTERNATIVAS** ante diferentes problemáticas. Por ejemplo, cuando en las escuelas se manifiesta una injusticia y l@s estudiantes se reúnen, discuten y deciden qué hacer y cómo hacer para transformarla. Así, la organización permite afrontar grupalmente los problemas, demandar el cumplimiento de derechos y concretar sueños y proyectos, actividades culturales, educativas, etc. Además, la participación con **compañer@s** permite construir espacios democráticos donde debatir y actuar sobre lo que nos importa para que nuestras vidas sean mejores.

La creación de **CENTROS DE ESTUDIANTES** es un derecho garantizado en la Convención de los Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes y fue establecido en nuestro país por la Ley 26.877.

Los espacios colectivos de participación nos permiten **ESTAR EN ACCIÓN** y así cumplir un papel fundamental para la construcción de una sociedad más justa.

ACTIVIDAD 3 :

LUEGO DE LA LECTURA COMPRESIVA DEL TEXTO:

- 1) Diferenciar SEXO DE SEXUALIDAD
- 2) ¿Qué ley define el derecho de recibir información sobre educación sexual?
- 3) ¿Qué controversias encuentras entre los derechos humanos y la resistencia a trabajar la ley de ESI?



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

DIVERSIDAD: TRAVAR EL SABER.

Lectura del siguiente libro "LA CHACO" (pág. 1 hasta 9)

LA CHACO:

De Juan Solá

"Y después de hacer todo lo que hacen, se levantan, se bañan, se entalcan, se perfuman, se peinan, se visten, y así progresivamente van volviendo a ser lo que no son."

JULIO CORTÁZA



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

GUSANO:

El sábado terminó siendo una noche brava. A la tarde había llovido un poco y la calle estaba quieta, no podría haber imaginado todo lo que pasó después.

Cerca de las once y media llegué a San José y Carina ya estaba ahí hacía un rato, medio ida, medio borracha. Tenía una amiga, enfermera, la loca, que laburaba en el Santojanni y le pasaba clona. No habíamos tenido noticias en dos semanas, pero a la Lucy le dijeron que había caído por una contravención y las cosas se complicaron por los antecedentes.

Ahí, ninguna era trigo limpio. A algunas las agarraban, a otras no, esa era la diferencia. Yo venía zafando porque no me metía nada y a la hora de rajar, sin tacos, no había cana gordo que me alcance. Estar limpia era una ventaja con la policía, pero no con los tipos.

—¡Apareciste, mamita! —le grité ni bien la vi.

Se dio vuelta y tardó un rato en enfocar la mirada. Cuando me reconoció, levantó los brazos a lo Susana Giménez recibiendo a Darín en el living del primer programa del año.

—¡Chaquito, mi vida, mi amor! —exclamó Carina y me abrazó fuerte. — ¡Estás desnudo, puto!
—le dije.

Carina había sido siempre menudita y la merca terminó de hacerla mierda. Tenía unas tetas grandes que la encorvaban y una cinturita divina que había vuelto loco a más de un tipo.

—¿Viste? Las medias son nuevas.

—¿Dónde estuviste? —le pregunté, sonriendo. — Ah, ¿no te enteraste? Presa, querida.

Fingí sorpresa, pero luego pregunté con pena honesta: — ¿Te pegaron mucho?

—Pero también me cogieron, así que se compensa —contestó ella rápidamente y me mostró una sonrisa de dientes grandes y encías un poco oscurecidas.

Carina siempre se reía cuando estaba triste.

Doce y un minuto, Hiedra apareció doblando la esquina en Salta. Hiedra me gustaba. Era elegante, envuelta en su vulgaridad de telas de segunda, cosidas entre mate y mate. Hacía poco más de un año se había puesto su picicita de costura y había comenzado a hacer laburos para talleristas del Once. Venía a vernos sólo cuando necesitaba plata o drogas, aunque últimamente la veíamos muy seguido.

—¡Medianoche, Cenicienta! —exclamó Carina.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Con los brazos en jarra, Hiedra desfiló para nosotras y yo me reí. —¿No te pagó el judío?

Hiedra se prendió un cigarrillo. Retuvo el humo un rato, inclinó la cabeza hacia atrás, como una actriz de Hollywood, y lo dejó escapar.

—No —respondió, suavemente—. Me contaron que estuviste presa.

—Ay, sí. Pero no hablemos de eso —interrumpí, advirtiendo la cara de compromiso de Carina. Supuse que ya no se aguantaría otra sonrisa fingida, supuse que no se le había ocurrido ninguna respuesta aguda.

—Estás linda, Chaco —me dijo Hiedra—. Más delicadita.

Era cierto, por eso dije gracias. El tratamiento venía perfecto. Mis muslos habían crecido y mi cuello delgado sostenía una cabecita chiquita, como de pajarito, con los pómulos altos y la nariz finita.

El patrullero dobló en Salta y trepó por la calle hasta detenerse frente a nosotras. Desde afuera se notaba que eran dos, no pude reconocer a ninguno.

—La puta que los parió —dijo Carina. Uno de los oficiales bajó del auto.

Lo primero que le miro a un hombre es la cintura, para saber si está armado. Este estaba.

—Buenas noches —dijo. —

Buenas noches, oficial. — ¿Documentos?

Abrí mi cartera y revolví desesperada, pensando cómo sacarme los tacos sin que el cana lo notara. Encontré la cédula y se la pasé.

—Sosa, Sergio David —dijo en voz alta, y se rio.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

—Sosa, Sergio David. — Presente.

—¿Quién es Sosa?

—La chica que está sentada allá, señora —dijo Castro y me señaló. Todos comenzaron a reír y el corazón se me aceleró como cada vez que la clase entera me miraba.

La mujer no le prestó atención y me observó, severa. — ¿Vos sos Sosa, Sergio David?

Dudé. No estaba seguro. No me gustaba mucho ser Sosa, Sergio David. No con esta voz suavcita. No con ese Castro ahí, señalándome.

—Sí, señora —dije, despacito.

—Sosa, vos me debés un trabajo práctico. — Sí, señora.

—¿Y qué pasa que no lo entregas, Sosa? — Tuve un problema, señora.

Escuché que Castro murmuraba algo, pero no entendí. Todos a su alrededor se rieron. Creo que dijo que me había venido la menstruación, porque Gonzalo le dijo a mi amiga Romi que me preste una toallita.

—¿Qué problema tuviste, a ver? —preguntó la profesora y yo bajé la cabeza y miré fijo el suelo como hacía cada vez que tenía un problema que no le podía contar a nadie.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Solía pasar largas horas mirándome al espejo. Me acariciaba el rostro y el cuello, me pasaba los dedos por los labios, me rozaba los pezones y, despacito, iba bajando por el vientre hasta encontrarme con *eso*.

“Ya se va a caer”, pensaba, mirándome el pene.

Mis compañeros de clase me decían mujercita y aquello me entusiasmaba. Nenita, nenita, cantaban, pero no alcanzaba para que la maestra me diera

permiso de ir al baño con las otras nenas, o para evitar la tormenta de puños que dos o tres veces por semana me alcanzaba a la salida de la escuela. A las nenas no se les pega, había dicho la señorita una vez, pero se ve que yo era parte de un grupo de nenas a las que sí se les podía pegar.

¡Pateá como hombre!, me gritaba el profesor de educación física y todos se reían de mis movimientos demasiado frágiles. No era buena en fútbol, lo reconozco, pero si tan solo me hubieran dado la oportunidad de demostrarles lo regia que era patinando, tal vez hasta hubieran sentido orgullo de mí.

Una mañana de domingo, desnuda frente al espejo, osé esconderme el pene entre los muslos y ponerme la bata de seda de mamá. Qué bonita me quedaba.

No recuerdo muy bien qué pasó después.

Ellos estaban en misa, pero habían llegado antes. Papá entró al dormitorio y me sorprendió jugando. Apretó los dientes, se arrojó sobre mí y los puños de los chicos de la escuela ya no eran tan poderosos comparados con los suyos.

Sentada en la ducha, llorando, veía la sangre y el agua tibia arremolinándose en el desagüe. Las chicas de la escuela decían que la primera vez que sangrás duele, pero nunca me imaginé que tanto.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

—Benítez, Duilio Antonio —dijo el cana, leyendo el documento de Carina. El otro tomaba nota y hacía consultas, no sé si por radio o por teléfono.

—¿Y cómo te dicen los muchachos, Benítez? Porque Duilio no es nombre de travesti.

—¿Qué te pasa? —preguntó Hiedra, parándose delante de Carina y clavándole esos ojos rasgados y severos.

Él no dijo una sola palabra. Como una bala, el puño fue a estrellarse en el maquillaje de mi amiga y la tumbó contra la pared. Yo di un paso atrás, asustada. Carina pegó un grito agudo y el oficial se le fue encima.

—Benítez se va con nosotros, Quintana —sentenció el otro desde el patrullero.

—¡No! —exclamó Carina, acercándose a la pared—. ¡Yo no voy a ningún lado, hijo de puta! ¡No hice nada!

El segundo oficial bajó del auto apretando los dientes como los apretaba mi viejo y entonces supe que no iba a pasarnos nada bueno.

Quintana agarró a Carina del cuello y le partió la cabeza contra la pared. El vodka barato y las pastillas explotaron cuando su cerebro se estrelló en el cemento y no pude evitar acordarme de Galaxia.

—¡Soltala, hijo de puta! —me animé a gritar, y el cana del patrullero se me vino encima, cachiporra en mano. En la oscuridad, sus ojos negros brillaban como carbones encendidos.

Un solo golpe certero me tiró de los tacos. Caí de lado y atiné a levantar un brazo para parar otro porrazo.

Hiedra quiso incorporarse y Quintana le dijo quedate quieto puto, quedate quieto o te mato.

—¿Qué mierda les pasa? —gritó Hiedra con la voz ronca quebrada y los ojos llenos de lágrimas.

Quintana tomó impulso y largó una patada. Los labios de Hiedra se llenaron de sangre y tierra y la calle quedó en silencio.

Nos esposaron a las tres. No me resistí. Sabía que tarde o temprano iba a pasarme.

No dejé que se me escape ni una sola lágrima. No porque no estuvieran esperando ahí, en el borde de los ojos. Pero no quería darles el gusto de llorar. Esta vez, no. Sosa, Sergio David ya había llorado demasiado.

El micro se detuvo en la plataforma 47 y la gente comenzó a levantarse de los asientos, apurada. Retiro era un hormiguero de rostros agrios.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Sergio agarró el bolso y bajó del coche. Atravesó la estación con la sonrisa inocente del provinciano recién llegado y salió a la avenida ancha, llena de autos y hombres corriendo.

Buenos Aires le daba un poco de miedo, pero sabía que ahí las cosas eran mucho más fáciles que en Chaco. Las chicas que volvían de visita después de uno o dos años siempre comentaban lo bien que la estaban pasando, lo grandes que eran los departamentos donde vivían, lo buenos que estaban los policías, lo fácil que era hacer plata.

Muerto de hambre como estaba, compró chipá en la puerta de la estación de trenes y preguntó cómo usar el subte. La Lucy le había dicho que de Retiro a Constitución eran, como mucho, quince minutos. Tenía la dirección anotada a las apuradas en una caja de cigarrillos y la leyó un par de veces más, aunque la supiera de memoria.

—Allá sos anónima —le había dicho la Lucy, cebándole un mate bien dulce. La había visto por última vez en julio, cuando ella había viajado para la fiesta

de quince de la hija de una amiga. La Lucy era correntina y se habían conocido hacía muchos años en el que, por aquel entonces, era el único boliche de putos del nordeste. Bailaron juntos en la comparsa seis veranos seguidos.

—¿Y qué te vas a quedar haciendo en Resi, me querés decir? Acá no pasa nada, Sergio.

—Ximena.

—Si querés que te diga Ximena, dejate el pelo largo aunque sea, puto. Si no vas a seguir siendo Sergio.

Sergio estaba convencido de que no necesitaba tener el pelo largo para llamarse Ximena. Ni el pelo largo, ni tetas, ni vagina. Pero la Lucy era difícil de convencer. Para ella había sido todo relativamente fácil.

—¿A qué me voy a ir allá? —preguntó, y le devolvió el mate.

—¿A qué te vas a quedar acá, mamita? ¿A que don Sosa te rompa un hueso uno de estos días? ¡Rajá!

—Mi viejo está postrado. — ¡Aleluya!

—No seas hija de puta —le pidió Sergio—. Está muy mal.

Cuando su madre murió, Sergio y su padre tuvieron que encontrarse cara a cara.

Lejos de unirlos, la partida de Carmen dejó una grieta tan profunda como la pena de don Sosa. De un lado de la grieta estaba él y del otro lado, su hijo. Su hijo, el más chico. Su hijo, el puto.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

De los problemas de Sergio no se hablaba. Don Sosa no quería saber nada, no le interesaba. Ya demasiado vergonzante le parecía seguir viviendo en el mismo barrio en el que José Miño contó que había visto al hijo de Sosa bajando de un remis vestido de mujer.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Le costó un poco encontrar el edificio. Tuvo que caminar varias cuadras, ida y vuelta, buscando la calle. El departamento de la Lucy estaba sobre Solís.

Cuando llegó al palier, se asomó al portero eléctrico y espió la hilera de botones. Noveno cuarenta y ocho, buscaba, cuando la puerta de calle se abrió y el encargado del edificio, barrigón y malhumorado, salió arrastrando una manguera.

—Buen día —dijo Sergio, pero el tipo no le respondió el saludo. Sin embargo, lo interrogó.

—¿A quién buscás?

—A la Lucy.

—¿Al del noveno? Noveno cuarenta y siete. — Cuarenta y ocho.

—¿Y si sabés para qué preguntás, pibe?

La Lucy le avisó que subiera, que estaba abierto, y ahí nomás se zambulló en el ascensor, que parecía una jaulita, un calabozo de alcaidía.

El edificio era bien viejo, abandonado a más no poder. La Lucy había dicho que el hall era de estilo francés, pero a decir verdad, se parecía más a una recepción de registro civil de pueblo.

La pobreza honrada de la Lucy lo conmovía. Ella se había ido de Corrientes porque quiso. El padre había muerto cuando tenía ocho y la habían criado entre la madre y la abuela. La Lucy solía contar que doña Esther la hacía ponerle los ruleros y jugaban a la peluquería, que verla por primera vez de vestido no les pareció para nada extraño.

La Lucy era pobre porque hay que empezar de abajo y no deberle nada a nadie, decía, pero en su desdicha de pensión había noches de acostarse sin comer para pagar el alquiler.

Nadie te da trabajo si sos trava.

—No queda otra que salir a la calle —dijo Hiedra. — ¿A la calle?

—Pero no a laburar. ¡A protestar! Alguien tiene que hacer algo.

Levanté la cabeza y la miré un rato largo. Tenía razón. ¡Si la vergüenza la tienen los demás, no nosotras! ¿Por qué deberíamos aceptar la vida que ellos quieren para nosotras por no tolerar nuestra existencia?

—¿No era que no ibas a las marchas porque no te gustaba lo de los estereotipos y bla bla bla? — interrumpió Carina, lagrimeando furiosa—. ¿Y ahora me venís a decir que vamos a salir a marchar? ¿Para qué? ¿Para que en mi documento diga Carina en vez de Duilio Antonio? ¿No ves el pedazo de carne que me cuelga acá, mamita?



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

—Si a vos la pija no te deja ser mujer, problema tuyo —dijo Hiedra—. A mí los que no me dejan ser mujer son estos brutos.

—No me jodas, Hiedra.

—Tiene razón —interrumpí—. Yo no tengo tetas, ¿y qué? Ese gordo que nos agarró tiene más tetas que yo, ¿y cuál es? ¿O acaso me vas a decir que el cana ese no es macho porque tiene tetas y no tiene barba?

—¡Callate la boca, puto! —gritó el oficial desde el escritorio.

A nosotras nos habían sentado en un banco largo del pasillo, esposadas. La comisaría estaba vacía, se ve que los muchachos estaban aburridos.

Yo estaba muerta de miedo. Era mi primera vez y estaba limpia. Según Galaxia, cuando es así te dejan ir. Pero yo tenía miedo de todas formas. Las historias de las travestis en las comisarías siempre me asustaron más que el aceite de avión que se inyectan en las tetas.

Una peruana que hacía San José los fines de semana, Lizbeth creo que se llamaba, contó que una vez un cana borracho la meó y la cagó tanto a trompadas que le bajó dos dientes. Por trava, por peruana, por negra, no sabía. Suponíamos que por trava, claro.

No hay nada peor que ser trava.

—¡Ay, puto, no puedo creerlo! ¡Llegaste!

—¡Llegué! —dijo Sergio, soltando el bolso y abrazándola. La Lucy lo estrujó con fuerza y le plantó un beso en la boca. —Pará, camionera —bromeó él, zafándose. La casa donde vivía la Lucy era el vivo reflejo de quien no le debe nada a nadie: los muebles eran viejos, las sillas estaban desvencijadas y la mesita de madera del comedor temblaba debajo de un mantel raído de lona amarilla.

La Lucy había agarrado la calle después de probar suerte en varios trabajos serios. Una librería, una mercería, una peluquería. Había tenido la suerte que ninguna de las otras había experimentado hasta el momento, probablemente gracias al secundario completo y una carrera de Administración abandonada por la mitad después de que un docente se negara a recibirle un trabajo firmado como Lucía Quiroga.

—Usted no es Lucía Quiroga —le había dicho el cínico.

—Y usted no es profesor de nada —respondió la Lucy, azotando la carpeta contra el suelo.

Siempre cuenta que cuando salía del aula, una mariquita le gritó que quería ser como ella, aplaudiéndola. Sonríe un segundito cuando repite esa parte de la historia y después la boca se le pone rígida, traga saliva y mira para otro lado, como disimulando una pena. Al fin y al cabo, nunca supo si la marica terminó siendo trava o no. Ese día dejó la facultad para siempre.

Las travas no estudian.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

—¿Estás nerviosa, mamita?

—Más o menos —respondió Sergio, subiendo el bolso a un sillón cubierto con una sábana agujereada.

—¿Y don Sosa?

—Más cerca del arpa que de la guitarra.

—¡Qué pena! —exclamó la Lucy, exagerando la ironía—. Digamos que ahora sos una chica libre.

Sergio se rio con el comentario. Libre era una forma demasiado amable de describir su situación. Porque era libre, sí, pero travesti —o casi, ¿cuál era el límite?—, oxímoron maquillado con productos de catálogo, hombre disfrazado de mujer, jamás mujer con pene.

Le hubiese gustado haber tenido la suerte de la Lucy, una familia feliz, una casa en la que se sintiera a salvo cuando era chico. Aunque no quisiera reconocerlo, un poco la envidiaba. Pero también la compadecía. Compadecía esa necesidad absurda que tenía ella de querer valerse por sí misma, de querer demostrarle Dios sabe a quién que ser travesti no le iba a impedir convertirse en una exitosa empresaria.

Le había prohibido a la madre enviarle dinero, víveres o lo que fuera. Le hizo creer que estaba bien. Le juró que no pisaría la calle. Seguramente, también le había dicho que la entrada del edificio era de estilo francés.

La Lucy sentía repugnancia por la forma tramposa en que algunas trans manoseaban su propia pobreza, que siempre era escudo o bandera. Escudo para ampararse en ella y justificar un progreso virtualmente imposible. Bandera para declarar que la pobreza era la nación que las había visto nacer y por amor a esa patria, pasar hambre era un orgullo.

Ni escudo ni bandera, decía la Lucy; que la pobreza sea discurso. Soy pobre, repetía, que me vean. Soy pobre porque ellos quieren que sea pobre. Porque yo soy bien viva, eh. Si yo tuviera concha ya tendría mi empresa.

Soy pobre, pero honrada. Porque nadie dice “soy rico, pero honrado”, pero el pobre tiene que avisar que no afana, que no mata, que no pasa falopa.

La Lucy miraba fijo la llama azul de la hornalla que calentaba la pavita y pensaba que estaba harta de ser pobre, y más harta todavía de ser honrada.

Mucho tiempo después, las chicas me contaron así, entre seca y seca, que la primera vez que la Lucy llegó a la cuadra, lloró hasta que el cielo empezó a ponerse rosa.



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1305 (Anexo APUL)

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Al rato nos metieron a un calabozo húmedo, con las paredes llenas de moho. El canita que nos vino a buscar era pendejo, no habrá tenido más de veintidós

o veintitrés años. Me levantó del brazo, me dijo vamos reina, y antes de abrirme la celda me sacó las esposas y me metió dos dedos debajo del vestido.

—No te hagas el idiota. Abrime —le ordené, y me puse de espaldas, contra la reja, enfrentándolo.

El tipo se me vino encima y me apoyó la nariz en el lóbulo de la oreja. —No te hagas el machito —susurró.

Volví a sentir sus dedos debajo de mi vestido y miré fijo el techo, del que colgaba un ventilador de paletas de madera astillada. El ventilador giraba y se tambaleaba y hacía un sonido como de puerta rechinando.

El pendejo abrió la celda y me empujó adentro. Caí de rodillas sobre el suelo de cemento mojado y enseguida sentí el olor a meada.

Me volví para mirarlo y lo vi acomodarse la pija en el pantalón. Me sonreía como un payaso, pero no me animé a asustarme.

—¿La querés? —me preguntó.

Me incorporé y me senté sobre una tabla que hacía las veces de banco y cama. Le sostuve la mirada, desafiante.

—Veinte años y ya te cagaron la cabeza —le dije.

Confieso que sentí lástima por él. Él, el policía blanco, orgulloso de su heterosexualidad ficticia, le daba lástima a esta travesti negra y provinciana.

No me animé a decírselo. Lo de la lástima, no me animé. No quería que me hagan nada. Preferí preguntarle qué hora era y que me ignore. Quería que la noche terminara lo antes posible y volverme a la pieza.

Me dolían las costillas, los brazos, las piernas. Y él. Él y su mano en la pija, me dolían un montón. Él y sus ganas de violarme me dolían en el alma.

A nosotras no nos hacen el amor, a nosotras nos violan, había dicho Galaxia ese viernes al mediodía que se apareció en casa con la nariz llena de sangre y los quinientos pesos que nos faltaban para pagar el alquiler.



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

Luego de la lectura colectiva, responder:

1) ¿Cuáles fueron tus primeras sensaciones al ir leyendo el libro? Seleccionar los emojis que así lo represente. Argumentar.



1) ¿Qué tabúes debemos trabajar como sociedad?

2) Analiza esta frase:

“...Soy pobre, pero honrada. Porque nadie dice “soy rico, pero honrado”, pero el pobre tiene que avisar que no afana, que no mata, que no pasa falopa...”



ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS:

Lectura grupal de la siguiente adaptación narrativa:

“Caperucita y el Lobo (en la versión del lobo)” de Lief Fearn

“El bosque era mi hogar. Yo vivía allí y me gustaba mucho. Siempre trataba de mantenerlo ordenado y limpio. Un día soleado, mientras estaba recogiendo las basuras dejadas por unos turistas sentí pasos. Me escondí detrás de un árbol y vi venir una niña vestida en una forma muy divertida: toda de rojo y su cabeza cubierta, como si no quisieran que la vean. Andaba feliz y comenzó a cortar las flores de nuestro bosque, sin pedir permiso a nadie, quizás ni se le ocurrió que estas flores no le pertenecían. Naturalmente, me puse a investigar. Le pregunté quien era, de donde venía, a donde iba, a lo que ella me contestó, cantando y bailando, que iba a casa de su abuelita con una canasta para el almuerzo. Me pareció una persona honesta, pero estaba en mi bosque cortando flores. De repente, sin ningún remordimiento, mató a un mosquito que volaba libremente, pues también el bosque era para él. Así que decidí darle una lección y enseñarle lo serio que es meterse en el bosque sin anunciarse antes y comenzar a maltratar a sus habitantes. La dejé seguir su camino y corrí a la casa de la abuelita. Cuando llegué me abrió a puerta una simpática viejecita, le expliqué la situación. Y ella estuvo de acuerdo en que su nieta merecía una lección.

La abuelita aceptó permanecer fuera de la vista hasta que yo la llamara y se escondió debajo de la cama. Cuando llegó la niña la invité a entrar al dormitorio donde yo estaba acostado vestido con la ropa de la abuelita. La niña llegó sonrojada, y me dijo algo desagradable acerca de mis grandes orejas. He sido insultado antes, así que traté de ser amable y le dije que mis grandes orejas eran para oírla mejor. Ahora bien me agradaba la niña y traté de prestarle atención, pero ella hizo otra observación insultante acerca de mis ojos saltones. Ustedes comprenderán que empecé a sentirme enojado. La niña tenía bonita apariencia, pero empezaba a serme antipática. Sin embargo, pensé que debía poner la otra mejilla y le dije que mis ojos me ayudaban para verla mejor. Pero su siguiente insulto sí me encolerizó. Siempre he tenido problemas con mis grandes y feos dientes y esa niña hizo un comentario realmente grosero. Se que debí haberme controlado, pero salté de la cama y le gruñí, enseñándole toda mi dentadura y diciéndole que eran así de grande para comerla mejor. Ahora, piensen Uds.: ningún lobo puede comerse a una niña. Todo el mundo lo sabe. Pero esa niña empezó a correr por toda la habitación gritando y yo corría atrás de ella tratando de calmarla. Como tenía puesta la ropa de la abuelita y me molestaba para correr, me la quité, pero fue mucho peor. La niña gritó aún



ESCUELA ENSEÑANZA MEDIA PARA ADULTOS N° 1300

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES

más. De repente la puerta se abrió y apareció un leñador con un hacha enorme y afilada. Yo lo miré y comprendí que corría peligro así que salté por la ventana y escapé. Me gustaría decirles que este es el final del cuento, pero desgraciadamente no es así. La abuelita jamás contó mi parte de la historia y no pasó mucho tiempo sin que se corriera la voz que yo era un lobo malo y peligroso. Todo el mundo comenzó a evitarme. No sé qué le pasaría a esa niña antipática y vestida en forma tan rara, pero si les puedo decir que yo nunca pude contar mi versión. Ahora Uds. ya lo saben”

ACTIVIDAD:

- 1) Pensar por grupos una situación similar a la del cuento.
- 2) Armar un rotafolio o cuento, con imágenes cotidianas que visibilicen estos prejuicios y construcciones.