ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Educación Menstrual en el Centro Educativo: Contenidos Didácticos y Recursos para el Aula

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Amplía tu formación con el Curso de Formación Permanente en Educación Menstrual en el Centro Educativo: Contenidos Didácticos y Recursos para el Aula de ICUFOR, una propuesta formativa innovadora dirigida a profesionales de la educación comprometidos con el bienestar integral del alumnado. La educación menstrual constituye hoy una necesidad pedagógica que trasciende el ámbito sanitario, abarcando dimensiones emocionales, sociales y de derechos humanos que resultan fundamentales para construir entornos escolares inclusivos y respetuosos con la diversidad corporal.

A lo largo de esta formación, explorarás los fundamentos biológicos del ciclo menstrual, su contexto histórico y sociocultural, así como el marco normativo que respalda su integración curricular en el sistema educativo español.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos biológicos y fisiológicos del ciclo menstrual, identificando sus fases, mecanismos hormonales y variabilidad a lo largo de la vida reproductiva.

Fundamentar la educación menstrual como disciplina pedagógica diferenciada, relacionando sus paradigmas teóricos con el rol del profesorado y la comunidad educativa.

Dominar los contenidos relativos a la salud menstrual, los productos de gestión menstrual y la justicia menstrual, aplicando criterios de sostenibilidad, equidad y seguridad en el acompañamiento al alumnado.

Utilizar metodologías activas, recursos didácticos y estrategias de comunicación inclusiva, desarrollando sesiones y unidades didácticas que garanticen la participación, el respeto y la seguridad emocional en el aula.

Analizar el contexto histórico, sociocultural y antropológico de la menstruación, reconociendo los mecanismos de estigmatización y las construcciones sociales que persisten en el entorno educativo.

Conocer el marco normativo, curricular y competencial vigente, identificando las oportunidades de inserción transversal de la educación menstrual en las diferentes áreas y etapas del sistema educativo.

Diseñar contenidos didácticos de educación menstrual secuenciados por etapas educativas, incorporando adaptaciones para la atención a la diversidad funcional, de género y cultural.

Elaborar, implementar y evaluar programas integrales de educación menstrual en el centro educativo, integrando diagnóstico de necesidades, implicación de la comunidad educativa e indicadores de mejora continua.

Temario

01 Fundamentos biológicos y fisiológicos del ciclo menstrual

1.1. Anatomía del aparato reproductor femenino relevante para la comprensión del ciclo menstrual
1.2. Fisiología del ciclo menstrual: fases, duración y variabilidad
1.3. Regulación hormonal del ciclo menstrual y sus efectos sistémicos
1.4. Menarquia, desarrollo puberal y ciclo menstrual a lo largo de la vida reproductiva
1.5. Desmontaje de mitos biológicos frecuentes sobre la menstruación en el ámbito educativo

02 Contexto histórico, sociocultural y antropológico de la menstruación

2.1. Construcciones históricas en torno a la menstruación desde la Antigüedad hasta la Modernidad
2.2. Perspectivas antropológicas y rituales culturales asociados al ciclo menstrual
2.3. La menstruación como construcción social: estigma, silencio y vergüenza
2.4. Movimientos sociales y activismo menstrual contemporáneo
2.5. La menstruación en el contexto escolar: herencia cultural e implicaciones educativas

Temario

03 Marco conceptual y pedagógico de la educación menstrual

3.1. Definición, alcance y objetivos de la educación menstrual como disciplina pedagógica
3.2. Diferenciación entre educación menstrual, educación sexual y educación para la salud
3.3. Paradigmas pedagógicos aplicables a la educación menstrual
3.4. La educación menstrual como herramienta de promoción de la salud integral
3.5. Rol del profesorado como agente de educación menstrual en el centro educativo
3.6. La comunidad educativa como ecosistema de aprendizaje menstrual: familias, alumnado y profesionales

04 Marco normativo, curricular y competencial para la integración de la educación menstrual en el sistema educativo

4.1. Referencias normativas internacionales sobre educación sexual integral y salud menstrual
4.2. Marco legislativo español y autonómico aplicable a la educación menstrual
4.3. Inserción curricular de la educación menstrual en las áreas y competencias clave
4.4. Transversalidad de la educación menstrual: planes de igualdad, acción tutorial y proyectos de centro

Temario

05 Salud menstrual, bienestar y atención a las alteraciones del ciclo en el entorno escolar

5.1. Concepto integral de salud menstrual: dimensiones física, emocional y social
5.2. Ciclo menstrual saludable: parámetros de normalidad y señales de alerta
5.3. Alteraciones menstruales más frecuentes en la etapa escolar
5.4. Dimensión emocional y psicológica del ciclo menstrual en la adolescencia
5.5. Impacto de la menstruación en el rendimiento académico, la participación y el absentismo escolar
5.6. Alimentación, ejercicio físico y descanso como factores moduladores del ciclo menstrual
5.7. Protocolos de actuación del centro educativo ante situaciones relacionadas con la salud menstrual

Temario

06 Productos de gestión menstrual, sostenibilidad ambiental y justicia menstrual

6.1. Evolución histórica de los productos de gestión menstrual
6.2. Tipología y características de los productos de gestión menstrual disponibles
6.3. Criterios de elección del producto de gestión menstrual: seguridad, comodidad y autonomía
6.4. Impacto medioambiental de los productos menstruales y alternativas sostenibles
6.5. Pobreza menstrual y acceso equitativo a productos de gestión menstrual
6.6. Dispensadores y espacios de gestión menstrual en el centro educativo: diseño y gestión

Temario

07 Contenidos didácticos de educación menstrual adaptados a las etapas educativas

7.1. Principios de secuenciación y adecuación de contenidos menstruales según la etapa evolutiva
7.2. Educación menstrual en Educación Infantil: el cuerpo, el cuidado y la naturalización
7.3. Educación menstrual en Educación Primaria: preparación para los cambios puberales
7.4. Educación menstrual en Educación Secundaria Obligatoria: profundización y autonomía
7.5. Educación menstrual en Bachillerato y Formación Profesional: perspectiva crítica y compromiso social
7.6. Contenidos específicos para programas de Educación Especial y atención a la diversidad funcional
7.7. Criterios de selección y evaluación de materiales curriculares sobre educación menstrual

Temario

08 Metodologías, estrategias didácticas y recursos para la educación menstrual en el aula

8.1. Principios metodológicos para el abordaje de la educación menstrual: participación, respeto y seguridad emocional
8.2. Metodologías activas aplicadas a la educación menstrual
8.3. Recursos didácticos analógicos para la educación menstrual
8.4. Recursos digitales y audiovisuales para la educación menstrual
8.5. Diseño de sesiones y unidades didácticas de educación menstrual
8.6. El arte y la expresión creativa como herramientas de educación menstrual
8.7. Evaluación del aprendizaje en educación menstrual: criterios, instrumentos y rúbricas

Temario

09 Diversidad, inclusión y perspectiva de género en la educación menstrual

9.1. La menstruación más allá del binarismo de género: personas menstruantes y no menstruantes
9.2. Educación menstrual con perspectiva de género: deconstrucción de roles y estereotipos
9.3. Diversidad funcional y adaptación de la educación menstrual a necesidades específicas
9.4. Diversidad cultural y religiosa: sensibilidad intercultural en la educación menstrual
9.5. Atención al alumnado en situación de vulnerabilidad: pobreza menstrual, protección y detección de riesgos

Temario

10 Diseño, implementación y evaluación de programas de educación menstrual en el centro educativo

10.1. Diagnóstico de necesidades y análisis de la cultura menstrual del centro educativo
10.2. Diseño de un programa integral de educación menstrual para el centro educativo
10.3. Estrategias de implicación de la comunidad educativa en el programa
10.4. Adecuación de los espacios e infraestructuras del centro para una gestión menstrual digna
10.5. Evaluación del programa de educación menstrual: indicadores, instrumentos y mejora continua
10.6. Redes de colaboración, recursos comunitarios y proyectos intercentros en educación menstrual
10.7. Buenas prácticas y experiencias de referencia en educación menstrual en centros educativos nacionales e internacionales

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate **Más información**



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

