ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

# Pubertad y Cambios Corporales: Educación para la Salud en el Tercer Ciclo de Primaria

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 Pubertad y Cambios Corporales: Educación para la Salud en el Tercer Ciclo de Primaria de ICUFOR. Esta formación está diseñada para profesionales del ámbito educativo y sanitario que desean adquirir herramientas especializadas para acompañar al alumnado de 10 a 12 años durante una de las etapas más significativas de su desarrollo. Abordar la pubertad desde un enfoque integral y basado en evidencia resulta fundamental para promover el bienestar físico, emocional y social de los preadolescentes.

A lo largo del programa, profundizarás en las bases biológicas y fisiológicas del desarrollo puberal, los cambios corporales específicos en niñas y niños, así como en el desarrollo psicológico e identitario que caracteriza esta transición.

Duración
**150 horas**

Créditos
**6 Créditos ECTS**

Metodología
**Online**

Matriculación
**Permanente**

# Objetivos del curso

Fundamentar la educación para la salud en el tercer ciclo de Educación Primaria, identificando su marco conceptual, normativo y ético de referencia.

Describir los cambios corporales y fisiológicos de la pubertad femenina y masculina, distinguiendo su secuencia, variabilidad individual y signos de alerta que requieren derivación sanitaria.

Identificar los factores de riesgo y protección asociados a la imagen corporal en la preadolescencia, incorporando estrategias de prevención de trastornos y de pensamiento crítico ante la influencia mediática.

Diseñar propuestas didácticas sobre pubertad y salud, utilizando metodologías activas y recursos específicos ajustados a la diversidad del aula.

Comprender las bases biológicas y neuroendocrinas del desarrollo puberal, diferenciando los factores genéticos, nutricionales, ambientales y psicosociales que condicionan su inicio y progresión.

Analizar el desarrollo psicológico, emocional e identitario de la preadolescencia, relacionándolo con la vivencia de los cambios puberales y las dinámicas del grupo de iguales.

Dominar los contenidos y principios de la educación afectivo-sexual integral y la promoción de hábitos saludables de higiene y autocuidado, aplicándolos de forma adaptada al alumnado de 10 a 12 años.

Elaborar, implementar y evaluar programas de educación para la salud sobre pubertad en centros de Educación Primaria, integrando la coordinación multidisciplinar y la participación de las familias.

# Temario

## 01 Fundamentos de la educación para la salud en el marco escolar del tercer ciclo de Educación Primaria

1.1. Concepto, evolución histórica y enfoques actuales de la educación para la salud en el ámbito educativo
1.2. Marco normativo y curricular de la educación para la salud en Educación Primaria
1.3. El tercer ciclo de Educación Primaria como etapa crítica para la intervención educativa en salud
1.4. El papel del docente como agente promotor de salud en la escuela
1.5. Principios éticos y deontológicos en el abordaje de la corporalidad y la sexualidad con menores

# Temario

## 02 Bases biológicas y fisiológicas del desarrollo puberal

2.1. Definición, delimitación conceptual y diferenciación entre pubertad y adolescencia
2.2. Neuroendocrinología de la pubertad: el eje hipotálamo-hipofisario-gonadal
2.3. Cronología y secuencia del desarrollo puberal
2.4. Factores que influyen en el inicio y la progresión de la pubertad
2.5. Pubertad precoz y pubertad tardía: conceptos, criterios diagnósticos e implicaciones educativas
2.6. Dimorfismo sexual y bases biológicas de la diferenciación corporal
2.7. Crecimiento somático durante la pubertad: estirón puberal y maduración ósea

# Temario

## 03 Cambios corporales en la pubertad femenina: desarrollo, fisiología y abordaje educativo

3.1. Secuencia de los cambios físicos en la pubertad femenina
3.2. La menarquia como hito del desarrollo puberal femenino
3.3. Molestias y alteraciones menstruales frecuentes en la preadolescencia
3.4. El crecimiento acelerado y sus manifestaciones en las niñas preadolescentes
3.5. Abordaje educativo de los cambios corporales femeninos en el aula
3.6. Signos de alerta y situaciones que requieren derivación a atención sanitaria

## 04 Cambios corporales en la pubertad masculina: desarrollo, fisiología y abordaje educativo

4.1. Secuencia de los cambios físicos en la pubertad masculina
4.2. La espermarquia y las emisiones nocturnas: fisiología y abordaje educativo
4.3. El cambio de voz durante la pubertad masculina: mecanismo y evolución
4.4. Cambios dermatológicos: acné, sudoración y olor corporal
4.5. El estirón puberal masculino y criterios de seguimiento del desarrollo

# Temario

## 05 Desarrollo psicológico, emocional e identitario durante la preadolescencia

5.1. Transformaciones cognitivas en la transición del pensamiento concreto al formal
5.2. Desarrollo emocional y regulación afectiva en la preadolescencia
5.3. Construcción de la identidad personal y autoconcepto durante la pubertad
5.4. El proceso de individuación y la búsqueda de autonomía en relación con las figuras adultas
5.5. Necesidad de pertenencia al grupo de iguales y presión social en la preadolescencia
5.6. Diversidad en las vivencias de la pubertad: género, cultura, funcionalidad y contexto socioeconómico

## 06 Imagen corporal, influencia mediática y prevención de trastornos en la preadolescencia

6.1. Construcción de la imagen corporal durante la pubertad: factores individuales y sociales
6.2. Influencia de los medios de comunicación, las redes sociales y la publicidad en la imagen corporal
6.3. Conductas de riesgo asociadas a la insatisfacción corporal en la preadolescencia
6.4. Acoso escolar relacionado con la apariencia física y los cambios puberales
6.5. Programas escolares de prevención de trastornos de imagen corporal basados en evidencia

# Temario

## 07 Higiene personal, autocuidado y hábitos saludables asociados a la pubertad

7.1. Nuevas necesidades de higiene corporal derivadas de los cambios puberales
7.2. El sueño durante la pubertad: cambios cronobiológicos y recomendaciones de higiene del sueño
7.3. Alimentación saludable durante el desarrollo puberal
7.4. Actividad física y ejercicio durante la pubertad: beneficios, recomendaciones y adaptaciones
7.5. Uso responsable de la tecnología y bienestar digital en la preadolescencia
7.6. Autonomía progresiva en el autocuidado y responsabilidad personal sobre la salud

# Temario

## 08 Educación afectivo-sexual adaptada al tercer ciclo de Educación Primaria

8.1. Fundamentos y objetivos de la educación afectivo-sexual integral en la etapa prepuberal
8.2. Contenidos clave de educación sexual para el alumnado de 10 a 12 años
8.3. Metodologías apropiadas para la educación afectivo-sexual en esta etapa evolutiva
8.4. Prevención del abuso sexual infantil desde la educación para la salud
8.5. Colaboración con las familias en la educación afectivo-sexual
8.6. Marco legal y normativo de la educación afectivo-sexual en el sistema educativo español
8.7. Recursos y materiales de referencia para la educación afectivo-sexual en Educación Primaria

## 09 Estrategias didácticas y metodologías activas para abordar la pubertad en el aula del tercer ciclo

9.1. Principios metodológicos para la enseñanza de contenidos relacionados con el cuerpo y la salud
9.2. Metodologías activas aplicadas a la educación para la salud puberal
9.3. Recursos didácticos específicos para la enseñanza de la pubertad
9.4. Atención a la diversidad en el aula: adaptaciones para alumnado con necesidades específicas

# Temario

## 10 Diseño, implementación y evaluación de programas de educación para la salud sobre pubertad en centros de Educación Primaria

10.1. Análisis de necesidades y diagnóstico inicial del centro y la comunidad educativa
10.2. Diseño curricular de unidades didácticas y programas sobre pubertad y cambios corporales
10.3. Coordinación multidisciplinar en la implementación del programa
10.4. Estrategias de implicación y participación activa de las familias
10.5. Implementación del programa en el aula: fases y consideraciones prácticas
10.6. Evaluación del programa de educación para la salud sobre pubertad
10.7. Buenas prácticas y programas de referencia a nivel nacional e internacional
10.8. Sostenibilidad, continuidad e institucionalización del programa en el proyecto educativo de centro

# 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

