



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS
COLEGIO DE PEDAGOGIA

EDUCACION SEXUAL PARA ADOLESCENTES: PROPUESTA DE
CAPACITACION PARA EL PERSONAL DOCENTE

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADA EN PEDAGOGIA
P R E S E N T A :
DANNIELA AGUILAR MADRIGAL



ASESOR:
LIC. FELIPE RODRIGUEZ DURAN

FACULTAD DE FILOSOFIA
Y LETRAS



COLEGIO DE PEDAGOGIA

2004



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRES:

Que son un gran ejemplo de lucha y superación y gracias a eso he logrado cumplir una de las metas mas importantes en mi vida. Gracias por brindarme la oportunidad de cursar una carrera; pero sobre todo por haberme apoyado siempre en todas y cada una de las decisiones que he tomado. Aquí esta el resultado de un esfuerzo conjunto porque sin ustedes no hubiera llegado a este momento. Los Amo

A MI ABUELITA LAURA † Y MI ABUELITO MANUEL †:

Sus palabras y consejos son algo que me acompañan a cada momento de mi vida, admiro el carácter fuerte y noble de cada uno y estoy segura que mucho de lo que soy ahora es gracias a ustedes. Así como también se que donde quiera que estén siempre están cuidando de mí.

A MI HERMANA PAO:

Por una infinidad de cosas que hemos pasado juntas, por tu compañía, tu paciencia y todos tus consejos. Admiro mucho tu gran carácter y el valor que tienes para enfrentar las dificultades. Me siento muy orgullosa de ti y estoy segura que vas a lograr todo lo que te propongas, porque eres fuerte. Mil gracias también por Jorge, que ha venido a cambiar no solo mi vida, sino la de todos los que estamos cerca de él, porque muy a su manera también nos ha dejado grandes enseñanzas. Los Quiero Muchísimo.

A MI HERMANO LALO:

No tienes idea lo mucho que te admiro por esa autenticidad que te caracteriza, no tienes mascararas y por lo tanto no te da miedo enfrentar a la gente. No tengo duda alguna de lo lejos que vas a llegar porque además eres inteligente y sabes lo que quieres. Gracias por escucharme siempre, por los miles de cigarros en mi cuarto, acompañados de muchos consejos que aunque no me creas siempre tengo en mi mente. Te quiero y estoy muy orgullosa de ti. No pierdas tus metas.

A MIS AMIGAS MAYTÉ, MÓNICA, NADIA Y DIANA:

Por toda una vida compartiendo miles de experiencias de todo tipo. Gracias por su confianza, por su apoyo, sus consejos y su tiempo. Estoy segura que aún nos queda mucho por compartir. Las Quiero Mucho.

A OMAR:

Por el cambio tan importante que le diste a mi vida, por dejarme compartir contigo muchos sueños y muchos planes. Te agradezco mucho tu apoyo en todo lo que siempre he hecho, tu confianza en mí y la forma en que siempre me has impulsado para seguir creciendo personal y profesionalmente. Eres alguien muy importante en mi vida y sin duda alguna en la cristalización de éste sueño. Nada me daría más gusto que poder ayudar y ver cristalizados tuyos. No olvides que creo en ti SIEMPRE. No dejes nunca que se pierdan tus sueños. Te Amo

A ANITA:

Sabes que sin tu presencia mi paso por la Universidad hubiera sido muy diferente, gracias por tu apoyo, por compartir conmigo etapas tan importantes como la UNAM y ALGARI, creo que compartir eso nos ha hecho crecer como amigas y madurar como personas. Pero hay algo más que agradecer y es la sinceridad con la que siempre me has hablado sin importar la situación. Gracias por todo tu cariño y comprensión. Te Quiero Mucho

A DAY:

Eres una persona que transmite mucho optimismo y eso me ha ayudado a afrontar las dificultades de otra manera. Te agradezco muchísimo todo tu apoyo y consejos en los momentos difíciles, que han sido muchos, pero siempre has estado conmigo. Te Quiero y Te Admiro Mucho porque a pesar de muchas cosas sigues siendo fuerte.

A ROSARIO:

Tus consejos, tu risa y tu apoyo siempre han llegado en el mejor momento. Gracias por darme tu amistad y por abnirme un espacio en tu vida. Eres un ser humano increíble y una mujer admirable. Te Quiero Mucho

A LA MAESTRA AZUCENA ROMO †:

Porque sin duda alguna nos mostró una forma muy diferente de ver la vida, estoy segura que su filosofía esta en la mente y en el corazón de todos

aquellos que tuvimos la fortuna de conocerla. Con Todo Mi Respeto y Admiration.

A MI ABUELITA MARÚ:

Gracias porque eres un gran ejemplo de optimismo y de lucha por salir adelante, aún en situaciones difíciles. Eres un gran ejemplo no solo para mí sino para toda la gente que te conoce. Te Quiero

A MIS TÍOS VICTOR, ALEJANDRA, MARÚ Y MARCELA:

Por todos los consejos que he recibido de ustedes a lo largo de mi vida y porque siempre se han preocupado por mí.

A Luis Bolaños † y Jorge Solís †:

Muchas gracias porque siempre estuvieron conmigo y fueron parte muy importante de mi familia.

A MI TÍA MARISSA Y A LEÓN:

Gracias por tomarse el tiempo de leer mi trabajo y hacerle los ajustes y correcciones necesarios, todas sus aportaciones me ayudaron mucho al enriquecimiento de este trabajo.

A MI ASESOR FELIPE RODRÍGUEZ DURAN:

Muchas gracias por todas su apoyo en la realización de este trabajo, todos y cada uno de sus comentarios sirvieron para irlo mejorando. Gracias por su tiempo

A TODOS MIS PRIMOS:

Por millones de momentos de diversión y juego, por sus consejos, su apoyo y su compañía a lo largo de mi vida. Los Quiero Mucho a Todos.

A EYDER:

Por tu perseverancia. ¡Lo lograste!

A todas las personas que han estado conmigo en todas las etapas de mi vida, ya sean maestros, amigos o familiares. Gracias a sus enseñanzas he logrado alcanzar esta gran meta que en algún tiempo me pareció muy lejana. Están conmigo siempre.

ÍNDICE

I. Introducción	1
II. Justificación	3
Capítulo 1	
Educación y Educación Sexual	9
1.1 Marco conceptual de la educación	9
1.2 Tipos de educación	10
1.2.1. Educación formal	10
1.2.2 Educación no formal	11
1.2.3 Educación informal	13
1.3 Educación sexual	13
1.3.1 Educación sexual formal	16
1.3.2 Educación sexual informal	20
1.4 Importancia de la educación sexual	22
1.5 Finalidad de la educación sexual	24
Capítulo 2	
La Capacitación	27
2.1 Ciclo de capacitación	28
2.2 Tipos de capacitación	29
2.3 Detección de necesidades de capacitación	31
2.4 Las cinco Herramientas Fundamentales del Instructor	33
2.4.1 La Carta Descriptiva	33
2.4.2 Guía para los Participantes	34
2.4.3 Manual del Participante	34
2.4.4 Materiales audiovisuales, apoyos y herramientas de comunicación	35
2.4.5 Material bibliográfico	35
2.5 Ejecución de la capacitación	35
2.6 Evaluación de los resultados de la capacitación	36

Capítulo 3

Perspectivas del Adolescente y su Sexualidad	39
3.1 La adolescencia	42
3.2 Características de los adolescentes	44
3.3 Los adolescentes y su sexualidad	46
3.4 Sexo y sexualidad	46
3.5 El adolescente actual	49
3.6 Psicoanálisis del adolescente	49
3.7 Las relaciones sexuales	52
3.8 Resultados de la encuesta nacional de la juventud 2000.	53

Capítulo 4

El personal docente en la Educación Sexual	57
4.1 La formación de los docentes	57
4.2 El perfil del docente	60
4.3 Importancia de la función del docente como educador sexual	63
4.4 Escuela, docentes, adolescentes y educación sexual	67
4.5 Metodología y técnicas didácticas	70

Capítulo 5

Propuesta de Capacitación para el Personal Docente

Primera parte: Contenidos, Educación Sexual	73
5.1 Aspectos biológicos de la sexualidad	73
5.2 Anatomía sexual	75
5.3 Fisiología sexual	86
5.4 Ciclo de la respuesta sexual	86
5.5 La fecundación	93
5.6 Parto	98
5.7 Esterilidad	99
5.8 Métodos anticonceptivos	100
5.9 Aborto	106
5.10 Autoerotismo	108
5.11 Enfermedades de transmisión sexual	109
5.12 La autoestima	112
5.13 El género	114
5.14 La orientación sexual	115
5.15 Abuso sexual	117
5.16 Aspectos psicológicos de la sexualidad	118

5.17 Aspectos sociales de la sexualidad	119
5.18 Introducción a la propuesta	125
5.19 Propósitos generales de la propuesta	126
5.20 Metodología del curso	126
5.21 Tabla de contenidos	126
5.22 Carta descriptiva del curso de educación sexual:	127
5.23 Bloques de contenido – Objetivos específicos – Experiencias de aprendizaje – Evaluación – Material didáctico	131
5.24 Disposiciones generales.	141
5.25 Inventario de recursos	142
Conclusiones	143
Referencias Bibliográficas	145
Bibliografía	149
Glosario	153
Anexos	157

I. INTRODUCCIÓN

El tema que se presenta se enfoca en resaltar la preparación que debe tener el profesor en lo relativo al tema de educación sexual, para que a su vez pueda otorgar una buena instrucción y formación a adolescentes de entre 12 y 15 años. Ya que considero que es una edad clave para que puedan recibir información útil y veraz para su propia formación de carácter sexual y personal. Asimismo se propone un curso de capacitación para docentes que abarque los principales temas acerca de Educación Sexual.

Se establece que es necesario reforzar las técnicas y los métodos para la instrucción que ofrecen los maestros, ya que de esto depende que los adolescentes capten con mayor amplitud y profundidad los temas relevantes para su formación personal, sexual y también lo referente a la propia salud. Ya que en la actualidad se perciben carencias y lagunas importantes en este tema.

El problema relativo al tema de la sexualidad en la educación es de suma importancia, debido a que en la mayor parte de nuestras escuelas e instituciones de educación se le ignora y se le adultera con más frecuencia que en cualquier otra rama de la instrucción; en la realidad se imparten pocos cursos de educación sexual en comparación con otro tipo de materias como matemáticas, literatura, entre otras.

Los jóvenes viven su adolescencia enfrentándose al mismo tiempo a los cambios físicos y psicológicos propios de su edad, así como a compromisos sociales que son característicos de los adultos, como son la manutención familiar, el trabajo, el embarazo y la paternidad.

En el presente trabajo proponemos mecanismos para que los maestros tengan las bases y los elementos teórico - prácticos y puedan otorgar una buena educación sexual a los adolescentes con base en un programa de capacitación.

II. JUSTIFICACIÓN

Se considera necesario que los docentes se encuentren bien preparados para que puedan dar una buena educación sexual a los adolescentes. Como también lo es que cuenten con un curso bien planteado para abordar los tópicos relativos a la Educación Sexual.

Asimismo, es fundamental reforzar tanto los conocimientos como los métodos de los docentes, con la finalidad de que los jóvenes tengan una buena información e instrucción y ésta les ayude a conformar un criterio propio apegado a una realidad actual.

La relación de este tema dentro del campo pedagógico, puntualiza la importancia de la capacitación docente en cuanto a métodos y técnicas didácticas, con la finalidad de que el alumno reciba de la mejor forma información referente a sexualidad.

Es necesario hacer énfasis en el tipo de educación sexual que están recibiendo los adolescentes y el papel que juegan los docentes en este proceso de comunicación e instrucción, para ello abordaremos temas que nos ilustren respecto de la educación sexual, asimismo es de igual importancia el método y la forma en que los profesores deban enseñar.

Así tenemos que los jóvenes se encuentran en una etapa de transición en donde aún no encuentran su propia identidad, desconocen lo que en realidad quieren y buscan. Su cuerpo comienza a sufrir cambios fisiológicos que traen como consecuencia importantes desequilibrios emocionales que les producen dudas e incertidumbre respecto a su estado presente y a las enseñanzas adquiridas en el pasado. Uno de los aspectos que más les preocupa es el de su sexualidad, siendo este el cambio más importante que se manifiesta en esta etapa de la vida.

Los integrantes de la familia son las primeras personas de las que se recibe la educación y por tanto son los responsables de informar acerca de los aspectos sexuales, no obstante, la mayor parte de las familias ceden ésta y otras responsabilidades a las instituciones educativas.

Gran parte de estas instituciones dejan de lado aspectos importantes de información, es por esta razón que los adolescentes conocen algunos temas pero no profundizan en ellos, creando como consecuencia una distorsión del conocimiento.

Algunos adolescentes pueden hacer una búsqueda acerca de la instrucción sexual en otras fuentes distintas de los colegios, internados y universidades, otros han tenido la suerte de encontrarse con información sexual sana y sólida de un tipo superior, pero la mayoría reciben información escasa y tendenciosa, alejada la mayor de las veces del hecho social y científico real.

Este es el contexto, en el que se plantea nuestro tema objeto de estudio de la presente tesis.

A continuación se presenta el contenido de los capítulos:

En la primera parte analizamos el marco conceptual de la educación con base en la perspectiva de Francisco Larroyo. Asimismo se revisan los diferentes tipos de educación, tanto la formal, como la no formal y la informal, a partir de la perspectiva de Luzuriaga Lorenzo, todo esto para dar un antecedente y un marco de nuestro tema fundamental: la educación sexual.

Respecto al tópico de la educación sexual, analizamos los conceptos de Ferrer Ferran, Hiriart Riedemann Vivianne, que son autores que manejan el tema desde una perspectiva integral, esto es, bio-psico-social. Lo que nos parece fundamental para el tratamiento del tópico que estamos resaltando, estos escritores mencionan que la educación sexual trata de impartir una información progresiva y adecuada de lo que es la sexualidad humana para su formación, tanto en lo biológico como en lo afectivo-social. Se debe pugnar por la realización de una sexualidad plena y madura que permita al individuo una comunicación equilibrada con su contraparte, dentro de un contexto de afectividad y responsabilidad.

En el capítulo segundo se estudian los temas que tienen que ver con la capacitación, ya que es parte fundamental de los recursos con que debe contar el profesor para efectos de desempeñar una buena labor tanto informativa como formativa. También incluimos los temas acerca de las herramientas que requiere el facilitador para proceder a dar una buena capacitación. Tema importante es el contenido de una carta descriptiva.

En el capítulo tercero observamos que la sexualidad es entendida como una dimensión global que afecta por entero a la totalidad de la persona. La sexualidad existe desde el nacimiento y está implicada activamente en el desarrollo, evolución, equilibrio emocional de la persona y en su estabilidad afectiva. En las relaciones interpersonales, en las parejas y matrimonios tiene una gran importancia. Por tanto separar la sexualidad del resto de la personalidad, supone sacar a la persona de su realidad concreta y vivencial. Aquí hacemos referencia de los autores Kirkendall A. Lester y Rubin Isidoro.

Y es aquí, donde relacionamos al adolescente con la sexualidad, ya que durante la juventud, los cambios en la estructura física, las experiencias corporales y las nuevas sensaciones y urgencias son tan drásticas, que la imagen real del propio cuerpo se desconoce. El adolescente está preocupado y puede sentirse perturbado por estos cambios. Cualquier pequeña diferencia o defecto producen una considerable preocupación y son pocos los que se dan cuenta de que hay una gran diversidad dentro de lo que es considerado como normal.

En la actualidad una nueva concepción de la educación sexual va extendiéndose poco a poco hacia una mayor normalidad. En otros países ese proceso ya se ha dado, de tal manera que, más que de prevención, ya se comienza a hablar de promoción de la salud sexual.

La sexualidad humana comprende un conjunto de fenómenos psicosociológicos de gran importancia para la persona y para la sociedad. Se encuentra vinculada a la afectividad y a los valores, ampliando su esfera más allá de la función reproductora y de la mera genitalidad, y queda englobada en un ámbito más amplio del erotismo.

En la actualidad la necesidad de informar acerca de sexualidad en las escuelas no se cuestiona, ya que la educación sexual se hace imprescindible. La

falta de conocimiento, en general, respecto de la conducta sexual humana contrasta con la literatura sobre el tema, que desde distintos medios llega a nuestras manos.

En el capítulo cuatro analizamos el perfil del docente que procede a dar educación sexual a los jóvenes, vemos que la relación entre el docente y alumno es fundamental para el buen desarrollo del aprendizaje y para que el curso tenga resultados favorables; se resaltan algunas características que es conveniente fomentar en el facilitador.

En el capítulo cinco vemos que la sexualidad está íntimamente relacionada con la salud, entendiendo ésta como fomento del desarrollo óptimo del bienestar de la persona y de la comunidad.

Se trata de vivir lo mejor posible, lograr una mayor calidad de vida, lo que supone un cambio de actitudes, hábitos y estilos de vida. En este contexto debemos prestar la mayor atención a una alimentación sana y equilibrada, al descanso, al ocio, al tiempo libre y a la vivencia de relaciones humanas satisfactorias.

Es por eso que analizamos los temas siguientes: embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, el problema del sida, ya que constituyen razones importantes para comprender lo necesaria que resulta la información respecto de Educación Sexual de los niños, niñas y adolescentes.

Por tanto la sexualidad y la salud están estrechamente vinculadas a la calidad de vida.

La propuesta es una invitación a la reflexión y a la toma de decisiones por parte de los educadores. Una sugerencia a que éstos, poco a poco, se responsabilicen de una tarea que legítimamente les compete y de la que no deben excluirse ya que, si no lo hacen, otros lo harán en su lugar.

En este sentido, nuestra prioridad es ayudarles en este cambio, señalándoles los diferentes recursos personales que disponen y otros recursos de apoyo a su labor educativa. Aclaramos que el trabajo que se presenta es una investigación documental, ya que se revisaron y analizaron libros, revistas, discos compactos, manuales, folletos, y diferentes cursos, para desarrollar el

análisis y la síntesis de los diferentes temas que se están abordando. Con lo que respecta a la detección de necesidades de capacitación (DNC) determinamos que dados los alcances de nuestra tesis, sólo se hará referencia en el marco teórico en qué consiste esa actividad, por ende no se aplicará un examen práctico del mismo.

El planteamiento que se hace, queda exclusivamente como una propuesta de capacitación para los docentes.

CAPÍTULO 1

EDUCACIÓN Y EDUCACIÓN SEXUAL

1.1 Marco conceptual de la educación

Dentro del proceso social de todos los grupos sociales existe un ámbito de suma importancia: la educación, misma que es vista como una actividad imprescindible para lograr que las siguientes generaciones continúen con los proyectos iniciados por sus antecesores y como esfuerzo para garantizar que el grupo humano que recibe educación tenga un mejor futuro.

Francisco Larroyo nos dice que:

“La educación es un proceso por obra del cual las nuevas generaciones se apropian los bienes culturales, sociales de una comunidad; un hecho gracias al cual niños y jóvenes entran en posesión de conocimientos científicos y formas de lenguaje, costumbres morales y experiencias estéticas, destrezas técnicas y normas de vida. Sin educación, el hombre quedaría adscrito al medio natural como animal irracional. El hombre vive educándose y es así como ha recorrido la distancia que va del hombre primitivo a la civilización. La educación es una realidad social permanente.” (Larroyo, 1971, p. 39 y 40) * 1

En cambio, para Luzuriaga, la educación es: “Una actividad que tiene como fin formar y dirigir la vida humana para que ésta llegue a su plenitud, es un hecho, una realidad con la que nos encontramos en la vida tanto los individuos como la sociedad. Y en tanto ahora como desde que existe el hombre” (Luzuriaga, 1990, p. 126) * 2

Para Luzuriaga existen varios tipos de educación:

“La espontánea, que se realiza por medio del medio ambiente o contorno del hombre sin un propósito definido que influye en él formándolo o deformán-

dolo, la educación intencional, que es la verdadera se ejerce por las personas adultas sobre los jóvenes con el fin de facilitar o fomentar su desarrollo y la educación individual que se realiza sobre una persona con la misma finalidad." (Luzuriaga, 1990, p. 126) * 3

Para Nassif la educación es: "...una influencia externa que configura al individuo, una educación es un desarrollo interior que hace que el individuo se configure a sí mismo (auto educación) y la educación es un proceso que proporciona al individuo los medios para su propia configuración (unión de hetero y auto educación)" (Nassif, 1958, p. 89) * 4

Para Freire la educación es un proceso dinámico, un proceso de acción de parte de los sujetos, concluyendo así que educación es un producto de la praxis (práctica), no es sólo reflexión sino una actividad orientada a transformarla a través de la acción humana.

Durkheim tiene otro modo de ver la educación, ya que la percibe como "el conjunto de influencias que la naturaleza o los demás hombres puedan ejercer, bien sea sobre nuestra voluntad." (Durkheim, 1998, p. 67) * 5

Por tanto la educación es tanto la adquisición de conocimientos como de altos valores sociales emitidos en competencia con los sistemas publicitarios o políticos. Es decir, la educación es un fenómeno que consiste en la transmisión de valores, normas, tradiciones y actitudes; proceso que se realiza en el interior de la misma sociedad y del individuo.

1.2 Tipos de educación

Existen tres tipos de educación: educación formal, educación no formal y educación informal. A continuación se presenta un análisis.

1.2.1. Educación formal

Educación formal (*escolar*), se diferencia de la educación no formal en que es impartida en instituciones (escuelas) por docentes permanentes que cuentan con un currículo determinado. Este tipo de educación se caracteriza por

su uniformidad y una cierta rigidez, con estructuras verticales y horizontales (clases agrupadas por edad y ciclos jerárquicos) y criterios de admisión de aplicación universal. Esta educación se diseña para ser universal, secuencial, estandarizada e institucionalizada y garantizar una continuidad. Es la que más claramente se identifica en el sistema educativo como responsable directa de ejercer la función educativa con métodos y objetivos abiertamente definidos.

La educación en México, desde los niveles preescolar hasta superior ha sido instrumento importante del Estado para constituir a la sociedad. "Las normas, valores, actitudes y prácticas que enseña, aunque se aprenden en la familia y a través de los medios, son transmitidos predominantemente por la escuela, pues ningún otro aparato ideológico del Estado dispone de asistencia obligatoria, ni del número de horas diarias, ni de los años con que cuenta la escuela para su práctica ideológica". (Althusser, 1ª época, p. 19) * 6

1.2.2 Educación no formal

La educación no formal es una educación institucionalizada con objetivos y métodos pedagógicos no definidos, no circunscrita a la escolaridad vigente, esto es, sin la jerarquía reglamentada de grados académicos propia de la educación formal.

También se organiza fuera del marco de las instituciones de educación tradicional y atiende el mejoramiento de la vida social o al desarrollo de destrezas ocupacionales específicas, alejándose de los planes curriculares convencionales.

"Hablar de educación de niños y adolescentes es hablar de familias ya que es a éstas a quien por derecho y obligación compete la educación de los hijos. Es en el seno familiar en donde el ser humano inicia su educación, y es a los padres a quienes corresponde la eventual responsabilidad de enviar a sus hijos a una escuela y luego compartir con ella su instrucción y educación." (Vázquez, 1998, p. 9) * 7

Educación, para los padres de familia significa instrucción, es la que se ofrece en las escuelas; por otro lado, significa también dotar al adolescente de

maneras sociales, de convivencia. Es por eso que los padres cumplen con la tarea educativa de dos maneras:

- Enviando al niño y adolescente al colegio
- Enseñándole conceptos de civismo

Educar requiere de planeación y de estrategia, lo que significa fundamentalmente:

- Poseer una filosofía básica
- Tener objetivos educativos
- Contar con técnicas educativas para llevar a cabo esos objetivos
- Fomentar actitudes ante la tarea educativa

La verdadera educación y la instrucción en su sentido más amplio será precisamente el transmitir a los jóvenes una actitud ante el mundo, ante lo social; si los padres, maestros y educadores no poseen ideas precisas, definidas y firmes, si no poseen una filosofía fundamental de vida, difícilmente podrán transmitir esto a los adolescentes, y en ausencia de ello se dejará a la escuela, o al contexto social, que los cubran de manera superficial y con poca efectividad.

En la escuela se enseñan valores universales, pero es a la familia a quien más compete la tarea de transmitir al niño y al joven formas responsables de conducirse. Claro que se pretende por varios caminos que todos estos elementos referentes a la formación de las personas sea integral, que colaboren los padres, la escuela, los maestros, los alumnos, entre otros.

Con base en ello, dirigimos nuestra inquietud acerca de plasmar una buena educación, y en particular una idónea educación sexual para los jóvenes, haciendo hincapié en el hecho de que una pieza clave lo son los docentes, ya que está en sus posibilidades llegar con información y mensajes precisos para que los adolescentes capten con claridad todo el contexto relativo a su sexualidad, y por tanto la vivan de manera responsable.

1.2.3 Educación informal

Es todo aquel conocimiento libre y adquirido de manera espontánea a través de personas, entidades, medios de comunicación masivos, medios impresos, tradiciones, costumbres, comportamientos sociales y otros no estructurados.

Luzuriaga concibe a esta educación como "espontánea." (Luzuriaga, 1960, p. 126) * 8

La televisión puede ser un medio de educación informal para la juventud, ya que, como dice Popper "Los adolescentes reaccionan a lo que ven comportándose de manera más violenta, adquiriendo creencias y valores que le señalan al mundo como un lugar maleado y peligroso en donde los actos violentos deben ser admirados". (Popper, 1980, p. 92) * 9

Es decir, la televisión educa de cierta manera porque los adolescentes captan toda la información mala o buena que transmite, para hacer uso de ella en su vida diaria.

1.3 Educación sexual

Si hablamos de educación sexual debemos tener en cuenta que nos referimos a un proceso educativo y no informativo, lo cual es diferente, ya que la información es sólo el instrumento para llegar a la educación. Si el proceso se queda sólo en el plano de la información no sirve, por lo anterior, podemos asegurar que la educación no ha tenido lugar.

Estar educado significa, en términos generales, poder resolver satisfactoriamente cualquier circunstancia.

A continuación se plasman diversas definiciones de lo que es la educación sexual, de acuerdo con diversos autores:

"La educación sexual consiste en una completa y veraz información sobre todo lo que atañe al sexo, en un clima de absoluta libertad, de respeto por el niño, de lealtad, de ternura." (M. Bernardo, 1991, p. 45) * 10

“La educación sexual será el conjunto de aprendizajes que permiten el buen desarrollo de las capacidades sexuales, su coordinación con las otras facultades y la consecución de una buena interrelación con las personas que resultan estimulantes para su condición sexuada y sexual, consiguiendo altos niveles de espontaneidad y comunicación, y también de respeto y estima”. (F. Boix, 1978, p. 56) * 11

“La educación sexual es, fundamentalmente, una educación planeada para promover nuevas actitudes y comportamientos adultos que garanticen la formación de hogares felices, el establecimiento y desarrollo de familias”. (H.F Kilander, 1980, p. 89) * 12

“Consiste en la enseñanza tendiente a desarrollar la comprensión de los aspectos físico, mental, emocional, social, económico y psicológico de las relaciones humanas en la medida que afectan las relaciones entre hombre y mujer”. (America School Heath Associaton, 1994, p. 89) * 13

“La Educación Sexual es la parte de la educación general que incorpora los conocimientos bio-psico-sociales de la sexualidad, como parte de la formación integral del educando. Su objetivo básico es lograr la identificación e integración sexual del individuo y capacitarle para que cree sus propios valores y actitudes que le permitan realizarse y vivir su sexualidad de una manera sana y positiva, consciente y responsable dentro de su cultura, su época y su sociedad”. (Instituto Nacional de Educación Sexual.1994, p. 17) * 14

Como se puede observar en este conjunto de definiciones, cada uno de los autores considera la educación sexual desde una perspectiva diferente, aunque con coincidencias importantes. Entre las cuales podemos mencionar las siguientes:

La Educación Sexual es:

- Información acerca de la sexualidad
- Madurez y desarrollo de la persona
- La pretensión de la capacidad amorosa o afectiva
- La búsqueda del equilibrio, físico y mental
- Planteamiento de la integración del individuo en su contexto social
- La posibilidad de abordar un cuadro de salud mental

Así tenemos que la educación sexual debe ser: (Ferrer, 1992, p. 38) * 15

- Una instrucción: "En general, la instrucción, cuando se compara con la educación, viene a ser la supeditación de la comunicación a un término objetivo".
- Una formación: "Por nuestra parte consideramos la formación como la instrucción bien asentada, que es parte del patrimonio personal, ya que acerca de ella se ha hecho una tarea de recreación e integración. La diferencia con la educación se mantendría por el hecho de no llegar a todas las facetas de la personalidad. La formación permite resultados concretos, mientras que la educación presupone un proceso que es inacabado y permanente".
- Un perfeccionamiento: "La palabra perfeccionamiento tiene un sentido dinámico, es decir de proceso en el cual está sumergido un ser, que aún no ha llegado a nada definitivo pero que tiende a la perfección".

La sexualidad humana comprende un conjunto de fenómenos psicosociológicos de gran importancia para el adolescente y para la sociedad. Se encuentra vinculada a la afectividad y a los valores, ampliando su esfera más allá de la función reproductora y de la mera genitalidad y queda englobada en un ámbito más amplio que el del erotismo.

La educación sexual trata de impartir una información progresiva y realista de lo que es la sexualidad para su formación, tanto en lo biológico como en lo social. Debe perseguir la realización de una sexualidad plena y madura que permita al individuo una comunicación con su contraparte. Por tanto se considera a la sexualidad como una experiencia de comunicación entre dos personas y no sólo como un mecanismo de reproducción de la especie humana.

Información sexual: es un aspecto de la educación sexual que consiste en contestar con verdad, sencillez y precisión a las preguntas que realizan los jóvenes y en proporcionarles los conocimientos adecuados a su edad. Los modos de información pueden ser:

- a. *No verbal*, que se realiza al contemplar espontáneamente las diferencias sexuales entre padres y hermanos.

- b. *Verbal familiar*, que es efectiva cuando se informa adaptándose a la edad, se responde sin ir mucho más lejos de lo que el adolescente solicita y se asigna a cada pregunta su nombre correcto.
- c. *Científica*, es una instrucción sistemática y programada, cuyos contenidos básicos serían el aparato reproductor, la higiene sexual y los aspectos psicobiológicos de la relación y complementación humana.
- d. *La social*, por jugar un papel importante dentro del desarrollo del adolescente.

La familia es importante manejar de manera gradual la información científica y sistemática, aunque esto no siempre es posible debido a que esta condicionado por el nivel cultural que la familia tenga.

En caso de ausencia por parte de algunos de los que deben o debieran intervenir en la formación sexual de los niños y adolescentes, es de suma importancia el suplir de una u otra forma, por parte de la escuela (docentes), o por parte de los padres la carencia o las deficiencias de educación sexual.

Esto con la finalidad de que se cubra de manera eficiente y oportuna la formación que deban recibir los niños y jóvenes en estos aspectos.

1.3.1 Educación sexual formal

“La educación formal implica la transmisión de información objetiva, libre de mitos y tabúes, que permita a los jóvenes crearse una idea personal, a partir de sus propios valores e intereses. Les da la oportunidad de tomar decisiones congruentes con ellos mismos. Tiene objetivos específicos, está estructurada y es no valorativa.” (Hiriart, 2001, p. 44) * 16

En general, en la escuela se intenta dar este tipo de educación; se trata de transmitir ciertos conocimientos que sean útiles para la vida presente y futura de los individuos. Los programas educativos incluyen aspectos sobre sexualidad para tratarlos de manera formal; se habla de los aspectos biológicos y de la reproducción humana que constituyen la información básica. Sin embargo, dadas las necesidades específicas de los adolescentes y del periodo de la vida por el que atraviesan, éstos no son suficientes.

Se necesita abarcar más contenidos, como los aspectos emocionales, la atracción física, las sensaciones que provocan los cambios, cómo afectan en la imagen que tenemos de nosotros; una buena educación sexual logra que la persona vea su sexualidad como algo más amplio que la gentilidad y la reproducción, así como que el individuo reflexione de manera integral, acerca de las diferentes facetas, las cuales tienen que ver con la sexualidad.

También considero necesario tocar otros temas fundamentales para que los jóvenes tengan un panorama amplio, real y objetivo de los sucesos que se viven en la actualidad. Son tópicos que en algunas instituciones de educación se han estigmatizado como fuertes, pero que es necesario abordarlos para que se tenga un contexto real. Estos temas imprescindibles, son los siguientes:

- Métodos anticonceptivos
- Enfermedades de transmisión sexual
- Relaciones sexuales
- Aborto
- Autoerotismo
- Diversidad sexual: Heterosexualidad, homosexualidad, bisexualidad
- Salud mental
- Divorcio
- Abuso sexual

Cuando se ofrece educación relativa a la sexualidad es necesario abarcarla en su totalidad, ya que si se aborda como un aspecto segmentado del individuo será más difícil que éste la asimile, la entienda y la integre a sus experiencias y esquemas anteriores, es como si en la carrera de medicina uno se contentara con estudiar cada órgano por separado; sería después muy complicado entender el funcionamiento del conjunto. Un brazo puede estudiarse como un miembro independiente, tiene músculos, nervios, venas, huesos, etc., pero está unido a un cuerpo, recibe señales del cerebro, es irrigado por sangre que pasa por los pulmones y el corazón; no es algo tan independiente. Lo mismo pasa con la sexualidad, cuando se le extrae del contexto y se analiza como algo totalmente aparte del resto de la persona, pierde sentido y se dificulta su comprensión, pues indudablemente forma parte de un todo.

El hecho de que la educación sea formal no quiere decir que sea rígida e inflexible. Lo formal se refiere a que debe tener metas específicas, cierta estructura y ser lo más neutral y objetiva posible. Su estilo de formación debe dar lugar a la reflexión, a la discusión, al intercambio de ideas y a comentar los aspectos psicológicos, los intereses y las dudas que surgen en los adolescentes con cada tema. Se puede hablar de preocupaciones más personales, digamos, las expectativas en las relaciones interpersonales, del noviazgo y del por qué están estigmatizadas las enfermedades de transmisión sexual. Más allá de explicar cuáles son los síntomas de la gonorrea, por ejemplo, es importante hablar de todo lo que la rodea, sus implicaciones, qué puede hacer la persona y cuáles son las consecuencias de no atenderse.

Es probable que cuando el adolescente sospecha estar infectado no acuda al médico por el temor a que sus padres se enteren de que ha tenido contactos sexuales o quizás por sentir vergüenza de que el médico revise sus genitales o por tener que explicar cómo presupone que se contagió; es posible también que la persona no busque ayuda porque ignora que existen tratamientos que la pueden curar.

La información clara, dará sin duda muchas más herramientas al adolescente y lo ayudará a formar su criterio; no es suficiente decirle que existe la gonorrea y que debe cuidarse. Muchas veces los jóvenes tienen avidez por resolver dudas específicas y hablar de aspectos personales y prácticos; sin embargo, los docentes nos quedamos en cuestiones generales. Lo cierto es que cuando el adolescente tiene la oportunidad de hacerlo, se acerca a comentarle al docente situaciones concretas e íntimas de su vida en busca de orientación. Y es aquí precisamente donde el educador debe estar bien informado, para ilustrar y aconsejar de manera profesional las inquietudes del joven.

Es importante que la educación de la sexualidad, formal y estructurada, tenga un espacio y un tiempo específicos, y se deje a cargo de una persona que posea los conocimientos necesarios y el perfil idóneo para hacerlo. También es conveniente organizar los temas en sesiones, siguiendo una secuencia lógica que permita al educando asimilar la información de manera adecuada. Por ejemplo, si se va hablar de anticoncepción, sería importante que antes los adolescentes tuvieran nociones de cómo se lleva a cabo la concepción, y para ello sería necesario hablar un poco de anatomía.

También es importante preparar anticipadamente la sesión y saber cómo se va a llevar a cabo, cuáles son sus objetivos y cómo pueden alcanzarse.

Al momento de estar en sesiones de Educación Sexual es posible que lo que funciona con un grupo no tenga el mismo efecto con otro, o que en determinado contexto haya que abordar el tema desde otra perspectiva. Lo importante es planear anticipadamente todo el programa de instrucción que se les dará a los alumnos.

El Consejo Nacional de Población menciona tres puntos básicos en la estrategia para conseguir integralmente los propósitos de la educación de la sexualidad: (Hiriart, 2001, p. 44) * 17

1. Promover la toma de conciencia
2. Mostrar y propiciar una actitud de compromiso
3. Buscar la ejecución de la acción

Estos tres puntos contribuyen a que el individuo adquiera conciencia de su propia sexualidad, para ser capaz de entender una posición activa frente a ella, esto es, que sea él mismo quien decida respecto de su sexualidad y que la asuma como una parte íntegra de sí mismo.

El segundo punto implica crear compromisos, tanto en los individuos como en las instancias responsables, acerca de la necesidad de impartir educación respecto de la sexualidad y de las funciones que cumple, así como de la necesidad de que los educadores estén capacitados para ello; no se trata de hablar simplemente sobre sexualidad. Sólo estando conscientes del lugar que ocupa la sexualidad en la vida de todo ser humano y habiendo asumido la propia será posible comprometerse y hacerse responsable de ella.

Por último, la ejecución de la acción implica no dejar que esta información se convierta en el recuerdo de haber escuchado unas charlas, sino asimilar realmente la información para que pueda cumplir su función: que el individuo tenga un mayor conocimiento de sí mismo, que pueda desarrollarse de manera íntegra y que aprenda a vivir su sexualidad de una manera consciente y responsable.

1.3.2 Educación sexual informal

"En la adolescencia, la educación informal es el medio principal de aprendizaje sobre la sexualidad. La mayor parte de la información que reciben los jóvenes acerca de los cambios corporales que están viviendo, así como de la respuesta sexual y de las relaciones interpersonales y sexuales, proviene de sus compañeros o de su grupo de amigos." (Hiriart, 2001, p. 44) * 18

Todos estos mensajes suelen acompañarse de mitos y datos falsos tomados como verdades que sirven de base a comportamientos actuales y futuros; incluso muchos años después éstas creencias permanecen arraigadas. Por ejemplo, durante la adolescencia un hombre pudo haber aprendido entre sus amigos que si se tiene un pene grande se tienen mayores posibilidades de satisfacer a una mujer.

Durante su desarrollo, es posible que conscientemente sepa que esto no es verdad, sin embargo, ésta información puede seguir inquietándolo y, en el fondo, albergar la duda de que sea realmente cierto. Como éste, puede haber muchos otros casos relacionados con los múltiples mitos que se manejan cotidianamente y que, en lugar de aclararse, se refuerzan con diversos comentarios, bromas y actitudes.

Los padres, con quienes los adolescentes podrían dialogar al respecto, y que de hecho en algunas ocasiones serían la fuente idónea para dar respuesta a sus dudas, no siempre están dispuestos a hablar del tema. Esto puede deberse a distintas razones, como la falta de tiempo, de información o sus propias inhibiciones.

La educación de la sexualidad impartida por los padres tiende a ser restringida, acotada y determinada por los roles de género. El padre habla poco con sus hijas porque cree que esa labor le corresponde a la madre; ésta a su vez, espera que el padre hable con los hijos pero finalmente, ninguno de los dos habla realmente a fondo con ellos.

En general, la comunicación de las hijas, suele ser más amplia con la madre que con el padre. Para las hijas existe cierta ventaja porque como ellas menstrúan, la ocasión para hablar del tema se presenta naturalmente. No obs-

tante, la información que se les da se limita a los aspectos biológicos y de autocuidado y se dejan de lado los componentes emocionales y las dudas específicas que podrían inquietar al adolescente.

Los mensajes tienden a ser muy generales y pocas veces se presentan conversaciones sobre aspectos específicos que aclaren sus múltiples dudas.

Para los padres resulta mucho más difícil, por ejemplo, abordar las inquietudes de sus hijos sobre la transmisión del virus del sida o sobre las prácticas sexuales protegidas, que comentar la seropositividad de algún personaje famoso. Esto cuesta más trabajo, porque son temas que nos atañen personalmente; en ellos intervienen aspectos íntimos e implica que los padres acepten abiertamente la posibilidad de que sus hijos tengan ya algún tipo de actividad sexual.

En ocasiones, cuando los padres se sienten incapaces de abordar cierto tema que, sin embargo, les parece necesario que sus hijos conozcan, conviene que dejen claro ante sus hijos que les resulta imposible hacerlo; ahora bien, como el padre o la madre reconoce la necesidad de tratarlo, puede proponer que otras personas cercanas, como un orientador u otro pariente de muchísima confianza, los ayuden. Sin duda, esto tiene mejores efectos que evadir el asunto, o reprimir a los hijos cuando hacen preguntas sobre sexualidad.

La mayoría de los docentes, por su parte, llegan a considerar que la tarea de orientar a los alumnos en temas sexuales no es responsabilidad suya, por tratarse de cosas íntimas; por esta razón las dejan de lado y no hablan de ellas. El docente en muchas ocasiones se pregunta si realmente es su labor orientar en ese aspecto o si al hacerlo se estará entrometiendo en un terreno que no le corresponde.

Por otro lado, los padres esperan que en la escuela se les dé orientación sexual a sus hijos, y si los profesores dan por sentado que esa tarea corresponde a los progenitores, el resultado final es simplemente la ausencia total de educación sexual. La situación descrita provoca que el recurso más socorrido sean las charlas entre amigos y la experiencia personal directa, opciones que proporcionan la difusión de mitos, tabúes e información poco apegada a la realidad.

1.4 Importancia de la educación sexual

Se tienen muchas razones de tipo general y particular para justificar la Educación Sexual a continuación se comentan algunas que demuestran su importancia. Asimismo es una necesidad mundialmente reconocida. Organizaciones de ámbito internacional, así lo confirman.

“UNESCO: Es necesario canalizar el interés natural por la sexualidad para que el adolescente consiga su equilibrio personal y, al mismo tiempo, se le capacite para poder entrar en relación con los otros y adoptar relaciones sanas en el seno de la familia, de la escuela y de la sociedad”.(www.unesco.org, cita obtenida septiembre 2003) * 19

“OMS: Hace falta conceder una absoluta preferencia a la educación sexual de la colectividad para prevenir las dificultades y la falta de armonía en asuntos de conducta sexual”. (www.oms.org , cita obtenida en agosto, 2003) * 20

“CONCILIO VATICANO II: Hay que iniciarlos conforme avanza su edad en una positiva y prudente educación sexual.” (Ferrer, 1992, p. 38) * 21

La erotización de nuestra sociedad así lo demuestra. Este hecho que tiene, entre otras muchas consecuencias, el interés sexual más prematuro del joven y la obtención de visiones deformadas de la sexualidad, implica que haya una educación sexual que responda a sus inquietudes y que dé una visión diferente a este tema.

Para el ser humano su sexualidad es importante. Esta afirmación ha quedado demostrada ya anteriormente y lo que no se puede negar es que, dada esta importancia en su vida, es imprescindible que nos preocupemos de que viva la sexualidad de manera más positiva posible, procurando ayudarlo a superar, con naturalidad, los conflictos que se le presenten; es decir educando la sexualidad.

“La sexualidad es dinámica, se modifica a lo largo de la vida, al igual que cambian las percepciones y los valores. Además de los aspectos biológicos y del desarrollo, los factores socioculturales tienen un papel muy importante en esta transformación; su influencia puede ser positiva y proporcionar el desa-

rollo íntegro, pleno, del individuo, ser un vehículo de expresión y crecimiento personal, o, por el contrario, restringirlo y coartarlo.” (Hiriart, 2001, p. 31) * 22

Esto explica por qué es importante dar información a los jóvenes y tratar de formarlos de modo que puedan conocerse mejor, aceptarse y comprometerse consigo mismos y con los demás, esto los ayudará a tomar decisiones responsables que los lleven a cumplir sus metas. La sexualidad asumida y ejercida en libertad y con responsabilidad contribuye a la plenitud del desarrollo personal. En realidad lo ideal sería que se impartiera educación sexual en cada etapa de la vida, ya que surgen inquietudes específicas, las cuales deben tratarse de manera adecuada. La pubertad y la adolescencia no sólo tienen necesidades particulares que difieren de las de otras etapas de la vida, sino que dentro de ellas mismas las inquietudes pueden ser muy diferentes.

“Si bien la sexualidad no se inicia en la pubertad —pues es un rasgo que acompaña al individuo desde su nacimiento—, en esta etapa de la vida adquiere un significado distinto. El púber experimenta cambios emocionales y sociales que se dan con mucha rapidez e intensidad. Además, el individuo se enfrenta a un impulso biológico nuevo, el sexual, que deben aprender a regular. Esta etapa requiere un ajuste sexual para que la persona alcance la maduración y logre una adaptación satisfactoria; una educación de la sexualidad adecuada, global y congruente tiene efectos positivos en este proceso.” (Hiriart, 2001, p. 31) * 23

La adolescencia es un momento muy intenso para la formación e integración de la identidad del individuo como ser sexuado y social. Los contextos nuevos que se experimentan son muy diversos, los impulsos sexuales están presentes y no siempre se sabe cómo manejarlos, los cambios en la imagen corporal y social son tangibles, inminentes, y no se tiene ningún control sobre ellos. La incertidumbre y el cambio provocan ansiedad y angustia y los adolescentes constantemente se encuentran expuestos a estas emociones. Las situaciones nuevas y sin explicación nos provocan muchas dudas, miedos, incertidumbres, y también despiertan emociones y curiosidad por lo desconocido, cuando podemos explicarnos lo que sucede, es más fácil aceptarlo y vivirlo con naturalidad, disfrutar lo que de positivo pueda tener la situación, y encontrar opciones cuando sean necesarias.

Así, la educación sexual ayuda a que los individuos se sientan mejor respecto de su propio cuerpo y del de los demás, aumenta su seguridad, confianza y comodidad en las relaciones interpersonales. De igual manera, poder hablar abiertamente sobre sexualidad contribuye a disminuir la vergüenza. Se facilita entonces un proceso de comunicación más abierto, en el cual la relación entre padres e hijos, o entre alumnos y docentes, se beneficia.

1.5 Finalidad de la educación sexual

La educación sexual puede proporcionar una gran ayuda a los diferentes elementos que, de una manera o de otra, configuran el proceso de formación global del individuo. Es dentro de esta perspectiva que considero se puede hablar de importantes aportaciones futuras. De entre otras, podríamos señalar las siguientes como las más destacadas:

- a) Ayuda a consolidar la responsabilidad del individuo
- b) Ayuda a valorar el propio cuerpo tal como es
- c) Ayuda a comprender y a respetar a las personas con una sexualidad diferente
- d) Da elementos importantes al individuo, para que éste pueda establecer su escala de valores con conocimientos de causa.
- e) Ayuda a consolidar relaciones de confianza entre los niños, jóvenes, y los adultos. Esto conlleva, en consecuencia, el sentar las bases para aprender a establecer relaciones maduras con miembros de su comunidad, en las cuales pueda afrontar problemas serios sin temores.

De todas estas ventajas individuales, es seguro que la sociedad se beneficiará y, mediante estas proporciones, se irá consolidando de una forma más solidaria y sana.

“La educación sexual no es sólo un curso sobre reproducción, en el que se enseñe cómo se conciben y cómo nacen los niños. Tiene una amplia perspectiva; el ayudar a los jóvenes a que incorporen la sexualidad en forma más

cargada de significado en su vida presente y futura, el darle una cierta comprensión básica de prácticamente todos los aspectos para cuando llegue a su plena maduración, el ayudarlo a reconocer la existencia de diferentes patrones para que pueda interactuar en forma armónica con aquéllos cuyas normas difieran de las suyas, y el enseñarle a tener una actitud crítica al participar en discusiones de carácter ético." (Kirkendall, 1972, p. 27) * 24

En consecuencia, la aspiración de la educación debe ser la de indicar las inmensas posibilidades de satisfacción humana que ofrece y no en controlar o suprimir la expresión sexual.

Este enfoque indica la gran amplitud de la educación. Al mismo tiempo debemos ser realistas. Ningún educador puede lograr cambiar el clima moral de su comunidad, o hacer disminuir el índice de hijos o de enfermedades de transmisión sexual. Estos problemas son responsabilidad de la sociedad en su totalidad y ninguna institución por sí sola puede curar lo que la sociedad en su conjunto permite.

Se debe ser realista, también, acerca de lo que podemos lograr en un individuo determinado. Básicamente, en los adolescentes es un proceso de reeducación emocional. El cambiar actitudes que tienen sus raíces en la infancia, que reflejan siglos de condicionamiento social y que incluso son reforzadas por sanciones legales y por la opinión pública, requiere un proceso de reeducación.

Las actitudes tenaces no pueden alterarse mediante una educación sexual casual y superficial, sino que se necesita que un proceso de educación sea concebido en términos reconstructivos.

Si hemos de tener un verdadero diálogo con la juventud, tenemos que reconocerlo como un proceso en los dos sentidos. Si queremos que los jóvenes nos escuchen, nosotros también tenemos que escucharlos a ellos. No todas las conductas de los jóvenes son protestas contra nuestro código moral. A veces son protestas contra la hipocresía de los adultos, la doble moral, y en la realidad son esfuerzos para encontrar una moralidad que tenga significado en su mundo.

Un principio elemental de la sabiduría respecto la educación sexual, es el reconocer que estamos pasando por momentos de transición en los que tenemos que aprender a vivir con una gran variedad de opciones y de sistemas de valores en conflicto, relativos a la sexualidad, en el que cada individuo tiene que tomar muchas decisiones éticas. En tal situación el educador ya no puede proporcionar soluciones ya hechas y valores ya empaquetados, sino que tiene que enseñar a tener la capacidad y las actitudes que permitan tomar decisiones inteligentes en una sociedad en proceso de cambio.

CAPÍTULO 2

LA CAPACITACIÓN

El principal objetivo de la capacitación es que los docentes estén bien preparados para que puedan abordar su realidad con la información requerida. La capacitación es una función eminentemente educativa dentro de una sociedad, por lo cual se satisfacen necesidades presentes y futuras.

Hoy mas que nunca la profesión de la docencia enfrenta diversos retos y demandas. La tarea docente no se debe restringir a una mera transmisión de información, y que para ser profesores no es suficiente con dominar una materia o disciplina. El acto de educar implica interacciones muy complejas, las cuales involucran cuestiones, simbólicas, afectivas, comunicativas sociales, de valores, etc. De manera que un profesional de la docencia debe ser capaz de ayudar propositivamente a otros a aprender, pensar, sentir, actuar y desarrollarse como personas. Por ello, la formación de los profesores se ha ampliado considerablemente, incursionando en diversos ámbitos relativos a muy diferentes esferas de la actuación docente.

Aunque es innegable del carácter individual y endógeno del aprendizaje escolar, este no solo se compone de representaciones personales, sino que se sitúa asimismo en el plano de la actividad social y la experiencia compartida. Es evidente que el estudiante no construye el conocimiento en solitario, sino gracias a la mediación de los otros y en un momento y contexto cultural particular. En el ámbito de la institución educativa, esos "otros" son, de manera sobresaliente, el docente y los compañeros de aula.

2.1 Ciclo de capacitación

Desde diferentes perspectivas pedagógicas, al docente se le han asignado diversos roles: el de transmisor de conocimientos, el de animador, el de supervisor o guía de proceso de aprendizaje, e incluso el de investigador educativo. Al lo largo del presente trabajo sostendremos que la función del maestro no puede reducirse a la de simple transmisor de la información no a la de facilitador del aprendizaje, en el sentido de concretarse tan solo a arreglar un ambiente educativo enriquecido, esperando que los alumnos por si solos manifiesten una actividad autoestructurante o constructiva. Antes bien, el docente se constituye en un organizador y mediador en el encuentro del alumno con el conocimiento.

El profesor es mediador entre el alumno y la cultura a través de su propio nivel cultural, por la significación que asigna al currículo en general y al conocimiento que transmite en particular, y por las actitudes que tienen hacia el conocimiento o hacia una parte especializada del mismo.

Entender como los profesores median en el conocimiento que los alumnos aprenden en las instituciones escolares en un factor necesario para que se comprenda mejor por que los estudiantes difieren en lo que aprenden, las actitudes hacia lo aprendido y hasta la misma distribución social de lo que se aprende.

Es por ello que el ciclo de la capacitación es un proceso que nos va a indicar los pasos que se deben seguir, ya que si se llega a omitir alguno, es probable que no se dé una capacitación adecuada en el área precisa. El aprendizaje es un cambio del comportamiento, que ocurre día tras día en todos los individuos y es la capacitación la que debe tratar de orientar tales experiencias de aprendizaje hacia lo positivo y benéfico, y complementarlas y reforzarlas con actividades planeadas para que los adolescentes puedan adquirir conocimientos con mayor rapidez y desarrollar aquellas actitudes y habilidades que los beneficiarán a sí mismos, a su familia y en general a todo el contexto social en el que se desenvuelven, por consiguiente, la capacitación cubre una secuencia programada de eventos que pueden expresarse como un proceso continuo que ayuda a fortalecer los aspectos positivos.

El proceso de capacitación es un modelo de sistema abierto cuyos componentes son: (Mendoza, 1996, p. 56) * 25

Entradas. Participantes en la capacitación, recursos, información, habilidades, etc. Son las personas a las que se les va a dar la capacitación, los recursos que se van a emplear, entre otros.

Procesamiento u operación. Proceso de aprendizaje individual, programa de capacitación, etc. Es con lo que se va a trabajar, esto es, el material que se va a utilizar para la capacitación.

Salidas. Personal ya capacitado y habilitado, éxito o eficacia individual, entre otros. Constituye el personal que está bien preparado.

Retroalimentación. Es la evaluación de los procedimientos y resultados de capacitación, con base en medios formales o investigaciones sistemáticas. Se detectan nuevos errores y se corrigen.

En términos amplios, la capacitación implica un proceso compuesto de cuatro etapas:

1. Inventario de necesidades de capacitación (diagnóstico) (Anexo # 1)
2. Programación de la capacitación para atender las necesidades
3. Implementación y ejecución
4. Evaluación de resultados

Estas cuatro etapas forman un proceso ciclico.

Es muy importante seguir cada uno de los pasos para que nuestra capacitación sea en realidad buena, y de la mejor calidad posible, ya que si no se cuenta con capacitación excelente, sería como tirar los recursos invertidos y en vez de solucionar los problemas, seguir con los mismos o podrían aumentar y agravarse.

2.2 Tipos de capacitación

Existen muchos tipos de capacitación, se deben analizar cuidadosamente los tipos de necesidades que se tienen y así elegir el tipo de capacitación que convenga, en ocasiones resulta benéfico conocer los principales y tratar de implantar al menos uno o dos para tener mejores resultados. A continuación se exponen los principales tipos: (Dominguez, 1997, p. 53) * 26

Capacitación directa:

Clases. Éstas se caracterizan, por una enseñanza sistemática, dada por técnicos en la enseñanza, o sea, los propios maestros quienes en forma pedagógica, semejante a la empleada en los centros de estudios superiores, las proporcionan.

Una de las características de la enseñanza por medio de clases, radica además de la aplicación de métodos pedagógicos específicos, en que la exposición se realiza explicando detalles, permitiendo preguntas por parte de los alumnos o incitando a ellas, pidiendo la clase a los alumnos, dejándoles tareas que implican gran participación entre ellos.

La capacitación con base en clases suele darse en el marco de algunos de los métodos que se explican a continuación.

Cursos breves. Son los que se hacen en torno a un tema específico dentro de una materia más amplia; así, por ejemplo, un curso breve sobre análisis de balances, sobre simplificación de trabajo, sobre adiestramiento de vendedores, etc. La duración es variable, pero ordinariamente va de 8 a 30 horas.

Conferencias. Consisten en una exposición, con duración de entre 1 a 3 horas, la mayor parte de las veces seguidas de preguntas y respuestas, respecto de un tema que pueda ser tratado en ese tiempo. La diferencia con las clases, radica, no sólo en el tiempo o en el número de horas dedicado a ellas, sino, principalmente, en que la conferencia busca más producir un impacto, mediante recursos oratorios y medios audiovisuales, presentando algún tema con una panorámica más general, con la finalidad de promover en los oyentes el interés por investigar y seguir estudiando por su cuenta.

Método de casos. Se afirma que en la enseñanza de los aspectos administrativos, da muy buen resultado el método de casos, al grado de que este sistema es usado en la mayor parte de las universidades de Norteamérica, en algunas, en forma exclusiva. En la enseñanza para capacitación dentro de las empresas, por la experiencia que tienen los que han de capacitarse, este sistema representa un especial interés.

Fundamentalmente, este método consiste en considerar como base de la enseñanza un caso concreto, no inventado, sino tomado de la realidad de la propia empresa o de otras. Dicho caso se entrega anticipadamente por escrito a los alumnos y éstos deben llevar sus soluciones y discutir las en la siguiente sesión.

Capacitación indirecta:

Mesas redondas. Aunque pueden tener un gran número de aplicaciones, representan el mejor medio para el estudio de problemas prácticos.

Publicaciones. Las que de modo específico se editan para enseñar una materia determinada –sea en libros, en forma de panfletos, revistas entre otros, en general son medios para ayudar a otro sistema de capacitación directa. Por esto, aquí se refiere especialmente a las revistas o boletines que se dirigen al personal, con el objeto de llevarle información que resulte interesante, con base en éstos se aprovecha una o varias secciones determinadas para alguna enseñanza teórica. Lo fundamental en este tipo de capacitación, radica en que su tratamiento resulte interesante, e invite a su lectura.

Por tanto, son condiciones esenciales la brevedad de su extensión, la claridad del estilo, el uso de medios gráficos, fotografías, dibujos, etc., la división en párrafos pequeños, con encabezados que permitan darse cuenta del contenido del artículo y, por supuesto, la selección del tema, en forma tal, que resulte realmente de interés y no aburrido, para el grupo al que se dirige.

Medios audiovisuales. La utilización de películas, filminas, carteles, entre otros, por lo plástico de las figuras, pueden ser, en ocasiones, medios de gran valor para inculcar ciertas nociones de las que, de otra manera, sería difícil convencer a los participantes.

2.3 Detección de necesidades de capacitación

Es muy importante señalar que cuando se quiere dar capacitación a los participantes, primeramente es necesario ver y saber qué es en lo que se está mal o de qué tipo de información o habilidades se está careciendo, esto es hacer la detección de las necesidades o de los errores, una vez conseguido poder ofre-

cer la capacitación adecuada. La detección debe seguir varios pasos. Se agrega en el anexo # 2 un formato para efecto de llevar a cabo una detección de necesidades de capacitación en materia de educación sexual para profesores.

Las técnicas e instrumentos utilizados con más éxito en la búsqueda de información relativa a necesidades de capacitación y desarrollo son los siguientes:

1. Entrevista individual
2. Entrevista de grupo
3. Aplicación de cuestionarios
4. Aplicación de evaluaciones y pruebas
5. Inventario de recursos humanos
6. Datos estadísticos
7. Comités
8. Informes y opiniones de consultores

Para determinar qué necesidades existen, se deben utilizar instrumentos de análisis adecuados para que sea más fácil la detección, de esta forma podremos estudiar y ver las diferencias para comprender en qué se está fallando.

De lo anterior se desprende la necesidad de actualizar conocimientos, habilidades y actitudes de los colaboradores de la organización, mediante un sistema integral de capacitación, con la finalidad de garantizar su adaptación en el contexto social.

Día con día el hombre tiene mucho que aprender, por tanto se ha incrementado el interés de los especialistas por estudiar, de manera científica, la manera en que el aprendizaje influye en las distintas manifestaciones del comportamiento. Gracias a estos estudios en el campo del desarrollo humano, ha quedado asentado que en los seres humanos existen tres áreas de desarrollo:

- a) Área cognoscitiva
- b) Área psicomotriz
- c) Área afectiva

- Área cognoscitiva. Comprende aquellos procesos de tipo intelectual que influyen en el desempeño de una actualidad. Tales como: memoria, aten-

ción, análisis, abstracción y reflexión. Abarca básicamente el análisis y perfeccionamiento del pensamiento cualitativo y cuantitativo.

- Área psicomotriz. Comprende aquellos aspectos de habilidades y destrezas: es decir, actividades que realiza un individuo, que aunque dependen de procesos cognoscitivos, son físicamente observables. Abarca lo correspondiente a la coordinación y equilibrio de los movimientos.
- Área afectiva. Comprende el conjunto de actividades, valores y opiniones del individuo, que generan tendencias a actuar a favor o en contra de personas, hechos y estructuras, dichas tendencias intervienen en el desempeño del trabajo. Abarca del desarrollo del pensamiento social, sistemas de valores y costumbres, expresión lingüística y sensibilidad estética.

2.4 Las cinco Herramientas Fundamentales del Instructor

El coordinador de capacitación, el instructor moderador, debe suministrarse o diseñar él mismo algunas herramientas básicas que le permitan desarrollar con efectividad sus procesos educativos. Las cinco herramientas fundamentales que el instructor tendrá que utilizar son:

2.4.1 La Carta Descriptiva

Es el documento, basado en un objetivo genérico y una serie de objetivos específicos y terminales. Es una guía flexible que puede ajustarse a las necesidades concretas de cada grupo e instructor en particular.

Se compone de: Objetivo genérico, objetivos específicos; la disgregación del objetivo en término de módulos, temas y subtemas, actividades de aprendizaje a realizar, apoyos didácticos; instrumentos de evaluación que se aplicarán; y tiempo empleado total para el curso y para el alcance de cada uno de los objetivos terminales y específicos.

Elementos que componen la carta descriptiva

Los principales componentes de una carta descriptiva son: (Mendoza, 1996. p.21) * 27

Elementos de la Carta Descriptiva

1. El título del curso, fecha y nombre del instructor que la elabora
 2. Duración total
 3. Requisitos de los participantes
 4. Objetivo de aprendizaje genérico o clave
 5. Descomposición del objetivo genérico
 6. Área de información relevante
 7. Temas y subtemas a desarrollar en orden progresivo
 8. Objetivos terminales y específicos
 9. Tiempo estimado para cada tema
 10. Área de información específica
 11. Número progresivo, conforme al formato anterior
 12. Desarrollo de actividades de aprendizaje
 13. Técnicas de enseñanza a empleados
 14. Medios de comunicación o apoyos didácticos
 15. Dinámica de evaluación a aplicar
 16. Bibliografía
-

2.4.2 Guía para los Participantes

Es un documento que describe cada una de las actividades que los capacitadores realizarán para alcanzar los objetivos de instrucción.

Su estructura es similar a la carta descriptiva; sin embargo, no precisa las actividades de aprendizaje que son exclusivas del instructor.

2.4.3 Manual del Participante

Comprende el conjunto de notas, información, conceptos, datos, definiciones, teorías, etc., imprescindibles para integrar los contenidos del curso a tratar. Puede utilizarlo el participante a lo largo del curso, para ir revisando su contenido, o bien, como cuaderno de trabajo para el estudio, también es útil como material de consulta para aclarar conceptos.

2.4.4 Materiales audiovisuales, apoyos y herramientas de comunicación

Son los instrumentos de apoyo que le facilitarán al instructor el proceso de enseñanza-aprendizaje, los básicos son: Rotafolios preelaborados, proyectores, presentaciones interactivas, acetatos y películas.

2.4.5 Material bibliográfico

Es el conjunto de notas y referencias bibliográficas, hemerográficas y documentales, que el capacitador puede o debe consultar para profundizar en algunos conceptos que el instructor crea prudente o que la naturaleza del tema requiera.

2.5 Ejecución de la capacitación

Una vez que se tiene establecido el programa de capacitación y ya se está seguro de lo que se va a hacer, es necesario ejecutar dicho programa. Después del diagnóstico de necesidades y la programación del entrenamiento, el siguiente paso es la ejecución.

La ejecución de la capacitación presupone el binomio instructor/ alumno.

Además, "la capacitación establece una relación instrucción-aprendizaje. La instrucción es la enseñanza organizada de cierta tarea o actividad; aprendizaje es la incorporación de lo enseñado al comportamiento del individuo. Por tanto, aprender es modificar el comportamiento con base en lo enseñado." (Mendoza, 1996, p.87) * 28

La ejecución de la capacitación depende de los siguientes factores:

1. Adecuación del programa de capacitación a las necesidades del auditorio. La decisión de establecer programas de capacitación depende de la necesidad de mejorar el desempeño de los participantes. La capacitación debe ser la solución de los problemas que dieron o rigen a las necesidades diagnosticadas o percibidas.

2. Calidad del material de capacitación presentado. El material de enseñanza debe ser planteado, con la finalidad de facilitar la ejecución de la capacitación. El material de enseñanza busca concretar la instrucción, facilitar la comprensión mediante la utilización de recursos audiovisuales, aumentar el rendimiento del entrenamiento y racionalizar la tarea del instructor.

3. Calidad y preparación de los instructores. El éxito de la ejecución dependerá del interés, el esfuerzo y el entrenamiento los docentes-instructores. Es muy importante el criterio de selección de éstos, quienes deberán reunir ciertas cualidades personales: facilidad para las relaciones humanas, motivación, raciocinio, capacidades didácticas, facilidad para exponer y conocimiento de la especialidad. Los instructores podrán pertenecer a los diversos niveles y áreas de la empresa, y deberán conocer las responsabilidades de la función y estar dispuestos a asumirlas.

4. Calidad de los aprendices. La calidad de los aprendices influye de manera sustancial en los resultados del programa de capacitación. Los mejores resultados se obtienen de una selección adecuada de los aprendices, en función de la forma y el contenido del programa y de los objetivos de la capacitación, para que se llegue a disponer de un grupo homogéneo de personas.

2.6 Evaluación de los resultados de la capacitación

Esta etapa es muy importante ya que se verán los resultados que se obtuvieron.

La etapa final del proceso de capacitación es la evaluación de los resultados obtenidos. Es necesario evaluar la eficiencia del programa de capacitación y también es fundamental evaluar el aprendizaje obtenido. Estas evaluaciones deben considerar dos aspectos:

1. Determinar si la capacitación produjo las modificaciones deseadas en el comportamiento de los participantes.
2. Verificar si los resultados de la capacitación presentan relación con la consecución de los objetivos planteados.

Además de estos dos aspectos, es necesario determinar si las técnicas de capacitación empleadas son efectivas. Presentamos a continuación dos formatos que nos servirán para evaluar las sesiones de capacitación, y el aprendizaje.

EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE			
NOMBRE: _____		CENTRO DE TRABAJO: _____	
NOMBRE DEL EVENTO: _____			
INSTITUCIÓN / INSTRUCTOR QUE LO IMPARTIÓ: _____			
NÚMERO DE BLOQUE: _____		FECHA: _____	
<i>EVALUACIÓN DEL INSTRUCTOR</i>			
¿CÓMO CALIFICARÍA EL DESEMPEÑO DEL INSTRUCTOR DEL EVENTO? (MARQUE CON UNA "X")			
MALO	REGULAR	BUENO	EXCELENTE
PUNTOS CLAVE APRENDIDOS			
DESCRIBA BREVEMENTE LOS 5 PUNTOS MAS IMPORTANTES QUE HAYA APRENDIDO EN ESTE BLOQUE, Y LA RAZÓN POR LA CUAL ELIGIO ESOS PUNTOS.			
1.	_____		

2.	_____		

3.	_____		

4.	_____		

5.	_____		

<i>APLICACIÓN AL TRABAJO</i>			
DESCRIBA BREVEMENTE DE QUE MANERA Y/O EN QUE ACTIVIDADES DE SU TRABAJO APLICARÁ LO APRENDIDO EN EL CURSO AL QUE ASISTIÓ.			

EVALUACIÓN DEL CURSO

FECHA ____/____/____ INSTRUCTOR _____ CURSO _____

INSTRUCCIONES: MARQUE CON UNA X LA PUNTACIÓN QUE DARÍA A CADA UNA DE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

ASPECTOS GENERALES	CALIFICACION				AGREGUE ABAJO SUS OBSERVACIONES Y COMENTARIOS
	(-)	(+)			
	1	2	3	4	
1.- OBJETIVOS					
A) FUERON ESTABLECIDOS LOS OBJETIVOS A CUBRIR DURANTE EL CURSO?					
B) EN QUE GRADO SE CUBRIERON LOS OBJETIVOS ESTABLECIDOS					
2.- CONTENIDO					
A) LOS TEMAS TRATADOS TUVIERON RELACIÓN DIRECTA CON LOS OBJETIVOS?					
B) EL CONTENIDO DE LOS TEMAS FUE DE INTERES					
C) EL BALNCE ENTRE LA TEORIA Y LA PRACTICA FUE EL ADECUADO?					
3.- INSTRUCTOR					
A) LA CLARIDAD CON QUE EXPUSO CADA UNO DE LOS TEMAS FUE?					
B) LA FORMA EN QUE CONDUJO EL GRUPO A LO LARGO DEL TEMA FUE?					
4.- AYUDAS DIDÁCTICAS					
A) LOS APOYOS AUDIOVISUALES FUERON LOS ADECUADOS, PARA EL CURSO (VIDEOS, ACETATOS, TRANSPARENCIAS, ETC.)?					
B) LOS EJERCICIOS, CASOS Y EJEMPLOS QUE SE UTILIZARON FAVORECIERON LA COMPRESIÓN DE LOS TEMAS?					
5.- MATERIAL					
A) EL MATERIAL PROPORCIONADO FUE EL SUFICIENTE PARA LOS TEMAS TRATADOS?					
B) EL NIVEL (CONTENIDO É INFORMACIÓN) DEL MATERIAL ESCRITO FUE?					
6.- APLICACIÓN PRACTICA					
A) LA RELACIÓN DE LOS TEMAS TRATAODOS CON LA FUNCION QUE DESEMPEÑA FUE?					
B) CONSIDERA QUE LOS TEMAS TRATADOS LE AYUDARAN A MEJORAR SU DESEMPEÑO?					
7.- COORDINACIÓN					
A) EL APOYO LOGISTICO (MATERIALES, INVITACIONES, EQUIPO, ETC.) FUERON?					
B) LAS INSTALACIONES PARA LA REALIZACION DEL CURSO FUERON?					

SUMATORIA: _____ 15 PREGUNTAS, VALOR MÁIXMO 60

EL CURSO FUE:

SOBRESALIENTE (DE ENTRE 49-60 PUNTOS) _____ BUENO (DE ENTRE 37-48 PUNTOS) _____

REGULAR (DE ENTRE 26-36 PUNTOS) _____ MALO (DE ENTRE 15-25 PUNTOS) _____

CAPÍTULO 3

PERSPECTIVAS DEL ADOLESCENTE Y SU SEXUALIDAD

Para el adolescente el entrar en el mundo de los adultos significa la pérdida definitiva de su condición de niño. Es un momento crucial en la vida del hombre y constituye la etapa decisiva de un proceso de desprendimiento que comenzó con el nacimiento. Los cambios psicológicos que se producen en este periodo llevan a una nueva relación con los padres y con la sociedad.

Cuando el adolescente se incluye en el mundo con este cuerpo ya maduro, la imagen que tiene de su cuerpo ha cambiado, también su identidad, y necesita entonces adquirir una ideología que le permita su adaptación al mundo y su acción sobre él para cambiarlo.

“En este periodo fluctúa entre una dependencia y una independencia extremas y sólo la madurez le permitirá más tarde aceptar ser independiente dentro de un marco de necesaria dependencia. Es un periodo de contradicciones, confuso, ambivalente, doloroso, caracterizado por fricciones con el medio familiar y social. Este cuadro es frecuentemente confundido con crisis y estados patológicos.” (Aberastury, 1988, p. 15) * 29

Esto lo lleva a retener, como defensa, muchos de sus logros infantiles, aunque también coexiste el placer y afán de alcanzar un nuevo estatus. También lo conduce a un refugio en su mundo interno para poder reconectarse con su pasado y desde allí enfrentar el futuro. Estos cambios, en los que pierde su identidad de niño implican la búsqueda de una nueva identidad que se va construyendo en, un plano consciente e inconsciente. El adolescente no quiere ser como determinados adultos, pero en cambio, elige a otros como ideales, se va modificando lentamente y ninguna premura interna o externa favorece esta labor.

Sólo cuando el adolescente es capaz de aceptar simultáneamente sus aspectos de niño y de adulto, puede empezar a aceptar los cambios de su cuerpo y comienza a construir su nueva identidad. Ese largo proceso de búsqueda de identidad ocupa gran parte de su energía.

El adolescente se presenta como varios personajes, y a veces ante los mismos padres, pero con más frecuencia ante diferentes personas del mundo externo, que nos podrían dar de él versiones totalmente contradictorias acerca de su madurez, su bondad, su capacidad, su efectividad, su comportamiento e, incluso, en un mismo día, sobre su aspecto físico. Las fluctuaciones de identidad se experimentan también en los cambios bruscos, en las notables variaciones producidas en pocas horas por el uso de diferentes vestimentas, más llamativas en la niña adolescente, pero igualmente notables en el varón, especialmente en el mundo actual.

Solo cuando su madurez biológica está acompañada por la madurez afectiva e intelectual que le permita su entrada en el mundo del adulto, estará equipado de un sistema de valores, de una ideología que se enfrenta con la de su medio y donde el rechazo a determinadas situaciones se cumple en una crítica constructiva. Confronta sus teorías políticas y sociales y se embandera, defendiendo una idea. Su idea de reforma del mundo se traduce en acción. Tiene una respuesta a las dificultades y desórdenes de la vida. Adquiere teorías estéticas y éticas. Confronta y soluciona sus ideas respecto de la existencia o inexistencia de Dios y su posición no se acompaña por la exigencia de un sometimiento ni por la necesidad de someter.

"En la adolescencia, una voluntad biológica va imponiendo un cambio y el niño y sus padres deben aceptar la prueba de realidad de que el cuerpo infantil está perdiéndose para siempre. Ni el niño ni sus padres podrán recuperar ese cuerpo aunque pretenden negarlo psicológicamente o mediante actuaciones en las cuales la vida familiar y la sociedad pretenden comportarse como si nada hubiera cambiado." (Aberastury, 1988, p. 15) * 30

La problemática del adolescente comienza con los cambios corporales, con la definición de su papel en la procreación y sigue con cambios psicológicos. Tiene que renunciar a su condición de niño; debe renunciar también a ser nombrado como niño ya que a partir de ese momento si se le denomina de ese modo será con matiz despectivo, burlón o de desvalorización.

El adulto se aferra a su mundo de valores que con frecuencia es el producto de un fracaso interno y de un refugio en logros típicos de nuestra sociedad alienada. El adolescente defiende sus valores y desprecia los que quiere imponerle el adulto, más aún, los siente como una trampa de la que necesita escapar.

Es imprescindible que los padres sepan que en la adolescencia temprana mujeres y varones pasan por un periodo de profunda dependencia donde necesitan de ellos tanto o más que cuando eran bebés, que esa necesidad de dependencia puede ser seguida inmediatamente de una necesidad de independencia, que la posición útil en los padres es la de espectadores activos, no pasivos, y al acceder a la dependencia o a la independencia no se basen en sus estados de ánimo sino en las necesidades del hijo. Para esto será necesario que ellos mismos vayan viviendo el desprendimiento del hijo otorgándole la libertad y el mantenimiento de la dependencia madura.

Para hacer estos tanteos es necesario dar libertad, y para ello hay dos caminos: dar una libertad sin límites, que es lo mismo que abandonar a un hijo; o dar una libertad con límites, que impone cuidados, cautela, observación, contacto afectivo permanente, diálogo, para ir siguiendo paso a paso la evolución de las necesidades y de los cambios en el hijo.

El mundo moderno reserva a los jóvenes un sitio de nuevas dimensiones si se toma en consideración, tanto la fuerza numérica de la juventud como el papel que son capaces de desempeñar en las transformaciones que exige el proceso de desarrollo económico, ideológico y social.

Toda adolescencia lleva, además del sello individual, el sello del medio cultural, social e histórico desde el cual se manifiesta, y el mundo en que vivimos nos exige más que nunca la búsqueda del ejercicio de la libertad sin recurrir a la violencia para coartarla.

La prevención de una adolescencia difícil debe ser buscada con la ayuda de trabajadores de todos los campos del estudio del hombre que investiguen para nuestra sociedad actual las necesidades y los límites útiles que permitan a un adolescente desarrollarse hasta un nivel adulto. Esto exige un clima de espera y comprensión para que el proceso no se tarde ni se acelere. Es un momento crucial en la vida del hombre y necesita una libertad adecuada con la seguridad de normas que le vayan ayudando a adaptarse a sus necesidades o

a modificarlas, sin entrar en conflictos graves consigo mismo, con su ambiente y con la sociedad.

3.1 La adolescencia

“Para empezar la adolescencia ocupa un periodo que va desde los doce a los diecisiete años, o hasta los primeros veinte con grandes variaciones individuales y culturales. Aparece antes en las muchachas. Desde un punto de vista físico, es la época en que tienen lugar cambios fisiológicos importantes, entre otros la maduración de los órganos sexuales y la aparición de los caracteres sexuales secundarios. Socialmente, es una época en la que el individuo debe pasar de ser un niño dependiente a ser un adulto autosuficiente. Psicológicamente, es un periodo en que tiene que hacer nuevos ajustes, aquellos que diferencian la conducta del niño de la conducta del adulto.” (Kirkendall, 1972, p. 17) * 31

Quizá en ninguna otra época de la vida, excepto en el nacimiento, tiene lugar una transición de tanta importancia.

Durante la infancia el niño y la niña obtienen el estatus de sus propias familias y basan sus actitudes, valores y fines en el marco de referencia establecido por la familia. Durante la adolescencia tienen que empezar a labrarse su propio estatus y elaborar sus propios valores y fines.

El problema se multiplica en un periodo de rápidos cambios sociales como en el que estamos viviendo ahora, en el que el adolescente no sólo tiene que ajustarse a su propio problema sino también a los de una sociedad en proceso de cambio.

La población de jóvenes entre 15 y 24 años de edad natural crece en todo el mundo; es la mayor cantidad que se haya registrado jamás, y sigue creciendo rápidamente en muchos países. (Instituto Nacional de Educación Sexual.1994, p. 17) * 32

Estos jóvenes tienen necesidades especiales en materia de educación, atención de la salud y trabajo, incluida la muy importante esfera de la salud sexual y reproductiva.

El informe del estado mundial de la población, publicado anualmente por el Fondo de Población de las Naciones Unidas, señala en su versión de 1998 que la madurez sexual más temprana, el matrimonio más tardío y los cambios en las formas de la familia a los que se enfrentan actualmente las nuevas generaciones han contribuido a que se acepte que la adolescencia es una etapa definida de la vida. Los renovados conceptos culturales de género, la educación más generalizada y los cambios en la naturaleza del trabajo –menciona el citado informe– han creado un espacio que abarca del fin de la infancia al momento en que se asumen las responsabilidades propias de la edad adulta, hoy definido como adolescencia.

Actualmente, a medida que la preparación de los jóvenes para la participación social se haga más prolongada y compleja, se abren nuevas oportunidades para las muchachas y los muchachos. Pero sin preparación y orientación correctas o sin las actitudes y los comportamientos adecuados para las circunstancias sociales cambiantes, los jóvenes pueden convertir su adolescencia en una etapa de potenciales perdidos y de mayores riesgos para la salud, particularmente para la salud sexual y reproductiva.

Dadas las limitaciones de comunicación que se presentan en las familias, los programas educativos son imprescindibles para abordar los problemas del comportamiento sexual y reproductivo de los adolescentes. En todo el mundo se han puesto en práctica muchos programas de este tipo, y algunos han probado su eficiencia en diversos ámbitos culturales, sobre todo cuando concilian los intereses, muchas veces divergentes, de los jóvenes y de sus progenitores, cuando promueven responsabilidad en relación con la actividad sexual y, al mismo tiempo, cuando proporcionan información para proteger a quienes tienen actividad sexual. Es necesario, por tanto, reflexionar acerca del valor de la educación en materia de salud sexual y reproductiva para los adolescentes, pues por esta vía se alienta el comportamiento responsable y ético.

En todo el mundo se aceptan los mismos problemas en relación con su salud reproductiva, así como ante el hecho de que a veces sus derechos sexuales y reproductivos resultan vulnerados. Prevalecen altos niveles de actividad sexual desprotegida, dentro y fuera del matrimonio, y se deja a los adolescentes en grave riesgo de sufrir las consecuencias de los embarazos involuntarios, las enfermedades de transmisión sexual o infección por el virus del sida, por mencionar sólo algunos ejemplos.

En el campo de la sexualidad, los adolescentes exigen respuestas, y los adultos no queremos –o no podemos- dárselas, algunas veces por ignorancia, otras por el temor de que asuman su sexualidad y la vivan como un recurso urgente para contrarrestar la falta de información, los prejuicios existentes, la poca autoestima y las confusiones en la planeación de vida y en la toma de decisiones que se padecen durante la adolescencia.

Actualmente, se entiende con mayor claridad la necesidad de brindar educación sexual de una manera más integral, acorde con los requerimientos sociales y culturales de la adolescencia y empleando los diversos canales de comunicación existentes.

En el caso de México, desde los inicios del siglo xx, varios sectores sociales han expresado su preocupación en torno a la educación sexual. Médicos, diversos profesionales de la salud, grupos feministas, instituciones académicas, organizaciones civiles, entre otros, han formado parte del movimiento social que durante diferentes etapas, en condiciones cambiantes y mediante diversas estrategias, han pugnado por una educación sexual adecuada. Los múltiples esfuerzos que década tras década se realizan tienen que enfrentar escenarios sociales particulares que condicionan el desarrollo de la educación sexual. Se tiene también una base suficiente de investigadores, educadores y prestadores de servicios, que con múltiples experiencias han formulado y puesto en operación estrategias exitosas. Hay, asimismo, una conciencia social cada vez más clara sobre la importancia de este tema y no obstante que aún existen grupos conservadores con actitudes tajantes contra la educación sexual, las propias demandas de la sociedad en lo que se refiere a la salud sexual han favorecido su apertura.

Hoy es evidente que el sector salud, educativo, el sector académico y la sociedad civil organizada deben estar comprometidos con la educación sexual de la población.

3.2 Características de los adolescentes

“Durante la adolescencia, los cambios en la estructura física, las experiencias corporales y las nuevas sensaciones y urgencias son tan drásticas que la imagen del propio cuerpo se desconoce. El adolescente está preocupado y puede

sentirse perturbado por el. Cualquier pequeña diferencia o defecto producen una considerable preocupación y son pocos los que se dan cuenta de que hay una gran diversidad dentro de lo normal.” (Kirkendall, 1972, p. 49) * 33

Un aspecto importante en el que los padres pueden ayudar es asegurándose de que los jóvenes entiendan esto. En un mundo adverso hecho por los adultos y en el que ellos ocupan posiciones más o menos marginales, consiguen un estatus inmediato mediante la conformidad a las normas de los de su propia edad o grupos de compañeros.

La cultura de grupo le proporciona un estatus y una identidad social, y juega un papel principal para facilitar la emancipación del hogar, asimismo transmite valores de clase social, centra resistencia contra las normas de los adultos y contra su autoridad, y sirve como la principal institución de entretenimiento del periodo de la adolescencia. Para los adolescentes se va haciendo más y más necesaria la aprobación de su grupo, resultando de esto un énfasis exagerando en la conformidad dentro de éste.

“El pasaje a través del periodo adolescente es un tanto desordenado y nunca en una línea recta. En verdad, la obtención de las metas en la vida mental que caracterizan las diferentes fases del periodo de la adolescencia son a menudo contradictorias en su dirección y además cualitativamente heterogéneas. Se encuentran mecanismos adaptativos y defensivos entretreídos, y la duración de cada una de las fases no puede fijarse por un tiempo determinado o por una referencia a la edad cronológica.” (Blos, 1971, p. 82) * 34

Ésta extraordinaria elasticidad del movimiento psicológico, que subraya la diversidad tan espectacular del periodo adolescente no puede dejar de enfatizarse; sin embargo, permanece el hecho de que existe una secuencia ordenada en el desarrollo psicológico y que puede describirse en términos de fases más o menos distintas.

El adolescente puede atravesar con gran rapidez las diferentes fases o puede elaborar una de ellas en variaciones interminables; pero de ninguna manera puede desviarse de las transformaciones psíquicas esenciales de las diferentes fases. Su elaboración por el proceso de diferenciación del desarrollo a lo largo de un determinado periodo de tiempo, resulta en una estructura compleja de la personalidad; un pasaje un tanto tormentoso a través de la

adolescencia habitualmente produce una huella en el adulto que se describe como primitivización.

“Ninguno de estos dos desarrollos debe de confundirse con niveles de maduración; más bien son evidencias de grados de complejidad y diferenciación. Tanto el empuje innato hacia adelante como el potencial de crecimiento de la personalidad adolescente, buscan integrarse al nivel de maduración de la pubertad y a las antiguas modalidades para mantener el equilibrio. Por medio de este proceso de integración se preserva la continuidad en la experiencia del yo que facilita la emergencia de una sensación de estabilidad en el ser o sentido de identidad.” (Blos, 1971, p. 82) * 35

3.3 Los adolescentes y su sexualidad

Durante mucho tiempo se ha descuidado casi por completo el trabajo con los adolescentes, en aspectos de su propia sexualidad, las grandes y nuevas responsabilidades a que los someten sus nuevas libertades. Se tiene que encontrar una manera de hacer sentir a los adolescentes y a los jóvenes que la libertad es mucho más difícil de desempeñar que las restricciones, que cada decisión implica un dilema, un sopesar las consecuencias positivas y negativas de cada curso de acción. Todo esto forma parte de su sexualidad.

3.4 Sexo y sexualidad

Sexo

Diferencias biológicas que existen entre hombres y mujeres, más específicamente, a las diferencias de sus órganos sexuales. El sexo está definido desde antes de nacer y permanece después de la muerte.

Distingue a los organismos individuales, según las funciones que realizan en los procesos de reproducción. A través de esta diferencia, por la que existen machos y hembras, una especie puede combinar de forma constante su información genética y dar lugar a descendientes con genes distintos.

La definición de sexo (*sexus* en latín) quiere decir dividido o separado en dos. Dos son los individuos que se requieren en casi todas las especies vivientes. Una hembra y un macho son imprescindibles para generar una nueva vida.

Sexualidad

La sexualidad es una función vital que influye sobre la conducta de los individuos y sobre las relaciones humanas en general. Afecta a todos los procesos fisiológicos y psicológicos del ser humano, aunque no es imprescindible para su supervivencia. Se trata de un impulso instintivo que atraviesa diferentes etapas a lo largo de la vida de los individuos y que es condicionado en gran medida por el entorno sociocultural en el que se vive. Es algo dinámico que cambia a lo largo la vida, a diferencia del sexo, que es permanente.

La sexualidad va más allá del hecho de tener pene o vagina, de las relaciones sexuales y de la posibilidad de procrear; ya que tiene que ver con sentimientos, valores y expresiones, así como con la percepción de uno mismo según su sexo.

Sexualidad es una palabra de la que todos oímos hablar. Constantemente estamos expuestos a mensajes que aluden a ella, vemos propaganda, revistas, películas y la vivimos día a día sin tomar conciencia de ella. Tenemos dudas y preocupaciones, pero muy rara vez abrimos los espacios para tratar este tema de una manera clara y abierta.

La sexualidad es un tema tabú, lo que ha provocado que se creen y mantengan mitos acerca de este aspecto tan importante en la vida de todos los individuos. A veces se prefiere no hablar de ella quizá porque se piensa que de este modo el problema desaparece, pierde importancia o ya no se manifiesta; sin embargo, no sucede así.

Todo lo contrario: cuando permanece en el silencio, se vive una sexualidad reprimida, cargada de temores, culpas y conductas riesgosas que pueden conducir a malas experiencias, a embarazos no deseados o a contraer enfermedades de transmisión sexual, por mencionar sólo algunos de los efectos contraproducentes.

Si tuviéramos la información necesaria acerca de la sexualidad podríamos evitar o al menos comprender muchas de las ansiedades que surgen en el desarrollo corporal y personal durante la adolescencia. Se podría vivir y experimentar las sensaciones corporales sin culpa y aceptar la atracción y el deseo sexual como algo natural en todo ser humano: también sería posible vivir la sexualidad de una manera sana y responsable y no como un impulso que hay que frenar o tratar de negar hasta donde sea posible. Además, al tener información y poder reflexionar sobre este aspecto, estaríamos capacitados para adoptar actitudes responsables en las conductas sexuales, que en la mayoría de las ocasiones afectan también a otros.

A diferencia de lo que muchos piensan, la sexualidad no sólo abarca las relaciones sexuales o los contactos eróticos: está vinculada con casi todas las áreas de la vida y, por lo mismo, su aceptación y sana vivencia influyen positivamente en la vida general de la persona. La sexualidad no es sólo un elemento esencial de nuestro desarrollo y de nuestra identidad: constituye una forma de expresión de nuestro ser y nuestros sentimientos más íntimos, y una forma y un proceso de comunicación.

El ser humano es un todo cuyas partes interactúan; la sexualidad es una de ellas y por eso es necesario entenderla de una manera global y como aspecto inherente de la persona. No es posible aislarla del resto del individuo, ni entenderla como privativa de las personas que mantienen relaciones sexuales genitales.

Buscando romper con los mitos y tabúes en torno a la sexualidad se han hecho múltiples esfuerzos por informar a la gente, se ha tratado de promover la salud sexual y la reproductiva, con lo que a su vez se mejora la calidad de vida del ser humano. Se habla ahora del derecho a gozar de buena salud, a tener acceso a la información, a la prevención de enfermedades de transmisión sexual y a recibir el tratamiento adecuado.

Se habla también del desarrollo pleno y de la igualdad de derechos entre hombres y mujeres, y del derecho a la expresión de la sexualidad como parte natural del ser humano. Porque, como se ha mencionado, la sexualidad es inherente a todo hombre y a toda mujer desde su nacimiento y es fundamental para su desarrollo. El aspecto sexual es tan importante como el intelectual o el social —de hecho los permea— y habría que tratarlo con la misma dedicación.

3.5 El adolescente actual

Hay una tendencia por parte de muchos padres, e incluso de los profesionales, a creer que a la generación joven se la está llevando el diablo. Estas personas ven en los adolescentes una mayor tendencia a la conducta antisocial y a la promiscuidad, una desorientación respecto de la familia y de la comunidad y una mayor vulnerabilidad a las perturbaciones mentales. (Vázquez, 1988, p. 78) * 36

“El papel de los adultos es el de proteger a los adolescentes de los problemas y de todas las experiencias difíciles. Es su obligación también, el dejar a los jóvenes que ellos mismos experimenten sus experiencias. Sin libertad para experimentar no pueden aprender a ser responsables. No hay duda de que esta libertad implica riesgos. Pero al mismo tiempo, el adulto debe guiar y dar ayuda transitoria cuando un joven se ve enfrentado a serios problemas. Los jóvenes siguen necesitando disciplina y control y no se les puede dejar enteramente a sus caprichos e intereses. Hasta que estén listos para desplegar las velas necesitan sentir que el timón está en manos firmes y capaces.” (Kirkendall, 1972, p. 52) * 37

La capacidad de hacer elecciones entre toda una serie de alternativas es un aspecto importante en el proceso de madurez. El adolescente se enfrenta, cada vez más, con elecciones conflictivas en cuanto a su carrera, identidad de su personalidad, conducta sexual y otros asuntos. Dado que el hacer elecciones es una situación en la que hay una ausencia de cánones sociales definidos produce ansiedad, los padres deben hacer un esfuerzo especial para enseñar a sus hijos y a los adolescentes acerca de las elecciones que tienen que hacer; deben proporcionarles confianza, comunicación y seguridad para que a partir de esto puedan pensar y tomar sus propias decisiones.

3.6 Psicoanálisis del adolescente

La adolescencia abarca casi una década de la vida de todos los individuos, es una época de grandes cambios en todas las esferas de la vida. Se trata de un periodo difícil, tormentoso, de gran vulnerabilidad, pero también de grandes oportunidades de cambio y avance en todas las áreas: física, intelectual, mo-

ral, social, que desemboca en una nueva organización de la personalidad y en la conquista de la identidad.

La identidad consiste para Erikson en un sentimiento «vigorizante y subjetivo de mismidad y continuidad», en un proceso simultáneo de observación y de reflexión que tiene lugar en todos los niveles del funcionamiento mental y es en gran parte inconsciente. (Fragoso, 1992, p. 95) * 38

Blos, "considera que la conquista del sentimiento de identidad constituye un segundo proceso de individuación, recuerda que el primero se consuma con el logro de la constancia del yo y del objeto. En la adolescencia implica la tarea de desprenderse, como nunca antes, de los lazos familiares de dependencia a los que se estaba sometido totalmente, desprendimiento que es un requisito indispensable para ingresar a la sociedad desempeñando los papeles que corresponden a los adultos. Ese paso no se realiza sin conflictos, pues los vínculos con los padres se aflojan merced al cuestionamiento que el adolescente hace de las imágenes y los valores interiorizados de los objetos de su infancia e implica, por tanto, su desidealización." (Blos, 1971, p. 112) * 39

Cuando el adolescente aprende y ejercita la capacidad de elaborar hipótesis y «teorías» para explicarse la realidad, su pensamiento se toma más flexible y versátil; puede tratar un problema de varias maneras y desde distintas perspectivas; paulatinamente puede entender los puntos de vista de los demás. Una vez que ha avanzado en una dirección puede emplear sus recursos para desandar el camino y volver al punto de origen. Esto tiene repercusiones en varias áreas de la vida porque la creciente capacidad de abstracción se aplica a reflexionar sobre sí mismo y el mundo cotidiano, el inmediato y familiar, el mediato de su sociedad, de su nación, en el universo mismo. El adolescente compara, hace analogías, descubre contradicciones en las palabras y en los hechos, se toma crítico, trata de encontrar las leyes generales que dan una explicación y un sentido a su comprensión. En este proceso construye teorías y sistemas.

Casi sin darse cuenta, el adolescente se ubica en una nueva dimensión temporal muy distinta a la de la infancia: el futuro comienza a reclamar su atención. Su pensamiento se ocupa del tiempo y establece vínculos entre el pasado, el presente y el futuro. De ese modo y paulatinamente la adolescencia se establece como un puente entre dos mundos: el infantil y el adulto, y entre

dos tiempos: el pasado y el futuro. El tiempo es una pieza fundamental de un gran rompecabezas: el de la integración de la identidad.

Sin embargo, el sentimiento de identidad no comienza ni termina en la adolescencia. Se conquista por primera vez en ella como un logro personal, porque en ese momento de la vida coinciden el desarrollo físico, las habilidades cognitivas y las expectativas sociales. En efecto, la interrelación de los sistemas del pensamiento y los afectivos con una vida social que se amplía cada vez más, repercute en la maduración total del individuo, de tal suerte que la creciente diferenciación que puede lograr entre lo que es su realidad interna y la externa llega a servirle como base para gestar una concepción del mundo que puede considerarse ya, como una creación propia.

Al relacionar el pasado con el presente y con el futuro, los adolescentes comienzan a buscar el sentido que tiene su existencia en el tiempo.

En la adolescencia, el concepto del futuro depende de la fase por la que transita. En la temprana no existe todavía un concepto operativo de él, los chicos se encuentran totalmente absorbidos por su presente, de modo que las imágenes que tienen de sí mismos en el porvenir no conocen los límites de la realidad o de lo posible.

En un momento, los adolescentes sienten la necesidad de definir un escenario de lo que desean llegar a ser en la vida adulta, esta tarea implica elaborar, con una mayor conciencia, los planes y estrategias que les faciliten el descender de la fantasía a la concreción de sus planes en el mundo real. El conjunto de fines, metas y estrategias que conforman un plan de vida, comienzan a desempeñar un importantísimo papel en la regulación de la personalidad, pues organizan, conjugan sus elementos cognitivos, afectivos y volitivos, con un sentido dirigido hacia los valores y las metas que habrán de lograrse en el futuro.

Advertimos que la realización de un plan de vida en la adolescencia es una tarea que no se resuelve cabalmente en un plazo fijo; unos la cumplen con precocidad, otros con lentitud. Algunos adolescentes que poseen un todavía débil sentido de identidad y no tienen plan alguno, se precipitan en un papel adulto de padres de familia; otros ingresan, sin más, al desempeño de un papel laboral; muchos se alejan definitivamente de los planes de vida; otros caen

en un estado de verdadera crisis de identidad, ignoran hacia dónde van, quiénes son y qué desean realmente. Sus intereses son dispersos e inconstantes, su responsabilidad en los estudios decae, se descontrolan temporalmente para elaborar en la experiencia social una crisis vital de la que probablemente saldrán más tarde, algunos enriquecidos y otros seriamente dañados.

El peligro para todos ellos es el sufrir una prolongada confusión de papeles, como acertadamente la describiera Erikson. Esa confusión constituye una forma extrema de una crisis de identidad que consiste en un sentirse ajeno a sí mismo, abrumado por los sentimientos de desconfianza, duda, inferioridad y desesperanza. Sin metas ni planes, la iniciativa se paraliza y las acciones pierden su sentido. Es fácil observar la confusión de los jóvenes en su conducta hostil, sarcástica, prepotente y de desprecio a los papeles que la sociedad considera deseables.

Algunas de las manifestaciones que indican la prolongación de la adolescencia son, para Bloch: la negativa a hacer elecciones, ya sea de pareja o de ocupación; la incapacidad para estar solo; la inestabilidad en la amistad; la amenaza constante de involucramiento homosexual; la adhesión devota y dependiente de la pareja; la excesiva demanda por compartir intereses e ideas (egocentrismo extremo); los esfuerzos compulsivos por liberarse de los lazos infantiles, las autoexpectativas exageradas por la ambición y la sobre valoración de que se ha sido objeto, la intolerancia a la frustración y la tendencia a considerar los fracasos como golpes demoledores.

3.7 Las relaciones sexuales

Las relaciones sexuales son una expresión más de la sexualidad, y pueden ser también una expresión muy profunda de afecto. Cuando escuchamos las palabras, relaciones sexuales, generalmente se asocia con el coito vaginal o cópula, es decir, en la introducción del pene en la vagina. Sin embargo, las caricias eróticas y otro tipo de contactos también representan ámbitos de las relaciones sexuales.

El coito vaginal es la penetración del pene en la vagina; se acompaña de movimientos rítmicos que generalmente producen sensaciones placenteras y que pueden llevar o no al orgasmo. El coito vaginal es la forma que muchos

seres vivos tienen para reproducirse, pues es el medio de unir al óvulo con el espermatozoide para formar un nuevo ser.

En la gran mayoría de las especies, este comportamiento es instintivo y constituye la manera de perpetuar la especie. En el caso de los seres humanos no se puede negar la parte biológica e instintiva, pero tampoco se pueden dejar de lado los factores afectivos y sociales, que tienen tanta influencia. En nuestros días, las relaciones sexuales no sólo están enfocadas en su práctica, para cumplir la finalidad de procreación.

Es recomendable reflexionar con los jóvenes sobre la importancia del respeto al otro y a uno mismo, sea cual sea la finalidad de las relaciones. El respeto incluye expresar los deseos y las necesidades propias, así como escuchar y tomar en cuenta las del otro.

3.8 Resultados de la encuesta nacional de la juventud 2000.

En este tema los jóvenes manifestaron en su mayoría conocer tanto los métodos anticonceptivos como los métodos de protección contra infecciones de transmisión sexual (ITS) y VIH-sida.

Condición del conocimiento de los jóvenes sobre métodos
México, 2000

¿Conoces algún método anticonceptivo?				
Grupos de Edad y Sexo	Total	Si	No	No contestó
HOMBRES				
15 a 19 años	100	81.5	17.5	1.1
20 a 24 años	100	89.8	9.0	1.1
25 a 29 años	100	90.1	8.8	1.1
Total	100	86.6	12.3	1.1
MUJERES				
15 a 19 años	100	76.0	23.2	0.8
20 a 24 años	100	83.9	15.5	0.6
25 a 29 años	100	86.8	12.6	0.6
Total	100	81.9	17.5	0.7

Los métodos mencionados para la protección contra el VIH-sida, el condón obtuvo las dos terceras partes de las menciones, seguido por los que afirmaron que se podían proteger teniendo relaciones sexuales sólo con una pareja y, finalmente, los que contestaron que absteniéndose de cualquier contacto sexual.

**Métodos de protección contra ITS y VIH-Sida que los jóvenes mencionaron
México, 2000**

¿Cuáles son los métodos que te ayudan a prevenirte de estas?						
Grupos de Edad y Sexo	Total	Condón o preservativo	No teniendo relaciones sexuales	Teniendo relaciones sexuales con un compañero	Otra	No contestó
HOMBRES						
15 a 19 años	100	64.1	10.5	8.2	0.4	16.8
20 a 24 años	100	67.3	6.3	16.2	0.7	9.6
25 a 29 años	100	60.9	4.7	24.6	0.9	8.9
Total	100	64.2	7.5	15.4	0.6	12.2
MUJERES						
15 a 19 años	100	44.4	16.6	14.1	0.6	24.4
20 a 24 años	100	45.3	10.4	24.7	0.6	19.1
25 a 29 años	100	46.8	6.8	30.4	0.4	15.6
Total	100	45.4	11.6	22.5	0.5	20.0

Un 54.8% de los jóvenes afirman que ya han tenido relaciones sexuales; el resto que no lo ha hecho, declara como razones principales: para las mujeres su deseo de llegar virgen al matrimonio y su expectativa de encontrar a la pareja ideal (ambos absorben 63.8%), para los hombres esperar a la pareja ideal y porque no han tenido oportunidad (ambos suman 45.2%); no obstante, están también presentes el miedo al embarazo y a las ITS.

**Jóvenes que han tenido relaciones sexuales
México, 2000**

Experiencia sexual	Hombres	Mujeres	Total
Sí	59.4	50.5	54.8
No	39.6	48.8	44.4
No contestó	0.9	0.7	0.8
Total	100	100	100

De los jóvenes que ya han tenido relaciones sexuales, su edad de inicio se encuentra fundamentalmente en el rango de 15 a 19 años y la primera relación sexual en su mayoría, se experimentó con el(la) esposo(a) o el(la) novio(a).

**Edad de la primera relación sexual
México, 2000**

Grupos de edad	Porcentaje
Menos de 12 años	0.5
De 12 a 14 años	8.1
De 15 a 19 años	66.2
De 20 a 24 años	20.8
De 24 a 29 años	1.9
No contestó	2.4
Total	100

**Razones por la que no han tenido relaciones sexuales
México, 2000**

Razones	Hombres	Mujeres	Total
Por miedo al SIDA o a las ITS	19.0	7.7	12.5
Por miedo al embarazo	11.9	11.4	11.6
Porque no ha tenido oportunidad	19.4	2.9	10
Porque quiero llegar virgen al matrimonio	5.8	40.1	25.4
Espero a la pareja ideal	25.8	23.7	24.6
Otra	15.1	11.9	13.3
No contestó	3.1	2.3	2.6
Total	100	100	100

La valoración que hacen los jóvenes de esta primera vez, es bastante positiva, pues las tres quintas partes de ellos contestaron que fue "agradable" que, junto con 31.9% que declaró que la experiencia fue "muy agradable", representa que nueve de cada diez jóvenes disfrutaron su iniciación sexual.

Respecto al número de parejas sexuales que han tenido durante el último año, 74.7% de los jóvenes declararon sólo una y 11.2% entre dos y tres con mayor frecuencia en el caso de los hombres.

**Compañeros sexuales que los jóvenes
han tenido durante el último año
México, 2000**

Compañeros sexuales	Hombres	Mujeres	Total
Uno	63.2	87.2	74.7
De 2 a 3	18.1	3.7	11.2
De 4 y más	6.5	1.4	4.0
No contestó	12.3	7.7	10.1
Total	100	100	100

En cuanto a la frecuencia con que han tenido relaciones sexuales en los últimos tres meses, las dos quintas partes de los jóvenes las realizan entre una y tres veces por semana, para el resto la distribución es bastante homogénea entre una a tres veces al mes; destacan aquellos que afirman que no han tenido relaciones sexuales los últimos tres meses.

Un poco más de la mitad de los jóvenes que tienen relaciones sexuales usa métodos anticonceptivos, siendo los más comunes el condón y el DIU.

Una gran proporción los empezó a usar entre los 15 y los 19 años, seguidos por aquellos que los utilizaron a partir de los 20 años de edad. Al preguntarles a la totalidad de jóvenes entre 15 y 29 años de edad e independientemente de si habían tenido relaciones sexuales o no, sobre cómo valoraban su vivencia de la sexualidad, las dos terceras partes afirmaron que se encontraban "satisfechos", que sumados al 27.9% que respondieron que estaban "muy satisfechos", resulta que nueve de cada 10 jóvenes se sienten bien al respecto.

**Cuadro 61: Tipo de métodos anticonceptivos que usan
México, 2000 (porcentajes)
n = 7'810,042**

Métodos	Hombres				Mujeres				Total			
	Si	No	No contestó	Total	Si	No	No contestó	Total	Si	No	No contestó	Total
Ritmo	5.3	48.5	2.4	56.1	3.4	38.5	1.9	43.9	8.8	87.0	4.3	100
Retiro	2.6	50.7	2.9	56.1	1.7	40.0	2.2	43.9	4.3	90.7	5.0	100
Condón	42.2	11.2	2.7	56.1	10.9	30.9	2.0	43.9	53.2	42.1	4.7	100
Pildoras	5.4	47.7	3.0	56.1	9.5	32.3	2.1	43.9	14.9	80.1	5.1	100
Anticoncepción de emergencia	0.4	52.8	3.0	56.1	0.3	41.4	2.1	43.9	0.7	94.2	5.1	100
Óvulos	1.0	52.2	3.0	56.1	0.7	41.0	2.1	43.9	1.7	93.2	5.1	100
DIU	4.2	49.0	3.0	56.1	15.4	26.3	2.1	43.9	19.6	75.3	5.1	100
Inyectables	2.4	50.7	3.0	56.1	5.3	36.4	2.1	43.9	7.7	87.2	5.1	100
Implantes	0.2	52.9	3.0	56.1	0.3	41.4	2.2	43.9	0.5	94.3	5.1	100

CAPÍTULO 4

EL PERSONAL DOCENTE EN LA EDUCACIÓN SEXUAL

Es difícil llegar a un consenso acerca de cuáles son los conocimientos y habilidades que un “buen profesor” debe poseer, pues ello depende de la opción teórica y pedagógica que se tome, de la visión filosófica y de los valores y fines de la educación con lo que se asuma un compromiso. Desde la perspectiva en que ubicamos este texto, coincidimos con Cooper (1999) en que pueden identificarse algunas áreas generales de competencia docente, congruentes con la idea de que el profesor apoya al alumno a construir el conocimiento, a crecer como persona y a ubicarse como actor crítico de su entorno. Dichas áreas de competencia son las siguientes:

- 1.- Conocimiento teórico suficientemente profundo y pertinente acerca del aprendizaje, el desarrollo y el comportamiento humano.
- 2.- Despliegue de valores y actitudes que fomentan el aprendizaje y las relaciones humanas genuinas.
- 3.- Dominio de los contenidos o materias que enseña.
- 4.- Control de estrategias de enseñanza que faciliten el aprendizaje del alumno y lo hagan motivante.
- 5.- Conocimiento personal práctico sobre la enseñanza.

4.1 La formación de los docentes

En la formación del educador o docente, es necesario reflexionar sobre la percepción que se debe tener con respecto de la sexualidad, lo cual implica, entre otros aspectos, una actitud respetuosa, congruente y abierta frente al tema.

Asimismo es indispensable que el docente sienta verdadera disposición de orientar e informar, sobre una base de respeto y empatía. Poder dejar de lado las etiquetas y los estereotipos beneficia la relación entre el docente y el joven. El vínculo se vuelve más auténtico y se abre la posibilidad de desarrollo. No olvidemos que las etiquetas encasillan y refuerzan los estereotipos.

No obstante, existen algunas necesidades propias del adolescente que se deben tomar en cuenta. A este respecto, en México el Consejo Nacional de Población (Hiriart, 2001, p. 64) * 40. Menciona siete pautas importantes para la educación de la sexualidad del adolescente:

1. Necesidad de sentir el apoyo, el interés y el amor de parte de sus padres
2. Necesidad de que los padres respeten las diferencias en el sentir y el pensar de sus hijos adolescentes
3. Averiguar con los adolescentes las diferentes formas de canalizar su impulso sexual y razonar con ellos acerca de la necesidad de que se responsabilicen de sus decisiones.
4. Necesidad de que el joven vaya rompiendo los vínculos de dependencia de sus padres y defina un papel social y sexual independiente y un programa personal de vida.
5. Apoyar la autodefinición de una escala personal de valores que norme su vida futura en general y en lo sexual en particular.
6. Fomentar las actividades recreativas, culturales y una práctica social que habitúe al joven a unir la práctica y la teoría como forma de conocimiento.
7. Apoyar al adolescente para que determine su actuar y pensar independientemente, pero respetando la armonía de su familia.

La clave para un enfoque efectivo y natural de la educación sexual es la confianza por parte del maestro. Dos son los pasos que se han de dar para alcanzar tal confianza: (Brower, 1983, p. 10) * 41

Primero: Confianza por medio de los conocimientos.

El saber es el antídoto básico del temor. Así, el primer paso es la adquisición de los conocimientos biológicos, sociológicos que concurren en la sexualidad. Los conocimientos biológicos disipan el misterio que rodea a la sexualidad humana y nos ayuda a tratar la materia como lo haría con otras funciones del cuerpo humano. Los datos sociológicos le proporcionan un conocimiento de cómo las personas hacen uso de su sexualidad. Cuando se profundiza el estudio relativo a la confianza aumentarán sus conocimientos sobre la sexualidad, cómo se usa y por qué se hace de esta forma.

Segundo: Confianza adquirida por medio de una posición congruente.

Aunque los conocimientos acrecentan la confianza del docente, esto no es suficiente. La completa confianza sólo puede obtenerse si se tiene la certeza de "lo que estoy haciendo es realmente correcto". Y tal sentimiento sólo puede llegar cuando ha creado una sólida base y la ha relacionado con la sexualidad. Por supuesto, este es un paso que el docente debe dar de manera personal, pero las diversas posturas bio-psicosociales presentadas pueden servir como catalizadores.

La orientación en la educación sexual

Orientar no es dar consejos ni soluciones; no se trata de trazar un camino que todos deban seguir ni de mostrar lo que a nuestro juicio es correcto. Orientar supone ayudar a esclarecer ciertos puntos, aclarar dudas y dar herramientas para que, de una manera autogestiva, el individuo esté en condiciones de tomar decisiones responsables y congruentes.

Otro aspecto muy importante es el análisis de las expectativas de los facilitadores sobre los resultados del curso. Difícilmente se esperaría que en un par de sesiones los individuos cambien sus actitudes hacia la sexualidad y que esto permeará directamente sus conductas, aunque se logren algunos resultados tangibles.

Lo que se busca es sentar bases para el desarrollo, promover el pensamiento crítico, la autoafirmación, las opciones para lograr la autodeterminación y las conductas responsables.

4.2 El perfil del docente

La relación entre el docente y alumno es fundamental para el buen desarrollo del aprendizaje y para que el curso tenga resultados favorables; existen algunas características que es conveniente fomentar en el facilitador.

La labor del facilitador se ve beneficiada cuando hay congruencia entre sus sentimientos, pensamientos y acciones, así como honestidad, sinceridad y apertura.

Es una cualidad poder dejar fuera los prejuicios y estigmatizaciones y aceptar a la persona tal como es, respetando sus sentimientos y convicciones.

Escuchar activamente y tener una actitud positiva hacia el grupo puede tener muy buenos efectos.

El respeto y la aceptación

La sexualidad es un tema delicado, pues atañe a la intimidad, la identidad y los valores personales, de modo que tiene que ver directamente con la persona. Es, pues, importante que el facilitador tenga una actitud de pleno respeto hacia el grupo y hacia cada uno de los individuos que lo conforman, aceptándolos sin juzgarlos.

Si no se sienten juzgados, los individuos percibirán un ambiente de mayor confianza para poder expresarse y tendrán menos temor a participar. Un ejemplo muy claro se da cuando uno de los participantes hace un comentario sobre los roles sexuales y que el facilitador no esté de acuerdo. Si este último acepta el comentario, lo escucha sin juicios ni interrupciones y espera hasta que el alumno haya terminado para comentar y analizar respetuosa y amablemente el punto, esto podría favorecer la participación de los demás y la reflexión en grupo. Pero, si lo reprueba abiertamente mostrando su desacuerdo, es muy

probable que pierda la oportunidad de discutir sobre ese aspecto, y posiblemente el joven se sentirá renuente a volver a participar.

El ambiente de confianza se vería mermado y se dificultaría el buen desarrollo del curso. Lo mismo sucede cuando dejamos ver con qué tipo de comentarios estamos de acuerdo y con cuáles no, así como cuando mostramos hastío o molestia hacia las preguntas de los muchachos o las tachamos de obvias o tontas. En este terreno, como en los demás vale aclararla y parte de la función del facilitador consiste en ello.

Es necesaria una buena disposición y la aceptación genuina del grupo. También es importante respetar las creencias religiosas y culturales, así como los valores personales de cada individuo. Hay que evitar que el joven se sienta incómodo o errado por pensar o creer de determinada manera. Para que los jóvenes aprendan a respetar la diversidad de opiniones, es indispensable que el facilitador sea el primero que lo haga.

Existirán muchos puntos de vista diferentes con lo que en más de una ocasión no estaremos de acuerdo; no obstante, es importante que los escuchemos, que intente entenderlos y, sobre todo, que los respetemos.

Los conocimientos y los límites personales

Para dirigir una sesión sobre sexualidad es menester conocer el tema a fondo y dominar los conceptos, pero si además se tiene la capacidad de transmitirlo de manera clara y se logra que el público capte lo que se requiere decir, se obtienen mejores resultados.

Es conveniente que el facilitador reconozca sus límites personales respecto del conocimiento de la sexualidad; esto se relaciona con la actitud honesta del facilitador.

Los facilitadores también tienen derecho a desconocer algunas temas y deben aceptarlo frente al grupo.

Es conveniente hacer una revisión sobre la propia actitud hacia la sexualidad y cómo la aceptamos en nuestra vida, pues esto se verá reflejado en los

mensajes que enviaremos, de lo contrario y podríamos manifestar actitudes poco congruentes y nada auténticas.

El docente debe ser:

- Empático
- Genuino
- Asertivo
- Congruente
- Conservar una actitud de respeto y aceptación hacia el grupo y hacia cada uno de los individuos que lo conforman
- Tener una actitud abierta hacia la sexualidad, así como la información necesaria sobre el tema.
- Ser flexible, pues no se trata de imponer valores, sino de fomentar la reflexión para que cada individuo tome sus propias decisiones.
- Tener capacidad de autocrítica.
- Ser alguien que contribuya a propiciar un ambiente de confianza y respeto en el grupo
- Estar dispuesto a escuchar activamente

Éstas características se forman y se adquieren poco a poco, mediante la reflexión, la aceptación y la apertura. El docente mismo puede ser un buen indicador de este proceso, si se observa en cada sesión, y reflexiona acerca de lo sucedido. Como parte de esto, la retroalimentación externa reafirma, aclara o cuestiona las propias percepciones.

Bajo la perspectiva de la profesora Emma Margarita Fregoso en su publicación titulada: *Sensibilización para el Cambio Deductivo Curso de Actualización Docente*, nos determina otros tópicos de análisis, los cuales a continuación se mencionan:

¿QUÉ NECESITAN LOS ESTUDIANTES DE SUS PROFESORES?

- Que los respete como seres humanos
- Que no abusen de su autoridad
- Que los animen y los valoren
- Que los escuchen
- Que planeen sus clases y les proporcionen el programa completo

- Que los orienten en las exposiciones
- Que les recomienden bibliografía accesible
- Que les pidan los trabajos con anticipación.
- Que revisen los trabajos y les hagan saber sus aciertos y sus errores.
- Que les den confianza para que pregunten
- Que no lleguen tarde
- Que avisen cuando no van a ir
- Que les pidan ayuda cuando la necesiten
- Que se formen y actualicen como docentes
- Que den sus clases en forma amena
- Que reconozcan sus errores para que no les echen la culpa a ellos
- Que no los ridiculicen enfrente de sus compañeros
- Que sean afectuosos y cercanos
- Que les den oportunidad de recuperarse y de superarse
- Que respeten los cuerdos sobre las reglas establecidas, los criterios y las formas de evaluar los cursos.
- Que establezcan bilateralmente las reglas del juego.
- Que les modelen con su comportamiento adecuado
- Que sea justos
- Que no se quejen con ellos
- Que hagan valer sus derechos pero que cumplan con sus obligaciones
- Que sean optimistas
- Que les ayuden a crecer
- Que tengan sentido del humor.

En resumen, el docente requiere ser congruente, respetuoso, genuino, honesto, empático y dinámico, además de que debe proporcionar la buena comunicación con los adolescentes en un ambiente de confianza. Necesita tener conocimientos suficientes acerca del tema y transmitirlos en forma clara a los participantes, guiándolos a la propia toma de decisiones, a tener claros sus objetivos y expectativas y al logro de aprendizajes significativos.

4.3 Importancia de la función del docente como educador sexual

Para Kirkendall A. Lester y Rubin Isidoro: "La actitud básica del educador tiene una importancia crucial; esto va a determinar el propósito, el contenido y el método que emplee. Si tiene una actitud esencialmente negativa, sus mayores

esfuerzos estarán dirigidos a limitar y reducir todas las expresiones de la sexualidad. Si tiene una actitud esencialmente afirmativa, sus principales esfuerzos estarán dirigidos a propiciar la expresión de la sexualidad como un aspecto rico y positivo de la vida." (Kirkendall, 1972, p. 27) *42

Al hablar acerca de las funciones de los maestros en su papel de educadores sexuales, hay un conjunto de funciones que son básicas a toda la explicación que se ha hecho hasta ahora.

No obstante, es necesario delimitar de forma clara y rotunda cuáles son los límites de actuación de los maestros en la escuela respecto de sus alumnos. De la mutua colaboración surge, precisamente, el enriquecimiento de la educación sexual. Es a partir de estos planteamientos pues, que resulta necesario preguntarse cuál es la función fundamental del maestro en la escuela, en el campo de la educación sexual. La respuesta hace falta enmarcarla en la concepción del maestro como educador social. Y como educador, por tanto, responsable en parte de la formación de los individuos que tiene delante suyo en todos aquellos ámbitos que le afectan como tal. Uno de estos ámbitos es, sin duda, la educación sexual.

En consecuencia, el maestro ha de ser consciente de que él es un educador sexual real delante de sus alumnos, y por tanto su función es dar un sentido a esta educación sexual.

También hace falta decir que la información sexual será el eje de su tarea educativa en las escuelas, lógicamente guiada bajo el criterio de la máxima objetividad posible. El maestro tendrá, pues, la responsabilidad de responder a esta necesidad, a parte de por las razones mencionadas anteriormente, porque es él quien está en contacto más directo con los alumnos (además de sus padres). Su relación diaria, y el clima de confianza que puede y tiene el deber de establecer con ellos, lo hace un portavoz inmejorable para abordar la educación sexual. Hace falta, pues, que asuma esta función como una tarea inherente a su papel de educador.

"El maestro puede ser un elemento fundamental en la reforma de esta situación. Su papel de puente entre los padres y el hijo puede ayudar mucho a que se dé un clima de diálogo abierto entre ambos. La visión por parte del alumno, del maestro como otra persona adulta, desligada y no contaminada por los

conflictos familiares, que viven como un niño o joven, hace que éste pueda encontrar un primer refugio en el maestro. Éste, con el tiempo y con cautela, podrá acercar el alumno al padre y viceversa, con el objetivo claro de ayudar a crear un clima de confianza sobre estos temas en la vida familiar del sujeto. Alguien podría preguntarse sobre la capacidad y responsabilidades de los maestros para asumir esta función. Analizarlo globalmente requeriría, sin duda, hacer un análisis muy profundo sobre la realidad docente en nuestro país, que desbordaría el objetivo de esta exposición. De todas maneras es imprescindible apuntar cuáles son las condiciones fundamentales que ha de reunir un maestro para poder asumir con responsabilidad esta tarea.” (Ferrer, 1992, p. 130) * 43

- 1º. Tener la suficiente madurez afectiva y equilibrio personal como para evitar proyectar su propia problemática sexual ante sus alumnos.
- 2º. Saber establecer buenas relaciones con sus alumnos para establecer el clima de confianza adecuado para esa tarea.
- 3º. Tener respeto, estimación y valoración respecto de ambos géneros.
- 4º. Contar y obtener los suficientes conocimientos en la materia, para poder ofrecer una información lo más objetiva posible.
- 5º. Estar y ser consciente del importante papel que tiene que desarrollar.

La relación docente-alumno como factor que favorece el aprendizaje

El concepto tradicional del profesor lo describe como una persona que posee conocimientos y los deposita en el alumno. Se utiliza la analogía de la jarra y el vaso, en la que el profesor representa la jarra con un contenido y el alumno el recipiente que lo recibe. En esta concepción se pierden varios aspectos, empezando por la relación personal que se da entre profesor y alumno y la importancia de dicha relación para que el aprendizaje se vuelva significativo.

La enseñanza basada en una relación jerárquica entre el docente y el alumno, en la que el profesor pierde sus aspectos humanos y sensibles y se limita a transmitir conocimientos, se manifiesta en las cátedras en que la participación de los alumnos es muy escasa, al igual que el desarrollo de la creatividad y el

pensamiento crítico. El estudiante se limita, pasivamente, a obedecer y cumplir una serie de requisitos para poder aprobar el curso.

Con estas diferencias tan marcadas entre los participantes, resulta muy difícil que se dé una relación de confianza y comunicación entre las partes, o que el alumno sienta deseos de acercarse a comentar algo personal. Es muy probable que el alumno admire a su profesor pero también que lo vea como una figura distante. En estos casos se promueve una relación de competencia entre el estudiante y el profesor; al sentirlo como una imposición, el alumno buscará constantemente los errores del experto y los puntos en los que él podría tener la razón, haciendo que la relación sea más difícil y el aprendizaje más bien provoque aversión.

El control y los límites

En un grupo de trabajo, los límites son fundamentales, así como el sentido de disciplina, organización y responsabilidad; no obstante, los medios empleados comúnmente para mantener el control y no sólo en el salón de clases, sino también en la vida diaria y en todo tipo de relaciones son el miedo y la culpa. En la escuela, por ejemplo, a veces se amenaza con la expulsión o se promueve el miedo a reprobado o a cometer errores con la finalidad de evitar conductas indeseables para ciertas personas. En la vida diaria se usan expresiones como *se te va caer*, para evitar la masturbación, o, *si no me haces caso, te va a ir muy mal*.

Con esto los adolescentes aprenden a actuar con la idea de prevenir una consecuencia negativa y no por el impulso positivo de querer lograr una meta o vivir una nueva experiencia. El miedo al fracaso, al ridículo y al rechazo representan un freno para el desarrollo personal, creativo, y para la realización de nuevas actitudes. Por tanto, se debe promover y explotar los potenciales y las capacidades de la persona, fomentar la confianza en ella misma, y concienciar y responsabilizar al joven o a la joven de sus actos.

Asimismo, en lo concerniente a la sexualidad también se tiende a aplicar el mismo modelo de control, a menudo se busca despertar el miedo y la culpa en los adolescentes frente al ejercicio de su sexualidad.

Los límites y el castigo

En la educación, así como en toda relación, los límites son necesarios y, de hecho, formativos. No así, el imponer un castigo, ya que éste tiende a desencadenar una sensación de enojo, rencor y agresividad. Existe entonces una diferencia entre señalamientos, límites y castigos. En el primer caso, se señala la consecuencia de una acción; por ejemplo, el joven sabe que no está permitido burlarse de sus compañeros en clase, y que si lo hace, deberá abandonar el salón durante esa sesión. Ésta es una consecuencia que se dará siempre que la conducta se presente. Los límites pueden marcarse con respeto, cariño y actitudes positivas.

Al hablar de sexualidad es muy importante tener claros los límites de respeto y seriedad; podría darse el caso —en virtud de los mitos y tabúes que se tienen al respecto— de que los comentarios de los jóvenes se tornen vulgares o agresivos. En ese momento es necesario que el facilitador que está frente al grupo retome el punto, marcando los límites y reflexionando lo sucedido.

Una de las funciones del facilitador en la educación sexual es guiar al individuo hacia la aceptación de su propia sexualidad, de modo que llegue a verla como un aspecto natural suyo y a tratarla como tal; es el encargado de crear un ambiente de confianza y seguridad, en el que el grupo pueda expresarse y participar abiertamente sin temor al error ni al rechazo. El individuo puede conocer más de sus habilidades y fortalecer la seguridad en sí mismo y en sus capacidades si se encuentra en un ambiente adecuado.

4.4 Escuela, docentes, adolescentes y educación sexual

Cuando se habla de Educación sexual, no se puede olvidar la importante función que la escuela y los docentes pueden cumplir. Muchos son los países que han incorporado la Educación sexual en sus planes de estudio, entre ellos México.

La Escuela, como institución educativa de los individuos que a ella asisten, tiene la responsabilidad de educarlos respecto de la sexualidad por las siguientes razones:

1. Si se entiende la educación como un todo íntegro que afecta la globalidad del individuo (a través de un proceso), y que en general cuando ésta se lleva a cabo, es prácticamente imposible parcializar, deduciremos que no deben darse procesos educativos que "olviden" educar en este aspecto tan importante del individuo como lo es su sexualidad. La escuela, como institución educativa generadora de estos procesos, no se puede desligar de ellos.
2. Los padres, aunque son los primeros educadores sexuales de sus hijos durante los primeros años de la infancia, no siempre pueden asumir con posterioridad, o exclusividad, una tarea que para desempeñarla a cabalidad implicaría convivir constantemente con sus hijos.

La educación sexual colectiva a nivel escolar no está en modo alguno destinada a reemplazar la acción de los padres. Es sólo complementaria.

3. La sexualidad, al mismo tiempo que es un elemento del desarrollo individual del sujeto, está también presente en la vida de relación que éste sujeto establece con otras personas, principalmente con sus compañeros. La Escuela, centro de relación donde están implicados todos aquellos que a ella asisten, no puede desmarcarse de su obligación de impartir educación también en este aspecto.
4. La Escuela, dentro de su labor educativa global, tiene una tarea específica de la cual no se puede desentender: informar. Éstas instituciones, en los procesos de instrucción que desarrollan, no pueden olvidar impartir conocimientos de interés para los sujetos, entre los cuales se encuentran, sin duda, los del ámbito sexual.

En consecuencia, la información, elemento imprescindible de toda educación sexual y generadora de la misma, tiene su razón de ser en el contexto escolar. Al igual que otros conocimientos de materias como Geografía, Historia o Español, aquellos que estén relacionados con la sexualidad habrán de ser tratados con la mayor objetividad posible.

Asimismo, la escuela, como institución social que representa, tiene el deber de contribuir, en la medida de sus posibilidades, a crear un clima social de

respeto hacia la sexualidad. Su aportación puede desarrollarse en un doble sentido:

1. Ayudar a desmitificar y aceptar la sexualidad de sus futuros ciudadanos, mediante una Educación sexual sin tabúes ni temores.
2. Ayudar a prevenir situaciones que después, sin duda, pueden repercutir sobre la comunidad en general. La Educación sexual en la escuela, es un elemento fundamental para aumentar la higiene social (menos enfermedades de transmisión sexual), por mencionar sólo algunos, así como, para fomentar mayor estabilidad de los núcleos familiares.

Hiriart Riedemann nos dice: "La principal labor de la escuela es enseñar a los jóvenes a enfrentar problemas y a resolverlos, capacitarlos para pensar y tener criterio propio, con el fin de que puedan desenvolverse en diversas situaciones de su vida futura de un manera más o menos satisfactoria, en el terreno laboral, académico, social, personal o cualquier otro. Se trata de formar personas y fomentar actitudes responsables frente a sí mismos y los demás. La sexualidad es parte importante de nuestras vidas, de nuestro desarrollo, personalidad e identidad, por lo que los docentes tienen en sus manos la gran oportunidad de facilitar ese proceso." (Hiriart, 2001, p. 52) * 44

Que significa la sexualidad, la mayor de las veces se aprende en casa: esto es muy cierto, y la parte básica de la formación de los adolescentes se presenta ahí. No obstante, la escuela ofrece un entorno distinto que puede ser muy útil. Al hablar y aprender sobre sexualidad en un grupo, se promueve la interacción social, la expresión y la comunicación. En el grupo escolar, los jóvenes pueden intercambiar ideas con sus compañeros, asimismo se ven en la necesidad de argumentar su postura, ampliar sus conocimientos y aprenden a respetar otros puntos de vista.

Si bien la sexualidad existe desde el momento del nacimiento y a partir de ahí debería iniciar la educación sexual, este trabajo está dirigido a personas que trabajan con adolescentes, no porque las etapas anteriores sean menos importantes, sino porque en este periodo se presenta una situación crítica, provocada por los cambios físicos, psicológicos y sociales tan significativos y propios de esa edad. La sexualidad adquiere un nuevo sentido y surge un sin número de dudas, ansiedades e inquietudes en los adolescentes.

El adolescente busca respuestas. Comparte sus inquietudes con sus amigos, o con los que se siente comprendido y aceptado, sin embargo, las propuestas que ellos puedan darse suelen estar cargadas de fantasía, mitos e información deformada. Los libros y las revistas científicas representan una opción para ellos; desafortunadamente, muy pocas veces recurren a estos medios. En tales circunstancias, el docente puede ofrecer una excelente manera de transmitir información y aclarar dudas en un ambiente de confianza.

En general, cuando ofrecemos educación relativa a la sexualidad, buscamos información acerca del tema e ideamos algunas estrategias de manejo para abordarlo, lo cual es sin duda importante. Sin embargo, en pocas ocasiones nos detenemos a pensar en nuestras propias actitudes y en la importancia del papel que desempeñamos frente al grupo.

4.5 Metodología y técnicas didácticas

Es conveniente, al trabajar en el tema educación sexual, plantearse qué tipo de metodología general hace falta planificar y cuales serían las técnicas didácticas más adecuadas para desarrollar el tema, así como las problemáticas concretas que surgen en un programa de este tipo.

Por lo que se refiere a la metodología general es muy importante establecer sus características globales, debido, fundamentalmente, al hecho, que de esto depende la buena coordinación y delimitación de funciones a lo largo del programa, al mismo tiempo que se refuerza la buena marcha respecto de la necesidad de unificación de criterios.

Si se tuviese que caracterizar la metodología que se requiere en un programa escolar de educación sexual, puede aseverarse, que ésta ha de estar fundamentada en dos pilares esenciales: la interdisciplina y la gradualidad cíclica.

"Dar un tratamiento interdisciplinario a la educación sexual en la escuela, implica integrar esta materia en el conjunto de contenidos y aprendizajes que se imparten en el centro." (Ferrer, 1992, p. 146) * 45

Es necesario, por tanto, programarla como una actividad didáctica más, aunque, precisamente por su carácter interdisciplinario, no se le dará la deno-

minación clásica de asignatura. Ha de ser objeto de análisis y comentario en todas las materias clásicas de cada nivel educativo, lo que implica destacar la discusión de si los padres dan permiso o no a sus hijos para asistir a sesiones de educación sexual.

CAPÍTULO 5

PROPUESTA DE CAPACITACIÓN PARA EL PERSONAL DOCENTE

PRIMERA PARTE: CONTENIDOS, EDUCACIÓN SEXUAL

5.1 Aspectos biológicos de la sexualidad

El concepto de sexualidad es entendido comúnmente más allá de lo estrictamente biológico, indisociable de nuestra identidad básica y relacionado, por lo tanto, con un proceso evolutivo y con la propia experiencia personal, en un entorno sociocultural determinado. (Font, 1999, p. 11) * 46

Pubertad

"La pubertad es el desarrollo físico de la adolescencia, se caracteriza por el comienzo de la actividad hormonal que está bajo la influencia del sistema nervioso central, especialmente el hipotálamo y la hipófisis [...] implica la intensificación de la producción de hormonas, de óvulos y de espermatozoides." (Owens, 1996, p. 36) * 47

Las características primarias que ocurren en la pubertad, suceden en los órganos sexuales internos y externos de los individuos, que posibilitan la unión sexual y la reproducción humana:

- a) La menstruación
- b) La eyaculación
- c) El crecimiento de los órganos genitales

Las características secundarias que ocurren en la pubertad, son los rasgos físicos que distinguen a un hombre maduro y una mujer madura:

Cambios en la mujer

- El cuerpo va adquiriendo formas redondeadas.
- Se ensanchan las caderas
- Se desarrollan las mamas
- Aparece el vello púbico y axilar
- El rostro se vuelve más redondeado
- Es posible que aparezca el acné
- Cambio del timbre de la voz
- Los brazos se engrosan
- Se pigmentan los pezones
- Los genitales se engrosan y oscurecen
- Brillo del cabello

Cambios en el hombre:

- Aparece el vello facial, la barba
- Posible acné
- La voz se hace más grave
- Los hombros se ensanchan
- Aparece el vello púbico y axilar
- Engrosamiento de los brazos
- El pene aumenta de tamaño y se oscurece
- Los testículos se agrandan
- Las piernas y los brazos se toman musculosos
- Brillo del cabello

"Además de estos cambios obvios, existen otros internos que son menos notorios: aumento de la presión sanguínea, de los latidos cardiacos y activación de las glándulas sudoríparas." (Larroyo, 1971, pp. 39-40) * 48

Los cambios físicos por los que pasa el individuo, lo llevan a tener un interés sobre su sexualidad.

A la mayoría de los adolescentes, les causa asombro y preocupación el crecimiento que están teniendo sus órganos sexuales, empiezan a cuestionarse acerca del funcionamiento de la eyaculación o de la menstruación, según sea

el caso. También se sienten descontrolados respecto del surgimiento de sus impulsos sexuales.

Comienzan a explorarse y a tener un mayor contacto con su cuerpo; no obstante les angustia no saber en sí, el por qué y el para qué de sus cambios, así como la constitución que están tomando.

Están en busca de respuestas inmediatas, que ayuden a tranquilizar su angustia; recurren a libros, revistas, amigos, parientes, o maestros con los cuales poder compartir y entender lo que les sucede.

Las respuestas que obtienen los adolescentes en México, respecto de su sexualidad, en ocasiones son incompletas y distorsionadas; debido a los tabúes que giran en torno a la sexualidad. Lo que ocasiona, que no integren su sexualidad y asimismo, estén expuestos a experiencias negativas y vivan su sexualidad de una forma inconsciente e irresponsable

Si las respuestas que llegan a obtener los adolescentes en cuanto a su sexualidad fueran claras y reales; éstos podrían adquirir conciencia sobre su nueva condición sexual y la podrían vivir de una forma más plena y responsable.

A continuación expondré los aspectos biológicos de la sexualidad humana que considero son importantes para la construcción de una conciencia sexual, en el adolescente.

5.2 Anatomía sexual

En cuanto a la anatomía sexual, describiré los órganos reproductores de la mujer y del hombre, así como las partes del cuerpo que son fuentes de placer erótico, debido a la creencia de que la sexualidad humana desde el punto de vista biológico, tiene dos finalidades:

- La reproducción humana; y
- La satisfacción y el placer sexual.

Anatomía sexual de la mujer

Están constituidos por:

a) La vulva

Conjunto de órganos externos femeninos que comprende el monte de Venus, los labios mayores y menores, el clitoris y los orificios de la vagina y de la uretra.

b) El Monte de Venus

Zona situada sobre el hueso púbico; especie de almohadilla del tejido adiposo cubierto por la piel y el vello púbico. Posee varias terminaciones nerviosas, por lo que el tacto la presión o ambas cosas promueven la excitación sexual.

c) Labios externos o mayores:

Son pliegues de piel que cubren una gran cantidad de tejido graso y una fina capa de músculo liso. En su entorno crece el vello púbico, en ellos se encuentran glándulas sudoríparas y sebáceas, al igual que terminaciones nerviosas. Los labios externos, por lo general, se superponen en el centro, proporcionando una protección automática de la abertura uretral (urinaria) y el vestíbulo de la vagina.

d) Labios internos o menores

Son como pétalos curvilíneos; poseen un centro o núcleo de tejido esponjoso con abundancia de pequeños vasos sanguíneos y sin células grasas. Los labios internos, se juntan justo por encima del clitoris, formando un pliegue denominado capuchón clitorideo, que tiene innumerables terminaciones de nervios sensoriales.

Ambos labios constituyen una fuente importante de sensaciones sexuales, puesto que las múltiples terminaciones nerviosas de la zona cumplen la función de receptores sensoriales.

e) Glándulas Bartholin

Se hallan en ambos lados de la entrada de la vagina y se comunica con pequeños conductos que desembocan en la superficie interna de los labios mayores, muy cerca de la abertura vaginal. Cuando la mujer se excita, estas glándulas, humedecen ligeramente los labios.

f) El clítoris

Es una de las partes más sensibles de los genitales femeninos, se localiza por debajo del punto de unión superior de los labios internos. En él confluyen gran número de terminaciones nerviosas que lo convierten en un órgano sumamente sensible al tacto, la presión y la temperatura. Su función es la de concentrar y acumular sensaciones sexuales y placer erótico.

g) El meato urinario

Orificio de salida de la uretra a través del cual es expulsada la orina. Es muy pequeño y no se expande de la misma manera que las paredes de la vagina, por lo que no es posible introducir ni un tampón ni el pene.

h) Entrada de la vagina

Es un orificio independiente del meato urinario está ubicado entre la salida de la uretra y el ano, en la zona conocida como vestibulo.

i) El himen

Es una fina membrana que cubre la abertura de la vagina, presenta una o más perforaciones, que permiten la salida del flujo menstrual, cuando la mujer alcanza la pubertad, no tiene ninguna función biológica.

El hecho, de que el himen esté intacto o perforado, no implica que la mujer haya o no tenido relaciones sexuales. Hay mujeres que nacen con himen incompleto o sin él; por otra parte, puede estirarse la membrana del himen durante el primero o subsecuentes coitos.

i) El perineo

Es la zona que se extiende desde la parte inferior de los labios mayores, hasta el ano. Es sensible al tacto, la presión y la temperatura; promueve la excitación sexual.

k) El ano

Es la salida del recto, por la cual se defeca.

l) Las mamas:

Pese a toda la carga erótica que conllevan, las mamas, sólo son glándulas sudoríparas modificadas. Durante la pubertad las mamas femeninas cambian de forma y tamaño, alcanzando de manera gradual una configuración de 15 a 20 lóbulos subdivididos de tejido glandular que forman un agrupamiento arracimado; cada lóbulo está drenado por la abertura de un conducto situado en la superficie del pezón. Los lóbulos glandulares se hallan rodeados por tejido graso y tejido fibroso, lo que da firmeza al pecho.

El pezón está situado en la punta de la mama y se halla constituido por fibras musculares lisas y en retículo de terminaciones nerviosas que hacen que sea muy sensible al tacto y a la temperatura. La piel arrugada y oscura del pezón se prolonga uno o dos centímetros en la superficie del pecho y forma la areola, zona circular de piel oscura surcada por múltiples fibras nerviosas y fibras musculares que provocan la rigidez y erección del pezón.

Los genitales externos de las mujeres poseen grandes diferencias en cuanto a su aspecto, tamaño, forma, color de los labios, distribución del vello púbico, etcétera.

Los órganos sexuales internos de la mujer son:

a) La vagina

Órgano muscular que está inclinado hacia arriba formando un ángulo de 45°, orientado en diagonal hacia la parte más estrecha de la espalda; va desde

el cuello del útero hasta el vestíbulo donde se encuentra su entrada. Cuando la mujer no está sexualmente estimulada, las paredes vaginales contactan entre sí.

El funcionamiento de la vagina supone un espacio potencial que, puede cambiar de forma y tamaño. Se contrae o expande, se adapta a un pene grande o a otro más pequeño, se amolda para permitir el paso del bebé durante el parto.

La vagina está revestida de una superficie (mucosa) semejante a la del interior de la boca; ésta mucosa es la que causa la lubricación vaginal. El número de terminaciones nerviosas, es reducido, salvo en la parte cercana a la abertura vestibular, por lo que los dos tercios internos de la vagina son insensibles al tacto y al dolor. En este órgano abundan los vasos sanguíneos.

b) El útero

Es el órgano que alberga al feto durante el embarazo, sus medidas son aproximadamente de 6.5 centímetros de largo por 5 centímetros de ancho y puede extenderse mucho más durante el embarazo.

El útero está formado por tres capas o envolturas

Perimetrio: capa externa de la pared uterina.

Endometrio: capa interna del útero, que cambia y se desarrolla al compás del ciclo menstrual; en él, se implanta el óvulo fertilizado, al comienzo del embarazo.

Miometrio: componente muscular del útero, que se contrae y ayuda a salir al niño del útero.

El útero, o matriz, es un órgano muscular que forma una cavidad, tiene la forma de una pera invertida, un poco aplanada desde la parte anterior a la posterior. Mide unos 7.5 centímetros de largo por cinco de ancho.

c) Cérvix

También llamado cuello del útero, es la parte más estrecha que forma la base del útero, que se encaja en la vagina. Tiene un pequeño orificio por el cual sale la menstruación, entran los espermatozoides y sale el bebé.

En una mujer que nunca ha estado embarazada, tiene el aspecto de un botón rosado y liso, de aspecto redondeado.

El canal endocervical; fino conducto tubular entre la abertura cervical y la cavidad uterina; contiene múltiples glándulas que segregan el moco cervical. La densidad y el aspecto de este moco, cambia durante las distintas fases del ciclo menstrual, en respuesta a las alteraciones de la estimulación hormonal; poco antes o en el momento de la ovulación, las secreciones cervicales se fluidifican y se toman acuosas, y otras veces se espesan.

Después de los veinte años o a partir del momento en que la mujer empieza a tener relaciones sexuales, es necesario que se practique el papanicolaou una vez al año esto con la finalidad de detectar algún tipo de infección o el desarrollo de células cancerígenas.

d) Trompas de Falopio:

Salen de los lados de la parte superior del útero y tienen 10 centímetros de largo. Los extremos más alejados de las Trompas de Falopio tienen forma de embudo y sus bordes forman una especie de flecos llamados fimbrias, que se encuentran muy cerca de los ovarios. Sus paredes interiores están constituidas por largos y finos pliegues de tejido cubiertas por estructuras parecidas a los cabellos, llamadas cilias.

Las trompas recogen los óvulos expulsados por los ovarios contiguos, y en su interior se produce el encuentro entre el óvulo y espermatozoide.

d) Los ovarios

“Son estructuras en pareja, situadas una a cada lado del útero. Su tamaño es de 3 centímetros de longitud, por dos de ancho y 1.5 de espesor. Se mantienen inmovilizados gracias al tejido conjuntivo sujeto al ligamiento amplio del útero. Tienen dos funciones; la producción de hormonas (estrógenos y progesterona) y la maduración y expulsión de los óvulos.

Al nacer se tienen unos 400 mil óvulos, y no se forman otros nuevos durante el crecimiento; durante la niñez pasan por un proceso degenerativo y su número va disminuyendo. El óvulo inmaduro permanece en una fina cápsula de tejido que constituye el folículo.

Cuando se inicia el ciclo menstrual en la adolescencia, cada ciclo viene caracterizado por un proceso de maduración en el que algunos óvulos inmaduros se parten en dos y, esparcen en la misma proporción su material genético; en este proceso de división reduccional, llamado meiosis, cada óvulo inmaduro se fragmenta en cuatro células, y sólo una de ellas alcanza a madurar y a convertirse en ovum. Un óvulo maduro tiene 0,135 milímetros de diámetro y se encuentra envuelto por una membrana clara hialina conocida como zona pelucida. Las tres células restantes llamadas cuerpos polares, no tienen función alguna y acaban por ser expulsadas." (Brower Meeks, 1983, p. 65) * 49

El proceso de ovulación, consiste en que al inicio de cada nuevo ciclo se desarrollan varios folículos, de los cuales, por lo general, solo uno alcanza la madurez necesaria para desplazarse hasta la superficie del ovario y reventar, liberando un óvulo.

Después de la expulsión del óvulo, las células granulosa que habían constituido la cápsula del folículo empiezan a agrandarse, formando una estructura llamada cuerpo lúteo.

El cuerpo lúteo produce hormonas y, si no sobreviene el embarazo, degenera y se coarruga al cabo de dos semanas, pero si se produce la fecundación, el cuerpo lúteo sigue desarrollándose y en la primera etapa del embarazo facilita un notable aporte de hormonas.

f) El punto de Grafenberg

Conocido comúnmente como punto G es una zona situada a unos cinco centímetros de distancia hacia adentro de la entrada de la vagina, sobre la pared anterior de esta (la que está pegada al vientre). Es como una pequeña bolita del tamaño de una almendra, que crece un poco al ser estimulada.

Aunque no todas las mujeres lo tienen, o por lo menos no se ha comprobado que así sea, muchas sí cuentan con él. Se distingue por ser una zona muy sensible que produce sensaciones muy intensas y diferentes de las provocadas en otras zonas. En virtud de que el punto G se encuentra entre el hueso de la pelvis y la uretra, se dice que un contacto prolongado con él produce con frecuencia una sensación de necesidad de orinar; esto no implica que sea inminente la presencia de la orina, es sólo la sensación.

En algunos casos, en el momento del orgasmo, la mujer puede secretar una especie de líquido lechoso que podría confundirse con orina, pero no lo es. Lo que sucede con el punto G es que al ser estimulado produce secreciones que son expulsadas a través de la uretra.

Así como el punto de Grafenberg es una zona muy sensible en la mujer, en el hombre la próstata también lo es. Muchas mujeres tienen el punto G, sin embargo, no siempre es fácil de encontrar, por lo que su existencia puede pasar inadvertida.

Si bien el punto G puede ser una zona muy sensible y producir reacciones distintas y placenteras, esto no quiere decir que las mujeres que carezcan de él, o por el hecho de no lograr encontrarlo tengan una sexualidad menos satisfactoria. La insatisfacción se podría deber más bien a otros factores que no tienen porqué asociarse con esto.

Anatomía sexual del hombre

En el hombre, los órganos genitales externos, son:

a) El pene

Formado básicamente por tres cilindros paralelos de tejido esponjoso, envueltos en gruesas capas membranosas.

“El cuerpo cilíndrico de la parte inferior del pene se llama cuerpo esponjoso. La uretra; conducto por el cual pasan la orina y el semen, discurre por el centro del cuerpo esponjoso hasta la punta del pene, a través de la abertura urinaria (meato uretral). Cuando el pene se halla en estado de erección, el cuerpo esponjoso de la parte inferior toma el aspecto de una prominencia o borde rectilíneo. Los dos cilindros restantes, denominados cuerpos cavernosos, se sitúan de forma contigua sobre el cuerpo esponjoso. Los tres cuerpos están formados por un tejido irregular de aspecto esponjoso punteado con pequeños vasos sanguíneos, que se llenan de sangre y se hinchan durante la excitación sexual, lo que provoca el endurecimiento y la erección del pene.

Los cuerpos cavernosos se prolongan hacia dentro, más allá del punto de conjunción del pene con el cuerpo, y forman sendas ramas que se insertan con firmeza en el arco púbico.

El pene tiene numerosos vasos sanguíneos, dentro y fuera de los cuerpos cilíndricos; cuando el pene está erecto, se observa en la superficie externa de la piel un retículo de venas. Confluyen en el pene múltiples nervios, por lo que es un miembro muy sensible al tacto, la presión y la temperatura." (Brower Meeks, 1983, p. 73) * 50

La punta del pene, cabeza o glande, está constituida enteramente por cuerpo esponjoso; en esta parte se concentran más las terminaciones nerviosas sensoriales que en el cuerpo o el eje del pene, por lo que resulta más sensible. Otras dos regiones también muy sensibles al tacto son el reborde donde se une el glande y el eje del pene: "corona"; y la pequeña zona triangular situada en la base o cara inferior del pene, donde hay una fina tira de piel llamada "frenillo", adherida al glande.

La piel que recubre el glande es retráctil y constituye el llamado prepucio, la inflamación o infección del prepucio o del glande puede causar dolor durante la actividad sexual. La circuncisión es la extirpación quirúrgica del prepucio; se realiza poco después del nacimiento, deja el glande al descubierto; sus ventajas conciernen a la higiene y a la salud.

La apariencia del pene varía considerablemente de un hombre a otro. Sus variaciones se plasman en diferencias de color, tamaño, forma y estado del prepucio.

Cuando el pene no se encuentra erecto, su tamaño tiene considerables diferencias en comparación a otros, sin embargo, con la erección las diferencias no son tan marcadas, puesto que los hombres con un pene más pequeño en estado de flacidez suelen mostrar un porcentaje más elevado de incremento del volumen durante la erección, en relación con aquellos que exhiben un miembro mayor.

c) El escroto

Es una bolsa muscular, suave y de paredes finas, que cuelga debajo de la base del pene y que alberga los testículos. El vello cubre con escasa densidad

el saco escrotal. Tiene una capa de fibras musculares que se contraen de forma automática como resultado de la estimulación sexual, del ejercicio físico, o por la exposición al frío, lo que provoca el acercamiento de los testículos al cuerpo. Cuando hace calor, el escroto se distiende y los testículos cuelgan más separados del cuerpo. Los reflejos del escroto ayudan a controlar y mantener la temperatura natural de los testículos, función de importancia puesto que el calor o el frío afectan la producción de espermatozoides (que acontece en los testículos).

Los órganos genitales internos, en el hombre, son:

a) Los testículos

Son las gónadas masculinas y es ahí donde se producen los espermatozoides. Tienen una forma ovoide y miden más o menos 4 centímetros de largo por 2.5 centímetros de ancho; se encuentran albergados en el escroto. Son muy sensibles al tacto o a la presión.

Tienen dos funciones: producir hormonas, la testosterona, reguladora del desarrollo sexual masculino y desempeñan un papel destacado en el interés y la función sexual.

Dentro de los testículos hay un gran número de lóbulos seminíferos que contienen los túbulos del mismo nombre; dentro de los cuales se lleva a cabo la producción de espermatozoides. El hombre produce espermatozoides desde la pubertad y no cesa de hacerlo nunca, o por lo menos hasta edades muy avanzadas; el proceso global de producción de espermatozoides abarca 70 días. Cuando el hombre no eyacula por un tiempo, los espermatozoides son reabsorbidos por los tejidos adyacentes de manera natural.

El espermatozoide maduro mide unos 0.06 milímetros de longitud y tiene un volumen miles de veces menor que el óvulo. Está dividido en tres partes: cabeza, cuerpo y cola. La cabeza contiene material genético (cromosomas) y un corpúsculo contenedor de sustancias químicas (el acromosoma). El cuello y el cuerpo contienen un dispositivo energético que permite que el espermatozoide se desplace moviendo hacia adelante y hacia atrás la larga cola.

b) Los epidídimos y los conductos deferentes

Los epidídimos son dos pequeños cuerpos que se insertan en la parte superior y posterior de cada testículo. En su parte más angosta el epidídimo gira sobre sí mismo y se transforma en conducto deferente. Es dentro del epidídimo donde se lleva a cabo la maduración de los espermatozoides.

El conducto deferente es el principal conducto genital masculino tiene su origen el epidídimo, y llega hasta las vesículas seminales ahí se transforma en conducto eyaculador, que impulsa al semen hacia la próstata, hay un conducto para cada testículo.

c) La próstata y órganos auxiliares

La glándula prostática, es del tamaño de una castaña, consta de una parte muscular y otra glandular; segrega una sustancia transparente que constituye aproximadamente 30% del fluido seminal, líquido que expulsa el pene durante la eyaculación. El 70% restante del fluido proviene de las vesículas seminales.

Cada eyaculación contiene de 3 a 5 mililitros de semen (fluido seminal más espermatozoides). La concentración de espermatozoides varía, se considera normal un conteo de 40 a 120 millones por mililitro; lo que significa que en una sola eyaculación puede haber de 60 a 120 millones de espermatozoides.

El color del fluido seminal va desde un tono blancuzco a matices de amarillo y gris; es viscoso y consistencia pegajosa.

d) Los pechos:

Cada pecho tiene pezón y areola, pero muy poco tejido glandular o relleno adiposo subyacente. Son menos sensibles al tacto y a la presión en comparación a los pezones y areolas de la mujer.

Tanto en el hombre como en la mujer; la boca, la lengua, los labios, muslos, nálgas, ano y piel son otras partes del cuerpo que a menudo intervienen en la actividad sexual y que pueden ser fuente de placer erótica.

5.3 Fisiología sexual

En este apartado se verán las funciones de nuestra anatomía sexual; describiendo las diversas respuestas del cuerpo humano, durante la excitación sexual y las fuerzas que las regulan.

La excitación sexual es un estado de activación de un intrincado sistema de reflejos en el que participan los órganos sexuales y el sistema nervioso.

El cerebro transmite impulsos eléctricos y químicos al resto del cuerpo, a través de la médula ósea y los nervios periféricos; en él se integran y concentran señales procedentes de otras partes del cuerpo, como la piel, las mamas o los órganos genitales, ya que sin pensamientos, sensaciones e imágenes, la respuesta sexual es fragmentaria e incompleta.

Fuentes de excitación sexual:

- Contacto físico: beso, abrazo, caricias, etcétera.
- Invitación Verbal.
- Mensaje no Verbalizado
- Señal Visual
- Roce o frotamiento de genitales
- Lecturas o películas eróticas.

5.4 Ciclo de la respuesta sexual

La respuesta sexual humana, consta de cuatro fases: excitación, meseta, orgasmo y resolución. Las cuales corresponden a distintos niveles de excitación sexual y se refieren a las respuestas características del individuo durante el desempeño sexual.

“Los procesos fisiológicos inherentes a la respuesta sexual, no son meros movimientos mecánicos aislados de los pensamientos y sensaciones, sino que se integran en la participación e identidad sexual de la persona como un todo.

En ocasiones, la excitación es rápida y desemboca rápidamente en el orgasmo; y en otras la excitación va creciendo durante un largo periodo.

El estadio de la meseta no siempre llega al orgasmo, ya que los altos niveles de excitación pueden disiparse y un individuo puede retroceder a la fase de excitación; como también, si cesa la estimulación sexual, la persona posiblemente vuelva a un estado normal.

Existen dos reacciones fisiológicas básicas que se dan durante la respuesta sexual del ser humano:

1. La vasoconstricción: Aumento del volumen de sangre, concentrada en los tejidos corporales de los genitales y los senos de la mujer.
2. Aumento de la tensión muscular o miotonía: La tensión alude a una acumulación de energía en los nervios y en los músculos; se produce en todo el cuerpo en respuesta a la activación sexual." (Moreno, 1969, p. 95) * 51

Existen algunas diferencias entre la respuesta sexual del hombre y la de la mujer, y hay coincidencias en múltiples aspectos. Asimismo, la fisiología de la respuesta sexual es idéntica en los heterosexuales y los homosexuales.

Excitación

Consecuencia de la estimulación sexual, física, psicológica o de ambas. Puede desencadenarse mediante el contacto físico, a través del olfato, la vista, el pensamiento y las emociones.

En la mujer

La primera señal de excitación sexual, es la aparición de la lubricación vaginal, que se inicia de 10 a 30 segundos después de la estimulación sexual; causada por la vasoconstricción de las paredes vaginales, que provoca la precolación de fluido a través del revestimiento de la vagina, en un proceso llamado trasudación. Se presenta primero, en forma de gotitas que humedecen los labios y la abertura vaginal.

La lubricación de este órgano, facilita la inserción del pene y la suavidad del movimiento de empuje e impide que la mujer sienta incomodidad o molestias durante una relación sexual.

La densidad, cantidad y olor de la lubricación vaginal, varían mucho de una mujer a otra y en una misma mujer, de un tiempo a otro.

Durante la fase de excitación, ocurren otros cambios en la mujer:

- Los dos tercios interiores de la vagina se expanden, el cérvix, y el útero son empujados hacia arriba y los labios exteriores se aplanan y se abren.
- Los labios interiores de la vagina se agrandan, y consecuencia de la vasoconstricción, el clítoris aumenta de tamaño.
- Los pezones, se toman rígidos, debido a las contracciones de pequeñas fibras musculares.

En el Hombre

El signo físico más destacado de excitación sexual, es la erección del pene producida a los pocos segundos de iniciada la estimulación. Se debe a la vasoconstricción, la erección ocurre cuando la sangre fluye rápidamente y llena los tejidos esponjosos en el pene. El endurecimiento y agrandamiento del pene se debe al aumento de la presión del fluido.

Puede darse el caso, de que un hombre esté física o psicológicamente excitado y no alcance a tener una erección firme, sobretodo cuando está nervioso o cansado.

Las arrugas o pliegues del escroto se alisan poco a poco, y los testículos se aproximan más al cuerpo. Algunos hombres experimentan erección de los pezones.

Variaciones en la Excitación Sexual

- A menudo una distracción física o mental, puede crear una disminución de la tensión acumulada.

- Los cambios de ritmo o técnica en la estimulación sexual directa, puede turbar la excitación sexual.
- Si la pareja se alarma o renuncia a proseguir la actividad sexual, porque ve que su respuesta física es menor de lo deseado o esperado, es probable que coarte la espontaneidad y disminuya la conciencia de las sensaciones corporales.

Meseta

En la fase de la meseta, se mantienen o se intensifican altísimos niveles de excitación sexual, que en principio disponen el terreno para el orgasmo.

La duración varía; si es breve la fase de meseta, puede preceder a un orgasmo de singular intensidad; en cambio, si es larga y pausada, comporta una exaltación erótica e íntima que constituye un final satisfactorio.

En la mujer

En la mujer, la intensa vasoconstricción en el tercio interior de la vagina, origina una hinchazón de los tejidos; reacción denominada plataforma orgásmica, o que origina la estrechez de la abertura de la vagina en un 30% o más.

La plataforma orgásmica "atenaza" el pene, al alcanzar la excitación de la fase terminal de la meseta. Durante la meseta, los dos tercios interiores de la vagina, se expanden un poco más, al tiempo que el útero se eleva, proceso que se conoce como tenting.

El clítoris, se retrae contra el hueso púbico, esto junto con la vasoconstricción que surge en los labios vaginales, oculta el clítoris y protege parcialmente su cabeza del contacto directo, sin embargo, no se produce la pérdida de la sensación clitoridea.

Por el aflujo de sangre, los labios internos se hinchan y originan la separación de los labios mayores, facilitando el acceso a la abertura de la vagina. En esta reacción, los labios internos alteran su color, partiendo desde el rosa al rojo encendido; si prosigue la estimulación, se produce el orgasmo. En las

mujeres que nunca han amamantado, el agrandamiento de las mamas, es muy apreciable. Al inicio de la fase de meseta, en algunas mujeres, se ruboriza la piel, debido a las alteraciones del flujo sanguíneo por debajo de la piel.

En el hombre

En el hombre, aumenta levemente el diámetro de la cabeza del pene, cerca de la corona y suele adoptar una tonalidad más oscura debido al acopio de sangre.

A medida que la tensión sexual aumenta, los testículos, empiezan a rotar hacia delante de forma tal, que la superficie posterior permanece en firme contacto con el perineo. El hombre nota una sensación de calor o de presión interna, que corresponde a la vasoconstricción de la región donde se ubica la próstata y las vesículas seminales.

El incremento de la tensión neuromuscular se manifiesta sobretodo, en las nalgas y los muslos.

A veces se acelera el ritmo cardiaco; la respiración es más rápida. Aumenta la presión sanguínea.

Orgasmo

Si avanzada ya, la fase de meseta, continúa la estimulación sexual efectiva, se llega a un punto en que el cuerpo libera de golpe la tensión sexual acumulada, en lo que constituye el apego de la excitación sexual.

"Es la fase más corta del ciclo de la respuesta sexual; dura sólo unos segundos, lapso durante el cual las rítmicas contracciones musculares que se desencadenan, producen una intensa sensación física seguida de un rápido relajamiento.

La diferente intensidad de los orgasmos, deriva de factores físicos (fatiga y el tiempo transcurrido desde el último orgasmo) y de una amplia gama de factores psicosociales (afinidad con la pareja, expectativas y sentimientos en torno al hecho sexual)." (Moreno, 1969, p. 95) * 52

En la mujer

El orgasmo en la mujer, se caracteriza por contracciones simultáneas y rítmicas del útero, el tercio exterior de la vagina (plataforma orgásmica) y el esfínter anal. Las primeras contracciones son muy seguidas, a intervalos de 0.8 segundos. Mientras prosigue el orgasmo, las contracciones disminuyen, su intensidad y duración, y sobrevienen lapsos menos regulares.

El orgasmo, es una respuesta total de todo el organismo, se contraen los músculos de numerosas regiones corporales; y además, el rubor sexual alcanza su mayor intensidad.

Se experimentan sensaciones sumamente placenteras que suelen comenzar en el clítoris, se extienden rápidamente por la pelvis hasta difundirse por todo el cuerpo.

En el hombre

Los orgasmos del hombre ocurren en dos etapas:

Primera: Los conductos deferentes (los dos conductos que portan espermatozoides), así como la próstata y las vesículas seminales, inician una serie de contracciones que impulsan al semen dentro del bulbo de la uretra. El hombre experimenta una sensación de inevitabilidad eyaculatoria.

Segunda: Las contracciones de la uretra y del pene se conciertan con las contracciones de la próstata y provocan la eyaculación o expulsión del semen, por el orificio localizado en la punta del pene.

El cuello de la vejiga urinaria, se cierra herméticamente para que el semen fluya y no se produzca una mezcla de orina y semen.

Las contracciones rítmicas de la próstata, músculos del perineo y cuerpo del pene, se producen a intervalos de 0.8 segundos y son las que facilitan la salida del semen durante la eyaculación.

El orgasmo se refiere a las súbitas contracciones musculares rítmicas en la región pélvica y otras zonas del cuerpo, que liberan eficazmente la tensión sexual acumulada y las sensaciones mentales que acompañan a este suceso.

Sensaciones y cambios en ambos sexos
Miotonia acentuada en todo el cuerpo.

Los espasmos o calambres musculares de las manos y los pies, sobrevienen en la fase de meseta, avanzada o durante el orgasmo.

El cuerpo entero puede dar una impresión de rigidez momentánea.

Resolución

El periodo de retorno al estado normal de no estimulación se conoce como la fase de resolución.

En el hombre se invierten las alteraciones anatómicas y fisiológicas ocurridas durante la etapa de excitación y meseta.

En las mujeres, las contracciones musculares del orgasmo, extraen la sangre de los tejidos, provocando la desaparición de la plataforma orgásmica. El útero regresa a su posición de reposo inactivo, desaparece la coloración de los labios vaginales, la vagina reduce su anchura y longitud, el clítoris vuelve a su tamaño y posición habitual, al mismo tiempo disminuye el tamaño de las venas.

En el hombre, la erección disminuye en dos etapas: se produce una pérdida parcial de la erección como resultado de las contracciones orgásmicas que succionan la sangre del pene, el flujo sanguíneo de los genitales retorna a sus niveles básicos de no excitación; los testículos se empequeñecen y vuelven al interior del escroto, separándose del cuerpo.

En ambos sexos desaparece el "rubor sexual", a veces se advierte una sudación abundante.

5.5 La fecundación

El instante en el que se unen el espermatozoide y el óvulo, se conoce como concepción o fecundación.

La unión del espermatozoide y el óvulo, se da en la parte superior de las Trompas de Falopio.

Después de la ovulación, el óvulo se dirige a las Trompas de Falopio, donde los cilios lo impulsan hacia el útero.

Una vez que han sido eyaculados en la vagina, los espermatozoides sanos recorren el sistema reproductor de la mujer; permanecen varias horas ahí, en el intento de penetrar al óvulo, proceso llamado capitación.

Para evitar que penetre más de un espermio, el óvulo genera un bloqueo eléctrico de poca duración en su superficie; el óvulo lleva al espermatozoide a su interior y hace que el núcleo del espermatozoide coincida con el suyo; dándose con esto la fecundación.

La fecundación origina una célula llamada cigoto, que contiene 23 cromosomas (material genético) aportados por el espermatozoide, y 23 más, del óvulo. Este conjunto de 46 cromosomas, facilita la programación de los caracteres hereditarios.

Los cromosomas sexuales, se conjugan para determinar el sexo del nasciturus. Los óvulos contienen cromosomas del tipo "x", y los espermatozoides del tipo "x" o "y"; por lo que el sexo del feto es determinado por el padre. Si la unión es de "x" y "x", el sexo será femenino; y si es de "x" y "y", el sexo será masculino.

El cigoto, célula de un solo núcleo empieza a dividirse unas 30 horas después de la fecundación; se divide en dos células, que a su vez se fragmentan en 4 células, luego en 8, y así sucesivamente.

Este conjunto de células se llama mórula. Durante los tres o cuatro días siguientes a la fecundación, la mórula desciende por la Trompa de Falopio y penetra en la cavidad uterina.

La mórula forma una cavidad interior que contiene líquido y recibe el nombre de blastocito.

Dentro del útero, el blastocito sigue desarrollándose y recibe oxígeno y alimento a través de las secreciones del endometrio; y, empieza a adherirse al revestimiento interno del útero, este proceso es llamado implantación y dura de 5 a 9 días después de la fertilización.

Embarazo

El embarazo dura 38 semanas y durante éste ocurren tanto en la madre como en el feto, notables cambios.

Durante las 8 semanas posteriores a la fecundación, el nasciturus recibe el nombre de embrión y transcurrido este tiempo se llama feto.

El periodo de gestación, se divide en periodos trimestrales.

- Primer trimestre

Desarrollo fetal: Partes del blastocisto, que anida el revestimiento del útero, se transforma en la placenta y las membranas fetales. La placenta, es el órgano a través del cual el ser en desarrollo se alimenta y recibe oxígeno del torrente circulatorio de la madre. Las membranas fetales son dos sacos delgados de tejido que encierran al embrión o feto, está rodeado por líquido amniótico, que mantiene la temperatura y que sirve de amortiguador, contra los golpes, protegiendo al feto de daño físico.

Al término del trimestre, el feto alcanza a medir 9 centímetros de largo y se han formado sus órganos principales. En esta etapa, se perfila al cordón umbilical, que contiene dos arterias y una vena, que se extiende desde la placenta hasta el ombligo del feto.

La madre: Tanto el cansancio como los vómitos o náuseas, caracterizan al primer trimestre del embarazo. La ausencia del periodo no significa la presencia del embarazo, ya que se puede presentar la ausencia del periodo debido al estrés o enfermedad.

- Segundo trimestre.

Desarrollo fetal: Empiezan los movimientos de succión y el feto ingiere poco líquido amniótico. Se pueden percibir los latidos del corazón, el cuerpo se cubre de un fino manto veloso. El feto responde a los sonidos. El tamaño al que llega el feto es de 30 centímetros de largo y su peso de 600 a 700 gramos.

La madre: Es un periodo de múltiples alteraciones físicas. La cintura empieza a colgar, el abdomen se hincha, la línea del busto se expande.

En útero se agranda y se eleva en el interior del abdomen, produciendo en ocasiones indigestión y estreñimiento. La piel del abdomen se estira y puede mancharse. Aumenta el tamaño de las mamas; de los pezones puede fluir calostro, líquido claro y amarillento, precursor de la leche.

- Tercer trimestre.

Desarrollo fetal: Se completa la formación del cerebro y del sistema nervioso, el tejido adiposo crece debajo de la piel y el manto veloso del cuerpo va desapareciendo. El feto ha adquirido anticuerpos de la madre que lo protegerán de infecciones durante la primera infancia.

La madre: Se evidencian la firmeza y el crecimiento del tamaño del útero, en los últimos meses aumentan las contracciones del útero.

El embarazo en la adolescencia

El embarazo en la adolescencia es un problema de salud reproductiva que tiene implicaciones tanto biológicas como sociales y psicológicas para la madre y el hijo. En América Latina, aproximadamente 40 por ciento de las mujeres tienen hijos antes de los 20 años y 56.4 por ciento de las mujeres mexicanas inician su vida sexual también antes de esta edad.

Las causas

"Existen diferentes causas que explican los embarazos de adolescentes, y generalmente se presentan asociadas. En este caso nos referimos específicamente

a lo que sucede en las zonas urbanas, ya que en las áreas rurales las variables asociadas pueden ser otras.

Se ha observado que las jóvenes que se embarazan en la adolescencia tienen algunas o varias de las siguientes características.

- Han abandonado los estudios
- Tienen dificultades para hacer planes a futuro y bajas expectativas al respecto
- Baja autoestima y poca confianza en ellas mismas
- Bajo nivel educativo
- Proceden de una familia conflictiva, en la que hay poca comunicación
- Han recibido mensajes contradictorios acerca de la sexualidad
- Probablemente sean hijas o hermanas de madres adolescentes
- Es posible que perciban el embarazo como una alternativa para independizarse de los padres, o para convertirse en adulto.” (Blos, 1971, p. 125) * 53

Los factores culturales también ejercen gran influencia en este fenómeno. En esto entra el concepto que se tenga de la mujer, de su papel social y del peso que se atribuya a la maternidad. Otro factor que influye es la posibilidad de que la adolescente vea en el embarazo una manera de alcanzar un nuevo estatus o de adquirir valor como mujer dentro del medio en que se desenvuelve; en algunos medios prevalece la idea de que “una mujer empieza ser mujer cuando es madre”. Además, no hay que olvidar que en la adolescencia se están estructurando y consolidando la identidad, masculina y femenina, y si la única opción de ser mujer que se reconoce son la maternidad y el matrimonio, las probabilidades de que se busque un embarazo prematuro son mayores. No obstante, en la mayoría de los casos, los embarazos a esta edad no son ni deseados ni planeados.

Existen muchas opciones, que no se contraponen a la maternidad, y que ofrecen a la mujer posibilidades distintas para desarrollarse y valorarse como ser humano. Sería importante promoverlas, pues la percepción de ella misma y del propio desarrollo influyen en la confianza, la autoestima y los proyectos de vida que tiene la mujer.

La falta de uso de métodos anticonceptivos evidentemente es un denominador común en casi todos estos casos. Por un lado, se ha difundido una actitud negativa en torno al uso de métodos anticonceptivos y existen muchos mitos al respecto, lo que disminuye la probabilidad de que sean utilizados. Por otro lado, se argumenta que las relaciones sexuales en la adolescencia rara vez se planean; para mitigar el sentimiento de culpa, se prefiere creer que uno no tomó la decisión, sino que se debió a las circunstancias.

Las consecuencias

“El embarazo a edades tempranas representa un riesgo tanto para la salud de la madre como para el hijo. El desarrollo de la joven está aún en proceso, y aunque su cuerpo es capaz de concebir, no necesariamente se encuentra en condiciones óptimas para no verse afectado con el embarazo. Existe el riesgo de que la gestación altere el desarrollo de la madre (FNAP 1997^a) y también existe una mayor probabilidad de padecer toxemia, infecciones uterinas, anemia y de que se presenten enfermedades en el recién nacido. El bebé podría nacer con bajo peso, baja talla, y podrían surgir complicaciones en el parto o un parto prematuro.” (Blos, 1971, p. 112) * 54

Ante un embarazo no planeado, existen distintas opciones por las que la pareja o la madre puede optar (o que quizá se vea obligada a aceptar). Es probable que se presione a los jóvenes para que se casen y formen una familia en la que crezca el hijo; sin embargo, está visto que en muchas ocasiones los matrimonios forzados y a tan temprana edad terminan disolviéndose, o en una relación llena de insatisfacciones en la que ambos se reprochan el estar unidos por culpa del otro.

También es posible que el padre no reconozca al hijo y que sean los abuelos quienes lo adopten, por lo que el hijo vendría a ser como un hermano de su madre; esto a veces supone que la independencia que posiblemente se anhelaba se transforme en una mayor dependencia de los padres. Tener un hijo durante la adolescencia corta los planes educativos futuros y limita las actividades sociales, hechos que pueden causar gran frustración.

Otra posibilidad es que los padres apoyen enteramente la idea de llevar el embarazo a término, aunque esto no deja de ser decepcionante para ellos

pues, en sus palabras, “no era esto lo que tenían planeado para sus hijos”; o, por el contrario, tal vez se opongan terminantemente a esa posibilidad, y la situación será más difícil para los jóvenes. Podemos imaginarnos o conocer otras escenas.

Existe la opción de dar al bebé en adopción, lo cual también conlleva consecuencias emocionales para la madre, quien más adelante podrá preguntarse dónde estará su hijo y tal vez sentirse culpable de haberlo abandonado. Aunque hay casos en los que el padre ni siquiera se entera de que tiene un hijo, en muchos otros asume la paternidad con responsabilidad, por lo que la adopción también lo afecta. En otras ocasiones se elige el aborto.

5.6 Parto

“El parto consiste en la contracción rítmica y regular de los músculos del útero, que culmina con el alumbramiento y la expulsión de la placenta y las membranas.” (Vázquez T., 2001, p. 90) * 55

Los eventos que suelen producirse antes del parto son el afinamiento del cérvix, la dilatación de la entrada de este órgano y la salida de una pequeña cantidad de moco impregnado de sangre.

Fases del parto

- Primera: Las contracciones uterinas son bastante intensas, duraderas y frecuentes, para dar paso al afinamiento y dilatación del cérvix.

Cuando el agrandamiento del cérvix alcanza los 10 centímetros, anchura necesaria para el paso del niño, ha concluido la dilatación.

Las contracciones del útero duran de 45 a 60 segundos y el intervalo entre ellas es de 2 minutos.

- Segunda: Abarca desde el instante de máxima dilatación hasta el nacimiento. Antes de que la cabeza del niño sea visible a través de la abertura vaginal, hacen, si es necesario, una pequeña incisión en el perineo.

Al momento de que emerge la cabeza del recién nacido es preciso facilitar la respiración limpiándole la sangre y el moco, aspirándole la boca y la nariz. Enseguida se procede a cortar el cordón umbilical.

- Tercera: Esta se da después de que nace el niño; la placenta se separa de la pared uterina y es expulsada junto con las membranas fetales, a esta fase se le conoce como alumbramiento.

Periodo posnatal

Después del parto, el útero se encoge hasta alcanzar poco a poco su tamaño normal. Disminuyen bruscamente, los niveles de los estrógenos y la progesterona, en el cuerpo de la madre.

El cérvix, no tarda en recuperar el tono, estrechándose, al cabo de una semana.

Se regenera el revestimiento del útero expulsando los llamados loquios.

La vagina, se va estrechando de manera gradual, por lo general, no recobra el mismo tamaño que tenía antes.

5.7 Esterilidad

- Esterilidad en la mujer: Sus dos causas principales son:

- a) Falta de ovulación: Puede estar originada por afecciones ováricas, desequilibrio hormonal, enfermedades crónicas, la ingestión de sustancias dañinas, entre otras.

- b) Oclusión de las Trompas de Falopio: Se puede deber a cicatrices secundarias, a una infección de los tejidos pélvicos o de la zona abdominal.

- c) Un aborto mal practicado también puede ser causa de esterilidad.

- Esterilidad en el hombre: La causa principal, es la insuficiente producción de espermatozoides y anomalías en la formación y volumen del líquido seminal.

La baja producción de espermatozoides se puede deber a daños en los tejidos testiculares, infecciones, radioterapia, trastornos endocrinos, testículos que no han descendido después de la pubertad, ingestión de sustancias dañinas, entre otras.

5.8 Métodos anticonceptivos

Los métodos anticonceptivos, son utilizados con la finalidad de evitar embarazos no deseados.

Clasificación de los métodos anticonceptivos

1. Métodos Naturales:

"Su finalidad es conocer los días en que la mujer es fértil para evitar las relaciones sexuales mientras haya riesgo de embarazo." (Vázquez T., 2001, p. 95) * 56

La mujer es fértil en el momento de la ovulación, por lo que éste método, centra su atención en detectar el momento en el que la mujer está ovulando.

Los métodos que existen para detectar el momento de la ovulación, son:

a) Método del calendario: Consiste en llevar un registro de duración, de los últimos ciclos para determinar los días de posible ovulación. Se marca en un calendario:

- El primer día de sangrado, como el primer día del ciclo menstrual. Del primer día al séptimo día, son días de bajo riesgo.

- El octavo y noveno día, son días adicionales de riesgo para los ciclos irregulares.

- El décimo y onceavo día, son días de riesgo medio, para los ciclos regulares.

- Del 12 al 16, son días de alto riesgo.

- El día 14 es el día de la ovulación, y por tanto el día de mayor riesgo.

- El día 17 es de riesgo medio para los ciclos regulares.

- Del 18 al 20, son días adicionales de riesgo para los ciclos irregulares.

- Del 21 al 28, son días de bajo riesgo.

Este calendario es de un ciclo regular de 28 días, el cual sirve de base para *calendarizar ciclos de mayor o menor duración.*

b) Método de temperatura: Consiste en descubrir el momento de la ovulación, por medio del aumento de la temperatura basal (al despertar), que se presenta inmediatamente después de la ovulación.

De la misma manera que ocurre con el procedimiento de calendario, una vez conocido el día de la ovulación, hay que tomar precauciones, con un mínimo de cinco días antes y cinco días después.

c) Método de la viscosidad del moco cervical o Método de Bilings: En este método es necesario observar la consistencia del moco cervical, que varía durante el ciclo, debido a los distintos niveles hormonales.

Existen cinco fases distintas:

- Primera fase o fase seca: Después de la menstruación existen bajos niveles de estrógenos, que no estimulan la secreción de moco y se produce una sensación de sequedad vaginal.

- Segunda fase: La constituyen los días preovulatorios; los niveles de estrógenos aumentan y producen una reacción de moco más turbio, un tanto viscoso.

- Tercera fase: Ocurre inmediatamente antes y después de la ovulación: los estrógenos llegan a niveles máximos. El flujo cervical se vuelve muy fluido, produce una sensación de humedad y lubricación vaginal; el cual indica el periodo de máxima fertilidad, El último día que la mujer aprecia ésta sensación lubricante, es el día clave “cima”.

- Cuarta fase: Comprende los días postovulatorios, durante los cuales los niveles de progesterona se elevan y la secreción de moco disminuye, se vuelve pegajoso, llega a desaparecer por completo y nuevamente existe la sensación de sequedad vaginal.

La fase fértil, comienza el primer día postmestrua y termina el cuarto día después del clave o cima; días en los que deberán evitar las relaciones sexuales.

2. Métodos de barrera femeninos: Se basan en impedir que los espermatozoides puedan llegar hasta el óvulo y fecundarlo.

a) El diafragma: Es un casquete de caucho fino, con un anillo de metal flexible en su base, que sirve para adherirlo al cuello del útero; impidiendo así el paso de los espermatozoides. La elección del tipo de diafragma ha de ser realizada por el ginecólogo, tomando en cuenta el tamaño, la forma y la posición del cérvix, así como el tono muscular de la vagina. Este método debe utilizarse siempre con una crema espermicida que se coloca en el interior de la capucha o casquete de caucho. El diafragma puede colocarse varias horas antes del contacto sexual, pero si pasan más de tres horas será necesario volver a aplicar el espermicida. Después de la relación sexual, es necesario que el diafragma permanezca dentro de la vagina por lo menos seis horas, para que el espermicida siga actuando. Para retirarlo, se introduce el dedo y se jala el borde hacia fuera. Se lava con agua y jabón y se guarda bien protegido, en un lugar fresco y seco. Es de uso personal y antes de usarlo hay que asegurarse de que no tenga perforaciones, así como al momento de usarlo tener cuidado de no rasgarlo con las uñas. No se debe dejar un diafragma dentro de la vagina por más de treinta horas seguidas.

b) Espermicidas químicos vaginales: Son sustancias que depositadas en la vagina, impiden el ascenso de los espermatozoides a través del canal cervical. Se presentan bajo diversas formas: crema, gel, supositorios, óvulo, pastillas espumantes, sprays a presión, etcétera.

Pueden utilizarse sólo o como refuerzo de otros métodos, resultando ser más útiles.

La sustancia activa de los espermicidas está constituida por compuestos químicos con una gran tensión superficial que destruye el espermatozoide.

- a) Condón vaginal: Consiste en una funda de poliuretano, transparente impermeable, de tamaño algo mayor que la vagina, con boca ancha que mantiene su forma redondeada y se adapta al exterior de la vulva por medio de una arandela de plástico flexible. Dentro, lleva otra arandela que asegura la adaptación a las paredes vaginales a fin de conseguir que el condón se mantenga tenso y en su sitio; presenta un prelubricado.

Protege contra enfermedades de transmisión sexual y las infecciones.

Se aconseja el uso simultáneo de un producto espermicida.

3. Anticonceptivos hormonales: Son preparaciones elaboradas a base de hormonas regularmente, inhiben la ovulación.

- a) La píldora: Su modo de acción, consiste en la contención de los mensajes bioquímicos a nivel de hipotálamo y la hipófisis, y así impedir la secreción de las hormonas luteinizante y foliculoestimulante. Sin estas hormonas no se estimula el mecanismo de ovulación, con lo que se inhibe el desarrollo y maduración del ovocito en el ovario y su expulsión hacia las trompas, sin producirse la ovulación.

Existen diversos tipos: combinada, monofásica, bifásica o trifásica, según las proporciones y combinaciones de sus componentes; se administran a lo largo del ciclo. El tratamiento consta de 21 comprimidos que deben tomarse diariamente a la misma hora. Se deben empezar a tomar al quinto día de iniciado el ciclo menstrual, contando a partir del primer día de sangrado; al terminar de tomarlas se descansa siete días y se inicia un nuevo paquete de pastillas anticonceptivas.

- b) Inyecciones: Una de las más usuales, consiste en una combinación de estrógenos y progestagenos con capacidad para almacenarse en el tejido graso e ir liberándose lentamente a lo largo de todo el mes; debe administrarse entre el séptimo y décimo día de iniciado el ciclo.

4. Dispositivo intrauterino: El DIU es un objeto de plástico, recubierto de hilo de cobre, que se coloca en la cavidad intrauterina.

El DIU, colocado en el útero dificulta la ascensión del espermatozoide hasta la trompa de Falopio, donde se produce el encuentro con el óvulo. Provoca, además, cierta inflamación del endometrio, dificultando o impidiendo la nidación del óvulo fecundado.

5. Oclusión tubaria: Procedimiento quirúrgico, que consiste en cortar y ligar las trompas uterinas, para impedir el paso de los espermatozoides al tercio externo de la trompa uterina; al quedar obstruido el paso, el óvulo y el espermatozoide no se pueden poner en contacto y no hay posibilidad de fecundación; es un método permanente e irreversible.

6. Preservativo masculino: Consiste en una funda de látex u otro material similar, que se coloca en el pene erecto, adaptándose a él, constituye una barrera tanto para los espermatozoides como para los microorganismos, con lo que evita su transmisión por vía sexual.

En la actualidad, el método anticonceptivo que más se debería utilizar de forma exclusiva o combinada con otro es el preservativo/condón debido a que previene el contagio de las enfermedades de transmisión sexual, entre ellos el sida.

7. Vasectomía: Esterilización en el hombre, consiste en la ligadura de los conductos deferentes, que transportan los espermatozoides desde el testículo hasta la uretra.

Anticoncepción de emergencia

Recientemente se dieron a conocer los tratamientos hormonales llamados poscoitales "la pildora del día siguiente" y "la pildora antigestacional" RU486; las cuales, ante la sospecha de un posible embarazo, ofrecen a la mujer la elección de continuarlo o interrumpirlo. Estos tratamientos han encontrado enormes dificultades para su distribución y popularización; la dosis poscoital, sólo se encuentra para su venta en farmacias de Alemania, mientras que en otros países desarrollados, el que una mujer pueda acceder a ella, en el caso de

violación; dependerá de la política propia de cada país y de que la infraestructura sanitaria sea más o menos permisiva. La RU486, sólo es administrada en algunos centros médicos de ciertos países de Europa, debido a la presión en contra, que han ejercido sectores sociales conservadores.

La anticoncepción de emergencia se utiliza cuando se han tenido relaciones sexuales sin protección, o cuando el método utilizado falló por alguna razón. Como su nombre lo dice, es de emergencia y no sustituye el uso de anticonceptivos regulares. Es menos eficaz que los métodos tradicionales y causa mayores efectos colaterales, que si bien son pasajeros, pueden resultar molestos.

Al hablar de este tema con los jóvenes habría que insistir mucho en que sólo se utiliza cuando, por alguna razón, se han tenido relaciones sin protección, o si el método no funcionó. Siempre es mejor prevenir y utilizar algún método regularmente. La anticoncepción de emergencia es un método bastante efectivo, pero si se utiliza con frecuencia pierde seguridad, esto debido a los cambios hormonales que van a alterar el ciclo regular de la mujer.

Las pastillas de la anticoncepción de emergencia son pastillas anticonceptivas comunes que contienen una combinación de estrógenos y progesterona. Se toman en dosis más altas que cuando se utilizan cotidianamente: de dos a cuatro pastillas en dos tomas repetidas, dependiendo de la concentración que tengan. Es imprescindible consultar a un especialista para que sea éste, según el caso, el que diga que tipo de pastillas son las indicadas.

Se deben tomar en un lapso máximo dentro de 72 horas después de haberse llevado a cabo el contacto sexual sin protección. Primero de dos o cuatro pastillas, y doce horas después se repite la dosis; es importante que sea en esos lapsos. Pueden causar náuseas, mareos, vómitos, dolor de cabeza y sensibilidad de los pechos. Si se llega a presentar vómito en las tres horas siguientes de haber ingerido las pastillas, hay que volverlas a tomar. Si el vómito se presenta después de transcurridas tres horas, no es necesario repetir la dosis.

Existe otro tipo de pastillas que sólo contienen progestágenos, y que constituyen una opción para las mujeres que no pueden tomar estrógenos. Estas

pastillas deben tomarse en un lapso no mayor a las ocho horas siguientes de haberse dado el coito.

Las pastillas de anticoncepción de emergencia actúan dependiendo del momento del ciclo hormonal en el que se encuentre la mujer: retrasa la ovulación, impiden la fecundación o no dejan que el huevo se implante. Es importantísimo, mencionar que una vez que se ha implantado el óvulo fecundado y el embarazo ha comenzado, las pastillas ya no funcionan ni tampoco provocan aborto.

También se puede recurrir a la inserción del DIU en los cinco días siguientes al contacto sexual sin protección, como una opción de anticoncepción poscoital. En estos casos, generalmente se deja el DIU como método de anticoncepción regular.

Al hablar de anticonceptivos con los adolescentes, es recomendable mostrarles los métodos físicamente. Así los jóvenes podrán familiares con ellos y tener una imagen real de cada uno. Todos los métodos anticonceptivos tienen ventajas y desventajas, algunos son mejores para una situación o para determinada pareja, y ninguno es totalmente seguro.

Sería importante reflexionar acerca de los mitos que existen en torno a los anticonceptivos, y de por qué, aun teniendo información, la gente no los utiliza.

5.9 Aborto

La palabra Aborto deriva del latín *Abortus* que a su vez se divide en dos palabras: *ab* que es una partícula privativa, y *ortus* que quiere decir nacimiento, es decir maniobra de abortar, lo nacido antes de tiempo, parto prematuro y en sentido estricto, privar de nacer. Así, etimológicamente, significa, sin nacimiento.

Un aborto es la terminación de un embarazo. Es la muerte y expulsión del feto antes de los cinco meses de embarazo. Después de esta fecha, y hasta las 28 semanas de embarazo se llama parto inmaduro y parto prematuro si tiene más de 28 semanas. Se dice que hay aborto completo cuando se expulsa con el feto la placenta y las membranas

Hay retención placentaria cuando se expulsa solamente el feto y se dice que hay restos uterinos cuando sólo se expulsa una parte del producto de la concepción. A veces es difícil distinguir realmente lo que se ha expulsado, dadas las alteraciones que sufre no sólo el feto, sino la placenta y las membranas.

Clasificación:

Teniendo en cuenta las causas que originan el aborto, se clasifican en :

- Aborto espontáneo o natural
- Aborto provocado
- Aborto terapéutico

Aborto espontáneo o natural

El aborto espontáneo se debe tanto a defectos paternos como maternos. Respecto a los primeros, debe señalarse que del 40% al 50% de los abortos espontáneos de origen materno son atribuidos a la sífilis, muchas veces desconocida, ignorada, o negada a sabiendas. El restante 50% se debe a alcoholismo habitual y crónico, agotamiento físico o mental, vejez entre otras.

La causa de origen materno son variadas. Las malformaciones de cada uno de los órganos del aparato genital femenino; pólipos, fibromas, cáncer, endometritis, entre otras. También algunas enfermedades como diabetes, hipertensión, o enfermedades producidas por infecciones bacterianas o virales son causantes de aborto espontáneo.

Como causas conjuntas, paternas y maternas, y que actúan a la vez, podemos citar los matrimonios muy jóvenes, los tardíos, la vejez prematura o la decrepitud de uno de los cónyuges, la miseria, el hambre, la privaciones, el terror, la desesperación, el alcoholismo común, la sífilis o la tuberculosis, también padecidas conjuntamente. Todas estas causas pueden actuar en el momento propulsor de la fecundación.

Otras causas de aborto espontáneo son las malformaciones del embrión.

Aborto provocado

En Europa Occidental el aborto es más o menos reprimido, según la política de natalidad llevada por estos países. Sin embargo, y pese a la persecución penal de que es objeto, sus prácticas se desarrollan clandestinamente, y a menudo, sin las necesarias garantías de higiene y asepsia, lo cual provoca graves lesiones o la muerte de la madre.

Dentro de este grupo se incluye el aborto producido por imprudencia.

Aborto terapéutico

Es el que tiene por objeto evacuar científicamente, por medio de maniobras regladas, la cavidad uterina, vaciándola de todo su contenido. Este aborto lo verifica un médico especializado y se toman las medidas precisas para salvaguardar la vida de la paciente, seriamente amenazada. Se realiza cuando la vida del feto se considera perdida (producto muerto) o representa un gravísimo peligro para la madre.

Riesgos del legrado:

- Infección
- Perforación del útero
- Legrado incompleto

5.10 Autoerotismo

El autoerotismo o la masturbación es la obtención de placer sexual en solitario a través de cualquier tipo de estimulación física. La excitación o el estímulo sexual proviene de uno mismo y no forman parte de la actividad sexual con una pareja.

Según Peter Blos, la masturbación durante la adolescencia, se vuelve el regulador de tensión y el portador de fantasías que acompañan su contenido, construida en una larga historia de sensaciones y experiencias autoeróticas localizadas en el tenue pasado de su infancia.

“Spieget (1959) se refirió al hecho de que existe una dicotomía del ser en la masturbación, la masturbación dirigida a un objeto representa la parte genital del ser, mientras que el componente Narciso de la masturbación considera los genitales como objeto.”

A través de las fantasías que acompañan a la masturbación, el individuo va elaborando y asimilando, la posibilidad de obtener placer junto con y/o a través de “el otro”, despertándose en él la inquietud de encontrar una pareja con quien pueda satisfacer y compartir su sexualidad.

Factores positivos de la masturbación:

- Conocimiento del propio cuerpo, para experimentar placer sexual.
- Llevar una vida sexual, sin la necesidad de tener una pareja.
- Promueve la gentilidad en el ser humano.

5.11 Enfermedades de transmisión sexual

En el siguiente cuadro se exponen las enfermedades que se pueden adquirir o contagiar, durante una relación sexual; no son las únicas, pero sí las más frecuentes o las de mayor peligro.

ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

(FUENTE: BROKER, 1983, P. 102) * 57

ENFERMEDAD	CAUSA	SÍNTOMAS	TRATAMIENTO	CONSECUENCIAS
TRICOMONIASIS	Parásito protozoo	Hombres: Molestias en el pene, escozor al orinar, secreción acuosa. Mujeres: Secreción vaginal maloliente, dolores abdominales y al orinar, picores en el área genital, dolores durante el coito.	Antibióticos	Infecciones unna- nas

ENFERMEDAD	CAUSA	SÍNTOMAS	TRATAMIENTO	CONSECUENCIAS
PEDICULOSIS (ladillas)	Parásito externo Bacteria	Picor, pequeños parásitos móviles a simple vista y agarrados al vello púbico	Tratamientos desparasitarios desinfección de prendas íntimas	Ninguna
GONORREA	Bacteria	Hombres: Secreción viscosa o purulenta por el pene, escozor al orinar. Mujeres: Aumento del flujo vaginal, trastornos menstruales, escozor al orinar	Antibióticos	Hombres: Infecciones en articulaciones (artritis) dolores en el pene e ingles y esterilidad. Mujer: Infecciones en articulaciones (artritis) esterilidad; en recién nacidos ceguera o neumonía.
LINFOGRANULOMA	Bacteria	El 75% de los infectados no presentan síntomas, debido a que son difíciles de detectar, en ocasiones son más reconocibles en el hombre	Antibióticos	Semejantes a los de la gonorrea
SÍFILIS	Bacteria	Etapa 1 Úlcera rojiza (no dolorosa) en genitales, boca o ano Etapa 2 (de 1 a 6 meses después del contacto) nódulos linfáticos en ingles, axilas o cuello Manchas en el pecho, espalda y extremidades	Antibióticos	Lesiones destructivas en el sistema circulatorio y el sistema nervioso, que puede ser mortales. Malformaciones y muerte del recién nacido
HERPES GENITAL	Virus	Inflamaciones alrededor de los genitales y el ano con pequeñas ampollas dolorosas, escozor al orinar, en el 1er episodio, síntomas parecidos a la gripe	Evitar todo contacto sexual mientras persistan las ampollas tratamiento difícil	Rebote de los síntomas en situaciones de estrés riesgo de aborto, riesgo de cáncer cervical.

ENFERMEDAD	CAUSA	SÍNTOMAS	TRATAMIENTO	CONSECUENCIAS
CONDILOMAS	virus	Lesiones (no dolorosas) de aspecto verrugoso (como coliflor). Normalmente en la vagina, cuello del útero y en los genitales externos y alrededores.	Crioterapia, láser electrocoagulación, tratamiento difícil	Rebotes frecuentes, posibles desarrollos cancerosos
INFECCIÓN VIH Y SIDA	Virus	<p>Grupo 1. Infección aguda por VIH. Es el primer contacto con el virus. Se produce la seroconversión, el individuo afectado desarrollará anticuerpos frente al VIH.</p> <p>Grupo 2. Personas infectadas por VIH, no han desarrollado ningún signo o síntoma de la enfermedad.</p> <p>Grupo 3. Los individuos presentan ya alteraciones patológicas (linfadenopatía persistente de varios grupos de ganglios linfáticos del organismo)</p> <p>Grupo 4. Se enmarcan diversas alteraciones neurológicas (demencia), estados de consunción, diarreas prolongadas, infecciones, cáncer, deficiencia inmunocelular</p>	Medicamentos para disminuir la velocidad de progresión	Transmisión al feto, gran vulnerabilidad a infecciones, cáncer y problemas neurológicos, muerte
CHANCRO BLANDO	Bacteria	Úlceras en zona genital	Antibióticos	Lesiones locales graves

Para prevenir el contagio de enfermedades de transmisión sexual, infecciones genitales y el SIDA; es indispensable utilizar el preservativo, y para una mayor prevención, es recomendable complementar este método con cremas espermicidas así como utilizar material esterilizado en cualquier tipo de intervención quirúrgica, hacer pruebas de detección del virus del VIH en la sangre antes de ser donada.

5.12 La autoestima

La autoestima es un término muy usado pero vagamente definido. Branden (1998) define la autoestima como el sentimiento de ser apto para la vida y su exigencias. Es la disposición a sentirse competente para enfrentar las vicisitudes de la vida y la confianza que se tiene en poder hacerlo, así como estar convencido de que se merece ser feliz.

Para Branden, la autoestima tiene dos componentes esenciales:

- El sentimiento de autoeficacia y
- El autorespeto

La autoeficacia es la confianza en las propias habilidades para juzgar, decidir y escoger, y para comprender la realidad.

El autorespeto es la seguridad que se tiene del propio valor, y la actitud positiva y afirmativa hacia el derecho a la vida y a la felicidad.

Si alguno de estos dos componentes es deficiente, la autoestima se verá afectada.

La autoestima es una evaluación personal de uno mismo y expresa una actitud de aprobación, la cual refleja hasta qué punto el individuo cree y está conforme consigo mismo.

A mayor autoestima, ambiciones mas elevadas en todos los sentidos; se busca satisfacción emocional, elevado desarrollo creativo y espiritual, así como nuevas experiencias. Por el contrario, una persona con baja autoestima suele

buscar, de manera no consciente, experiencias, relaciones y situaciones que reafirmen su capacidad disminuida.

La confianza en uno mismo y la seguridad, determinan que aunque el camino sea difícil y haya que reforzarse, se puede lograr.

Debido a que, en la adolescencia se manifiesta mucho más la inclinación a medir el valor personal y el éxito de acuerdo con los logros de los demás, se presenta a esa edad mayor vulnerabilidad. Lo cierto es que la fuente de satisfacción y el valor personal están en uno mismo, en saber explotar las propias habilidades y capacidades, y sería bueno que los jóvenes tomaran conciencia de esto.

Tener una autoestima elevada no implica que la persona sea buena para todo ni que todo le salga bien; significa sólo que tiene confianza y seguridad en su propia capacidad para enfrentar la vida y resolver problemas; que se acepta a sí misma y se aprueba; que sabe que si falta una vez tiene la fuerza para volver a intentarlo.

La persona con poca autoestima se rinde con facilidad ante situaciones difíciles que en realidad sería capaz de resolver, y se deja llevar fácilmente por lo negativo, en comparación con lo positivo, vive tratando de evitar los fracasos, y no buscando logros para disfrutar de ellos. Lo primero que hace el temor es paralizar a la persona en sus actos.

Una manera de enmascarar este sentimiento de inferioridad es aparentar lo contrario, dar la impresión de que no se teme a nada, de que se es capaz de realizar cualquier cosa, menospreciando lo que los demás hacen por no ser lo suficiente bueno o interesante. Cuando la persona está segura de sí misma y se aprueba, acepta también a los demás, los trata con respeto y amabilidad, ya que su valía personal no depende de que los demás sean menos que él. Si alguien se respeta a sí mismo, puede respetar y aceptar a los demás sin sentirse inferior.

Cuando una persona se considera capaz y con la fuerza y habilidades suficientes para resolver un problema, vive con la sensación de tener mayor control sobre la propia vida y, por tanto, más seguridad. Si esto no ocurre, los acontecimientos se viven como lo hace un espectador, con una actitud de pasi-

vidad, o se es víctima de los hechos, sin que la persona pueda hacer nada frente a ellos.

5.13 El género

"Al nacer se asigna o atribuye a la persona un sexo a partir de los órganos sexuales externos que presenta. Para nosotros es un niño o una niña; sin embargo, el bebé en sí mismo no está consciente de ello. Más o menos entre los dos y los tres años se establece lo que se conoce como identidad de género, que es la confluencia entre el aspecto físico y el factor psicológico. El niño se identifica como hombre o como mujer, y empieza a estructurar sus experiencias dependiendo del género al que pertenece. En un principio, la diferenciación se basa en cuestiones tanto biológicas como sociales. Una vez que el niño o la niña ha identificado la existencia de dos géneros, confirma el papel que le corresponde a partir de su sexo y empieza a adoptar las conductas y actitudes correspondientes." (Luzuriaga, 1996, p. 134) * 58

Desde los primeros momentos de vida de los infantes, se da una educación distinta a hombres y a mujeres. Varias características psicológicas, culturales y sociales se asocian al desarrollo de la sexualidad, las cuales, más allá de las características físicas que determinan lo que se es (hombre o mujer), tienen que ver con lo que se espera de uno como tal y la aceptación e identificación que cada quien tiene con ser hombre o mujer. Esto determina en gran medida las habilidades, los intereses, las actividades y las expectativas diferentes que en muchas sociedades se tienen acerca de las personas según su sexo. Constituyen el género, escasas diferencias, lo que se considera socialmente femenino o masculino, es decir, lo que corresponde a un hombre o a una mujer.

Si se analiza a los hombres y a las mujeres de una misma sociedad, se encontrarán diferencias entre ambos sexos en la manera de actuar, de pensar, de sentir, de expresarse y en las actividades que realizan. Se ha llegado a considerar, e incluso a dar por sentado, que éstas diferencias son inherentes al sexo y que se nace con ellas. Sin embargo, en la mayoría de los casos, estas diferencias son aprendidas y son resultado de un proceso cultural. Los conceptos de lo masculino y lo femenino hacen referencia a los caracteres biológicos, pero no están totalmente determinados por ellos.

5.14 La orientación sexual

Los jóvenes tienen muchas dudas acerca de la orientación sexual, es decir, respecto de lo que hace a una persona ser heterosexual u homosexual, y en ocasiones acogen algunos de los mitos más comunes a este respecto. Por tanto, es muy importante responder a estas dudas de manera clara y objetiva.

La orientación sexual se refiere a sentirse enamorado y eróticamente atraído por personas del sexo complementario (heterosexualidad), por personas del mismo sexo (homosexualidad) o gustar de ambos sexos (bisexualidad).

Homosexualidad

La homosexualidad es la atracción amorosa y erótico-sexual hacia personas del mismo sexo. Este término engloba tanto a los hombres como a las mujeres.

El hecho de que algunos hombres homosexuales tiendan a comportarse de manera afeminada y algunas lesbianas tengan un aspecto hasta cierto punto masculino, no son ni las conductas ni las apariencias ni tampoco sus actividades lo que hace que una persona sea homosexual. En general, existe la tendencia de creer que la simple apariencia o cierto tipo de conductas implican una orientación sexual específica sin embargo, aun cuando estos aspectos no coincidan con lo que socialmente se espera de un hombre o de una mujer, esto no significa que la persona sea homosexual. Puede haber homosexuales muy varoniles o lesbianas muy femeninas, así como puede haber personas heterosexuales con apariencia afeminada u hombruna.

Es importante mencionar que el haber tenido una experiencia sexual con una persona del mismo sexo no convierte al individuo automáticamente en homosexual. Asimismo, expresar afecto a personas del mismo sexo tampoco es por sí solo un rasgo de homosexualidad.

Existen diferentes teorías acerca de los orígenes de la homosexualidad; sin embargo, ninguna se aplica a todos los casos ni tampoco hay una que esté totalmente comprobada. Se sostiene que la homosexualidad se puede deber a experiencias vividas en la infancia. Se cree que la relación con los padres, en especial con la madre y el entorno familiar podrían influir en que la homosexua-

lidad se presentara. También se habla de experiencias vividas con personas del mismo sexo, de situaciones de abuso sexual en la niñez y de causas circunstanciales, como permanecer mucho tiempo (años) en un ambiente exclusivamente de hombres o donde sólo hay mujeres, como el ejército, la cárcel o los internados. Sin embargo, es difícil explicar por qué algunas de las personas que se desarrollan en esas circunstancias son homosexuales y otras no.

La orientación sexual puede cambiar en diferentes momentos de la vida. Hace diferentes a unas personas de otras en el sentido de que algunas se sienten atraídas por personas de su mismo sexo, otras por las del sexo complementario y otras por ambos sexos.

La homosexualidad no es un trastorno mental ni una enfermedad. De hecho, ha existido a lo largo de la historia de la humanidad.

La bisexualidad

Bisexual es la persona que tiene actividad sexual heterosexual u homosexual indistintamente.

Existe una dicotomización tajante de la identidad sexual. Se espera que las personas sean heterosexuales o sea homosexuales, pero que se definan por alguna de estas opciones, como si fueran las únicas que existieran. A raíz de esta creencia se ha llegado a pensar que los bisexuales son personas sin una identidad definida. Se cree que en realidad son homosexuales que no tienen el valor suficiente para aceptarlo, que son más promiscuos, que tienen más de una pareja a la vez, que tienen una gran obsesión por el sexo y que transmiten el VIH/sida. Estos son estereotipos que hacen que el rechazo hacia ellos se intensifique no sólo entre los heterosexuales, sino también entre los homosexuales.

Transexualidad y travestismo

Se dan casos en los que la persona reconoce que desde pequeña sintió que pertenecía al sexo contrario al que su biología le marcaba. Se siente mujer con cuerpo de hombre, u hombre con cuerpo de mujer. Se habla de un trastorno de la

identidad sexual cuando el individuo se identifica de un modo intenso y persistente con el otro sexo y experimenta malestar persistente por el sexo asignado.

En ocasiones, al llegar a la edad adulta los transexuales optan por operarse para cambiar de sexo. Eso se presenta con mayor frecuencia en hombres que en mujeres. Ser transexual no es lo mismo que ser homosexual, pues aunque la persona tenga en apariencia un cuerpo masculino, vive como mujer o viceversa.

Aquí la idea sería la siguiente: Tengo cuerpo de hombre pero soy mujer y, como mujer, me gustan los hombres, de modo que el individuo podría vivir su orientación sexual como heterosexual. Esto significa que la transexualidad se basa en la identidad de género y no en la orientación sexual. La orientación sexual puede dirigirse hacia los hombres, hacia las mujeres, hacia ambos sexos o hacia ninguno.

En cuanto a los travestidos, se dice que son personas que gustan de vestir con ropa del otro sexo. La mayoría son personas heterosexuales, pero también hay una buena porción de travestidos homosexuales, bisexuales e incluso asexuales.

5.15 Abuso sexual

El abuso sexual se define a partir de dos grandes conceptos: el de coerción y el de la diferencia de edad entre agresor y víctima. La coerción (con fuerza física, presión o engaño) debe ser considerada por sí misma criterio suficiente para que una conducta sea etiquetada de abuso sexual del menor, independientemente de la edad del agresor.

El abuso sexual comprende un amplio rango de conductas físicas

Violación (penetración en la vagina, ano o boca con cualquier objeto sin el consentimiento de la persona).

Penetración digital (inserción de un dedo en la vagina o en el ano).

Exposición (mostrar los órganos sexuales de una manera inapropiada, como en el exhibicionismo).

Coito vaginal o anal.

Penetración anal o vaginal con un objeto.

Caricias (tocar o acariciar los genitales de otro, incluyendo forzar a masturbar para cualquier contacto sexual, menos la penetración).

Contacto genital oral.

Obligar al niño a que se involucre en contactos sexuales con los animales.

El abuso sexual tiene consecuencias devastadoras en las víctimas, incluyendo aquellas que lo sobreviven. Las víctimas deben luchar por superar los efectos emocionales y sociales del trauma que han sufrido.

Millones de adolescentes y niños en el mundo sufren de abuso sexual. El daño emocional y psicológico a largo plazo puede ser destructivo. El abuso sexual a los niños puede ocurrir en la familia, a manos de un padre, un padrastro, hermano u otra persona; o fuera de la casa, por ejemplo, por un amigo, la persona que lo cuida, un vecino, un maestro, o un desconocido.

Por tanto, cuando el abuso sexual ha ocurrido, el niño desarrolla una variedad de pensamientos e ideas angustiantes. No hay niño o adolescente preparado psicológicamente para hacer frente al estímulo sexual obligado.

5.16 Aspectos psicológicos de la sexualidad

Cuando el adolescente alcanza la pubertad, comienza a experimentar cambios en su vida sexual, debido a la presencia de mayores impulsos sexuales y a una transformación en la calidad de los mismos, y a su función reproductora.

El instinto sexual, hasta entonces predominantemente autoerótico, encuentra por fin el objeto sexual. Hasta ese momento actuaba partiendo de instintos aislados y de zonas erógenas que, independientemente unas de otras, buscaban como único fin sexual determinado placer. Ahora, los instintos aislados que buscaban placer en ciertas zonas erógenas del cuerpo, se subordinan a la zona genital, produciendo con esto una distinta finalidad sexual.

“La persona que llega a negar su nueva constitución sexual, además de virarse de una forma fragmentada, obstaculiza la adquisición de conciencia, y al no tener una conciencia sexual, se expone tanto a problemáticas individuales como a sociales.

Al desprenderse el individuo de sus padres y del núcleo familiar, busca objetos nuevos, al principio, por lo general recurre al amigo/a de su mismo sexo. El muchacho hace amistades que exigen una idealización del amigo; algunas características en el otro son admiradas y amadas porque constituyen algo que el sujeto mismo quisiera tener y en la amistad él se apodera de ellos.

Digamos que si el individuo comienza a desarrollar en él mismo, las características que admiraba y amaba de su amigo, integrándolas a su sí mismo o a su yo ideal; el amigo idealizado pasará a proporciones ordinarias; debido a que el yo ideal estará establecido en forma independiente del objeto en el mundo externo.

Para la mujer la amistad juega un papel igualmente importante en su vida. La forma típica de idealización según Blos, es el flechazo, cuyo objeto es amado en forma pasiva, con deseo de obtener atención y afecto; o toda clase de afectos eróticos o sensualizados." (Blos, 1971, p. 115) * 59

5.17 Aspectos sociales de la sexualidad

La forma en que el ser humano viva su sexualidad, depende del aprendizaje que adquiera dentro de su sociedad.

Desde que el individuo nace, comienza a interactuar en sociedad; en la familia dependiendo del sexo que tenga, femenino o masculino, va ha ser el trato que reciba y las respuestas que de él o ella se esperen. Por lo general, a la niña se le decora la recámara de color rosa o tonos pastel, se le enseña a ser sumisa, se le permite llorar y expresar sus sentimientos; en cambio, al niño se le decora la recámara de color azul o tonos fuertes, se le fomenta la agresividad y/o la valentía en forma de juegos rudos y violentos, se critica toda actitud que ponga en duda su masculinidad, por lo que deberá aprender a controlar sus emociones y a no mostrar fácilmente sus sentimientos. De la familia, inicia el aprendizaje tanto en los hombres como en las mujeres del papel que deben desempeñar en sociedad.

A continuación se presentan algunos resultados de la Encuesta Nacional de la Juventud, que ejemplifican de manera clara los aspectos sociales que tienen los adolescentes en referencia al tema que se aborda en este apartado.

Vemos que la mayoría de los jóvenes viven en hogares con la presencia de ambos padres, sólo un 26.6% ha salido del hogar paterno.

**Tipo de cohabitación por estado civil de los jóvenes con sus padres
México, 2000**

n = 33'634. Estado civil	Con ambos padres	Sólo con la madre	Sólo con el padre	Con ninguno de los dos	No contestó	Total
vive en unión libre	1.9	3.2	6.6	21.1	10.6	7.3
es separado(a)	1.1	2.1	4.1	1.3	0.0	1.3
es divorciado(a)	0.3	0.5	0.1	0.2	0.0	0.3
es viudo(a)	0.1	0.3	0.4	0.2	0.0	0.1
casado(a) por lo civil	2.2	2.7	8.0	24.0	0.0	8.1
casado(a) por la iglesia	0.2	0.1	0.2	2.7	0.0	0.8
por lo civil e iglesia	2.2	3.2	5.8	29.9	58.8	9.8
es soltero(a)	92.0	87.7	74.9	20.7	30.6	72.1
Total	59.6	12.0	1.7	26.6	0.1	100

Las actividades familiares se distribuyen por género de manera tradicional; por ejemplo, los quehaceres domésticos o el cuidado de los niños y ancianos, son realizados preponderantemente por la madre o por las hijas, mientras que el aporte económico o las reparaciones que se deben hacer en la casa se inclinan más hacia el padre; no obstante, se perciben actividades que se comparten.

**Distribución de las actividades familiares en los miembros del hogar de los jóvenes
Mexico, 2000**

Actividades familiares	Papá	Mama	Ambos	Hermanos	Hermanas	El joven	La joven	Otro	No contestó	Total
Quehaceres del hogar	3.1	72.6	3.7	1.4	5.0	1.1	5.4	6.5	1.1	100
Dar dinero a la casa	67.8	10.6	9.5	3.1	1.3	2.0	0.9	3.7	1.1	100
Reparaciones de la casa	65.3	9.4	6.2	4.9	0.9	3.2	0.6	7.8	1.7	100
Asistir a juntas de vecinos	32.6	39.1	13.8	1.0	0.9	0.8	0.9	3.8	7.2	100
Asistir a juntas de la escuela	17.8	60.2	11.9	0.6	1.2	0.8	1.3	2.0	4.2	100
Realizar trámites	40.7	36.4	11.1	1.8	1.0	1.7	1.3	3.4	2.6	100
Cuidar niños o ancianos	4.6	64.1	8.0	1.3	3.9	1.0	3.8	4.5	8.9	100
Llevar enfermos al doctor	13.3	49.6	25.2	1.1	1.3	1.2	1.7	2.9	3.6	100

En su mayoría los jóvenes conversan con sus padres, sobre todo con la mamá, pero se confirma que una importante proporción lo hace ocasionalmente.

**Porcentaje con quien los jóvenes platican sus problemas
México, 2000**

Frecuencia	Lo platicas con tu papá	Lo platicas con tu mamá	Lo platicas con ambos
Hombres			
Siempre	58.1	41.2	53.8
A veces	51.2	55.5	50.1
Nunca	39.2	52.5	45.5
No contestó	55.4	65.5	45.9
Mujeres			
Siempre	41.9	58.8	46.2
A veces	48.8	44.5	49.9
Nunca	60.8	47.5	54.5
No contestó	45.5	46.5	55.8
Ambos			
Siempre	20	45.9	16.1
A veces	45.3	40	39.7
Nunca	32.5	12.8	36.0
No contestó	2.1	1.3	7.9

La calificación de la familia por parte de los jóvenes es buena, sobre todo porque encuentran en ella solidaridad, apoyo y la ven como miembros responsables y trabajadores.

**Actitudes que más les gustan a los jóvenes de su familia
México, 2000**

Actitudes familiares	Porcentaje
Que me apoyan y son solidarios	45.2
Que son muy divertidos	5.4
Que son responsables y trabajadores	24.5
Que son muy cariñosos	5.0
Que me quieren mucho	5.2
Que tienen muchos contactos	0.5
No te gusta nada	1.9
Que respetan mis decisiones	8.0
Que me permiten crecer	2.7
Otra	0.7
No contestó	0.9
Total	100

SEGUNDA PARTE:



**PROPUESTA DE CAPACITACIÓN
PARA EL PERSONAL DOCENTE**



SEGUNDA PARTE:
PROPUESTA DE CAPACITACIÓN
PARA EL PERSONAL DOCENTE

5.18 Introducción a la propuesta

Tenemos que la sexualidad es algo intrínseco en la vida bio-psicosocial del individuo, por ende el presente programa debe impartirse con una actitud de aceptación y flexibilidad, creando un ambiente de libertad en el aula donde el individuo pueda tomar conciencia respecto de sus pensamientos y seguimientos en cuanto al contenido, ya que sólo así podrá transformar la percepción que mantiene ante la sexualidad humana. El enfoque de la propuesta se dirige al docente, ya que es una parte fundamental del proceso de enseñanza aprendizaje.

La sexualidad es una de las necesidades conscientes o inconscientes que experimenta el adolescente, la adquisición de conocimientos y la comprensión de él mismo como ser sexual, promoverá que la tendencia al desarrollo de su vida sexual sea consciente y responsable, así como fomentará la comprensión de los otros como seres sexuales, que también poseen necesidades. Es por ello que el docente-facilitador debe tomar un papel clave en este proceso.

Ante esto, es importante que el maestro se centre en el proceso de asimilación e involucramiento que se vaya dando en los integrantes del grupo, puesto que existe un mayor interés por la calidad del aprendizaje, que por la cantidad de datos memorizados. Al ser la sexualidad, parte integral del individuo, el proceso de asimilación del alumno, se dará de forma racional-emotiva; por lo que es necesario, que el facilitador, durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, haga énfasis en las emociones y sentimientos que se generen en la adquisición de conocimientos, resaltando con esto, que el enfoque de este programa, está centrado en la integridad del alumno. Al tener el docente mayor conocimiento

de la sexualidad, de las opciones que puede tomar en cuanto a su vida sexual y de las consecuencias que pueden surgir, va a obtener mayor libertad para escoger, decidir y transformar su realidad como ser sexual, lo cual a la vez implicará responsabilidad.

5.19 Propósitos generales de la propuesta

Uno de los propósitos de este curso, radica en concientizar a los docentes sobre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales que integran a la sexualidad humana.

También se pretende que los docentes tengan los elementos necesarios para prevenir cualquier tipo de experiencia sexual negativa: enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, etc., y por ende mayor libertad en el desarrollo de la vida sexual.

5.20 Metodología del curso

Se tiene contemplado que el curso tenga una duración de 9 sesiones, cada una de ellas de 3 horas. El facilitador expondrá inicialmente el tema y procederá a realizar los ejercicios que correspondan a cada una de las sesiones.

5.21 Tabla de contenidos

Índice del curso:

- I. Sexualidad y Fisiología humana
- II. Cambios físicos experimentados en la pubertad
- III. Identidad sexual
- IV. Respuesta sexual
- V. Reproducción humana
- VI. Contracepción
- VII. Aborto
- VIII. Enfermedades de transmisión sexual
- IX. Evaluación

5.22 Carta descriptiva del curso de educación sexual:

Nombre: Curso de Educación Sexual	Tiempo: 27 horas
Instructor: Danniela Aguilar	Institución:

	Temas	Objetivos	Recursos	Tiempo de sesión
Sesión 1	<p>I. Sexualidad y Fisiología humana.</p> <p>1. Anatomía y fisiología del género humano.</p> <p>1.1 Anatomía y fisiología de los órganos sexuales femeninos.</p> <p>1.2 Anatomía y fisiología de los órganos sexuales masculinos.</p>	<p>Los integrantes del grupo, al finalizar el primer bloque:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Integrarán a la imagen de sí mismos, los órganos sexuales; -Diferenciarán los órganos sexuales femeninos de los órganos sexuales masculinos -Conocerán el funcionamiento de los órganos sexuales masculinos y femeninos. 	<ul style="list-style-type: none"> -1 mapa grande sobre la anatomía de los órganos sexuales femeninos. -1 mapa grande sobre la anatomía de los órganos sexuales masculinos. -Fotocopias -Lápices y colores -Pizarrón -Gises 	3 horas.
Sesión 2	<p>II. Cambios físicos experimentados en la pubertad</p> <p>2.1 Cambios primarios</p> <p>2.2 Cambios secundarios</p> <p>2.3 Intervención de las hormonas en dichos cambios</p> <p>2.4 Fisiología del ciclo menstrual</p> <p>2.5 Autoestima</p>	<p>Los integrantes del grupo, al finalizar el segundo bloque:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Adquirirán conciencia acerca de los cambios primarios y secundarios por los que pasaron durante la pubertad así como las implicaciones individuales y sociales que tuvieron dichos cambios. -Identificarán las diferentes etapas que comprende el ciclo menstrual -Reconocerán la intervención de las hormonas sexuales en sus cambios sexuales y anímicos 	<ul style="list-style-type: none"> 1Block de hojas rayadas Lápices Pizarrón Gises 	3 horas.

	Temas	Objetivos	Recursos	Tiempo de sesión
Sesión 3	<p>III. Identidad Sexual</p> <p>3.1 Heterosexualidad</p> <p>3.1.1 ¿Qué es?</p> <p>3.1.2 Elementos bio-psico-sociales que intervienen en el individuo heterosexual</p> <p>3.2 Homosexualidad</p> <p>3.2.1 ¿Qué es?</p> <p>3.2.2 Elementos bio-psico-sociales que intervienen en el individuo homosexual.</p>	<p>Los integrantes del grupo al terminar el bloque número tres:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Detectarán los factores que han contribuido en la formación de su identidad sexual. -Identificarán de manera general, los elementos psicosociales a los que se enfrentará el individuo heterosexual y/o homosexual para definir su identidad sexual 	<ul style="list-style-type: none"> -Televisión -video casetera -Película -Pizarrón -Gises 	3 horas
Sesión 4	<p>IV. Respuesta Sexual</p> <p>4.1 ciclo de la respuesta sexual</p> <p>4.2 Relaciones sexuales</p> <p>4.3 Masturbación (Autoerotismo)</p> <p>4.4 Abuso sexual</p>	<p>Los integrantes del grupo, al terminar el bloque número cuatro:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Podrán descubrir las diversas respuestas del cuerpo humano, durante la excitación sexual y las fuerzas que la regulan, en ambos sexos. -Comprenderán de una manera general, en qué consiste una relación sexual, conociendo las diferentes consecuencias que pueden generarse de ella, así como las debidas precauciones (emocionales, psicológicas, fisiológicas) que se deben de tomar en cuenta, al tenerla. -Determinarán la finalidad que tiene la masturbación, en la vida sexual del individuo 	<ul style="list-style-type: none"> -Fotocopias. -Cartulinas. -Colores, plumones. -Crayolas. -Televisión -Videocasetera, película -Pizarrón. -Gises. 	3 horas

	Temas	Objetivos	Recursos	Tiempo de sesión
Sesión 5	V. Reproducción humana 5.1 Fecundación 5.2 Embarazo 5.3 Parto 5.4 Implicaciones individuales y sociales	Los integrantes del grupo, al terminar el quinto bloque: -Describirán el proceso de fecundación y ubicarán el lugar en el que se lleva a cabo. -Ubicarán las diferentes etapas que se dan en el periodo de embarazo, descubriendo qué es lo que pasa en cada una de ellas, tanto en la madre como en el feto. -Explicarán las implicaciones individuales y sociales que trae consigo la reproducción humana.	-Televisión -Videocasetera -Película -Pizarrón -Gises.	3 horas
Sesión 6	VI. Contracepción 6.1 Estenidad 6.2 Métodos Anticonceptivos 6.2.2 Clasificación	Los integrantes del grupo al finalizar el sexto bloque: -Identificarán, las causas biológicas y psicológicas que impiden la reproducción humana; así como sus posibles repercusiones individuales y sociales. -Reconocerán los diferentes métodos que existen para evitar la reproducción humana y sus implicaciones	-Pizarrón -Gises	3 horas
Sesión 7	VII Aborto 7.1 Definición 7.2 Tipos de aborto 7.3 Riesgos	Los integrantes del grupo, al finalizar el séptimo bloque, comprenderán en qué consiste un aborto y los riesgos que pueden ocurrir al practicarlo.	-Pizarrón -Gises -Televisión -Videocasetera -Película	3 horas

	Temas	Objetivos	Recursos	Tiempo de sesión
Sesión 8	VIII. Enfermedades de transmisión sexual 8.1 Causas 8.2 Síntomas 8.3 Consecuencias. 8.4 Tratamiento. 8.5 Prevención.	Los integrantes del grupo, al finalizar el octavo bloque: -Estarán conscientes de los diferentes tipos de enfermedades que son sexualmente transmisibles, al investigar sus causas, los síntomas consecuencias y tratamientos, así como los medios preventivos de las mismas. -Reflexionarán sobre las implicaciones individuales y sociales, que conlleva el adquirir una enfermedad de transmisión sexual.	-El que solicite el expositor. -Pizarrón -Gises -Televisión -Videocasetera. -Película.	3 horas
Sesión 9	IX. Evaluación 9.1 Autoevaluación 9.2 Evaluación del curso	Los integrantes del grupo: -Reflexionarán sobre el involucramiento y la participación que tuvieron durante las sesiones del curso, así como, de los aprendizajes más significativos que lograron. -Evaluarán el curso, haciendo hincapié en lo que consideran que facilitó y/o limitó su aprendizaje, y en los contenidos revisados durante este	-Papel Craft -Revistas -Plumones -Colores -Crayolas -Pinturas de agua -2 Blocks de hojas blancas.	3 horas

5.23 Bloques de contenido – Objetivos específicos – Experiencias de aprendizaje – Evaluación – Material didáctico

Primer Bloque

Sexualidad y Fisiología humana.

1. Sexualidad y fisiología del género humano

1.1 Anatomía y fisiología de los órganos sexuales femeninos

1.2 Anatomía y fisiología de los órganos sexuales masculinos

Objetivo

Los integrantes del grupo, al finalizar el primer bloque:

-Integrarán a la imagen de sí-mismos, los órganos sexuales;

-Diferenciarán los órganos sexuales femeninos de los órganos sexuales masculinos

Conocerán el funcionamiento de los órganos sexuales femeninos y masculinos.

Experiencia de aprendizaje

-Los integrantes del grupo dibujarán su cuerpo desnudo; se comentará en el grupo la experiencia que tuvieron, al dibujarse desnudos; se observarán los dibujos de los demás integrantes y se hará énfasis sobre la importancia que tiene el que integren al concepto de sí-mismos su sexualidad.

-El facilitador entregará unas copias en las que se encuentre la anatomía y la fisiología de los órganos sexuales femeninos y masculinos; los integrantes del grupo en parejas, elaborarán una pequeña exposición en la que se explique y ejemplifique la anatomía y fisiología de algún órgano sexual, para comentar posteriormente, en un mesa redonda la anatomía y fisiología de cada órgano sexual, la importancia que tiene el conocerla, así como los sentimientos y emociones que se involucraron al tratar dicha temática.

Evaluación

La evaluación de la sesión se llevará a cabo a través de un formato que nos indique los elementos que se aprendieron durante el mismo. El formato se anexa en el apartado respectivo de la presente investigación (p. 37), el cual se aplicará al finalizar cada uno de los bloques de contenido del curso.

Y a su vez también se tomarán en cuenta los siguientes mecanismos:

- Crucigrama de los órganos sexuales, individual
- Asistencia
- Participación en clase.
- Puntos aprendidos

Materiales

- 1 esquema grande de la anatomía de los órganos sexuales femeninos.
- 1 esquema grande de la anatomía de los órganos sexuales masculinos.
- Fotocopias
- Lápices y colores
- Pizarrón
- Gises.

Segundo Bloque

II. Cambios físicos experimentados en la pubertad.

2.1 Cambios primarios

2.2 Cambios secundarios

2.3 Intervención de las hormonas en dichos cambios

2.4 Fisiología del ciclo menstrual

2.5 Autoestima

Objetivos

Los integrantes del grupo, al finalizar el segundo bloque:

- Adquirirán conciencia acerca de los cambios primarios y secundarios por los que pasaron durante la pubertad; así como las implicaciones individuales y sociales que tuvieron dichos cambios.
- Identificarán las diferentes etapas que comprende el ciclo menstrual.
- Reconocerán la intervención de las hormonas sexuales en sus cambios sexuales y anímicos.

Experiencia de aprendizaje

- Al iniciar la clase se dejará un espacio de 10 o 15 minutos, para que cada integrante del grupo describa en una hoja los cambios por los que pasó durante la pubertad, así como las implicaciones individuales y sociales que tuvieron en su desarrollo; se comentarán en grupo, y el facilitador rescatará los puntos más importantes y añadirá los que falten.
- Se pedirá como una tarea el investigar la fisiología del ciclo menstrual, para comentar posteriormente en el grupo
- El facilitador expondrá el papel que desempeñan las hormonas sexuales, en dichos cambios.
- Mesa Redonda, en la que se expresarán cómo afectan los cambios biológicos en el área psicológica y social del individuo; así como, los sentimientos y emociones que experimentaron al tratar dicha temática.

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase.

Materiales

1Block de hojas rayadas, lápices, pizarrón, gises.

Tercer bloque

III. Identidad sexual.

3.1 Heterosexualidad

3.1.1 ¿Qué es?

3.1.2 Elementos bio-psico-sociales que intervienen en el individuo heterosexual

3.2 Homosexualidad

3.2.1 ¿Qué es?

3.2.2 Elementos bio-psico-sociales que intervienen en el individuo homosexual

Objetivos

Los integrantes del grupo al terminar el tercer bloque:

- Detectarán los factores que han contribuido en la formación de su identidad sexual.
- Identificarán de manera general, los elementos psicosociales a los que se enfrentará el individuo heterosexual y/o homosexual para definir su identidad sexual.

Experiencia de aprendizaje

- Se dejará hacer una investigación abierta, a los integrantes del grupo, sobre la identidad sexual.
- Mesa Redonda, en la que se hablará, sobre los factores bio-psico-sociales que contribuyen en la formación de una identidad sexual, haciendo hincapié en lo que experimentan a nivel emocional al hablar sobre la identidad.
- Estudio de caso: El facilitador expondrá un caso de un joven heterosexual; y el caso de un joven homosexual; los integrantes del grupo identificarán las experiencias psicológicas y sociales a las que se enfrentaran ambos jóvenes. Dicha actividad, puede reforzarse por medio de una película que ejemplifique las actitudes que se tienen en torno a la homosexualidad.

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase.
- Elaborar una entrevista a heterosexuales y homosexuales para comentar.

Materiales

- Televisión, película, pizarrón, gises, videocasetera

Cuarto Bloque

IV. Respuesta sexual.

4.1 Ciclo de la respuesta sexual

4.2 Relaciones sexuales

4.3 Masturbación (autoerotismo)

4.4 Abuso sexual

Objetivo

Los integrantes del grupo, al terminar el bloque número cuatro:

- Conocerá acerca de las diversas respuestas del cuerpo humano, durante la excitación sexual y las fuerzas que las regulan, en ambos sexos.
- Comprenderán de manera general, en qué consiste una relación sexual, conociendo las diferentes consecuencias que pueden generarse de ella, así como las debidas precauciones (emocionales, psicológicas, fisiológicas) que se deben tomar en cuenta, al tenerla.
- Determinarán la finalidad que tiene la masturbación, en la vida sexual del individuo.

Experiencia de aprendizaje

- Exposición por equipos, de las diferentes etapas del ciclo de la respuesta sexual, resaltando las diferencias que se dan en los hombres, elaborarán el contenido y material para la exposición. Cada equipo, comentará lo que experimentó emocionalmente, al elaborar y exponer la temática.
- Película: La cual ejemplifique los factores que intervienen en una relación sexual, las consecuencias y las precauciones que se necesitan tener en ella.
- Mesa Redonda; respecto de la película y la finalidad que tiene la masturbación.
- El facilitador guiará la sesión con la finalidad de que se logren los objetivos planteados.

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase

Materiales

- Fotocopias, cartulinas, colores, plumones, crayolas, televisión, videocasetera, película, pizarrón, gises.

Quinto Bloque

V. Reproducción humana.

5.1 Fecundación

5.2 Embarazo

5.3 Parto

5.4 Implicaciones individuales y sociales

Objetivos

Los integrantes del grupo, al terminar el quinto bloque:

- Describirán el proceso de fecundación y ubicarán el lugar en el que se lleva a cabo.
- Ubicarán las diferentes etapas que se dan en el periodo de embarazo, descubriendo qué es lo que pasa en cada una de ellas, tanto en la madre como en el feto.
- Explicarán las implicaciones individuales y sociales que trae consigo la reproducción humana.

Experiencia de aprendizaje

- Película: Que ejemplifique el proceso de fecundación, embarazo y parto.
- Mesa Redonda: En la que se comentará la película, retomando los puntos principales; y comentando las implicaciones individuales y sociales que conlleva la reproducción humana, así como los sentimientos que se entremezclaron al tratar la temática.
- Se hará una representación de las características que se presentan en una de las etapas del embarazo.

Evaluación

- Asistencia.
- Participación en clase

Materiales

- Televisión
- Videocasetera
- Película
- Pizarrón y gises

Sexto Bloque.

VI. Contracepción.

6.1 Esterilidad

6.2 Métodos anticonceptivos

6.2.2 Clasificación

Objetivos

Los integrantes del grupo al finalizar el sexto bloque:

- Identificarán, las causas biológicas y psicológicas que impiden la reproducción humana; así como sus posibles repercusiones individuales y sociales.
- Reconocerán los diferentes métodos que existen para evitar la reproducción humana y sus implicaciones.

Experiencia de aprendizaje

- Investigación bibliográfica sobre la esterilidad y los métodos anticonceptivos.
- Exposición por equipos
- Sociodrama, en el que se traten los pros y los contra de los métodos anticonceptivos.
- Mesa Redonda: En la cual se hablará sobre el sociodrama, así como de las implicaciones individuales y sociales que trae consigo la esterilidad y el uso de algún método anticonceptivo; haciendo énfasis en lo que experimentan emocionalmente, los integrantes del grupo, al tratar dicha temática.

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase
- Elaborar una carpeta de métodos anticonceptivos, destacando la forma de usarlos, puntos a favor y en contra.

Materiales

- Pizarrón
- Gises
- Lo que los ponentes necesiten para su exposición

Séptimo Bloque

VII. Aborto.

7.1 Definición

7.2 Tipos de aborto

7.3 Riesgos

Objetivos

Los integrantes del grupo, al finalizar el séptimo bloque, comprenderán en qué consiste un aborto y los riesgos que pueden ocurrir al practicarlo.

Experiencia de aprendizaje

- Exposición por parte del facilitador
- Sociodrama de los integrantes del grupo y/o análisis de una película, para después comentar los factores individuales y sociales que intervienen para acotar el aborto, así como los sentimientos que experimentaron al particular en el sociodrama y/o al analizar la película.

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase
- Analizar un caso real de un aborto

Materiales

- Pizarrón
- Gises
- Televisión
- Videocasetera
- Película

Octavo Bloque

VIII. Enfermedades de transmisión sexual.

8.1 Causas

8.2 Síntomas

8.3 Consecuencias

8.4 Tratamiento

8.5 Prevención

Objetivos

Los integrantes del grupo, al finalizar el octavo bloque:

- Estarán conscientes de los diferentes tipos de enfermedades que son sexualmente transmisibles, al investigar sus causas, los síntomas consecuencias y tratamientos, así como los medios preventivos de las mismas.
- Reflexionarán sobre las implicaciones individuales y sociales, que conlleva el adquirir una enfermedad de transmisión sexual.

Actividades de aprendizaje

- Investigación bibliográfica
- Exposición de un especialista.
- Se verá una película que trate sobre la temática
- Mesa Redonda, sobre la exposición y la película, haciendo énfasis en las implicaciones individuales y sociales que conlleva el adquirir una enfermedad de transmisión sexual; retomando los sentimientos que experimentaron al trabajar con dicha temática.

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase

Materiales

- Pizarrón, gises
- Televisión
- Videocasetera
- Película.

Noveno Bloque

IX. Evaluación.

9.1 Autoevaluación.

9.2 Evaluación del curso

Objetivos

Los integrantes del grupo:

- Reflexionarán sobre el involucramiento y la participación que tuvieron durante las sesiones del curso, así como, de los aprendizajes más significativos que lograron.
- Evaluarán el curso, haciendo hincapié en lo que consideran que facilitó y/o limitó su aprendizaje; y en los contenidos revisados durante este.

Actividades de aprendizaje

- Los integrantes del grupo harán una autoevaluación sobre la participación que tuvieron, así como de los aprendizajes significativos que lograron, durante las sesiones del curso, por escrito, para después comentar en grupo.
- Harán una evaluación del curso por escrito, en la que es importante que den aportaciones sobre lo que consideran que hizo falta en cuanto a contenido, actividades de aprendizaje, etcétera, para después comentar en grupo.
- Los integrantes del grupo realizarán un mural sobre los aspectos que consideren más importantes del curso de: "Sexualidad Humana".

Evaluación

- Asistencia
- Participación en clase
- Autoevaluación. (Formato p. 38)

Materiales

- Papel Craft
- Revistas
- Plumones y dos blocks
- Colores, crayolas, pinturas de agua

5.24 Disposiciones generales.

El contenido se encuentra dividido en nueve bloques, de los cuales los primeros dos tendrán que impartirse al iniciar el curso, de manera obligatoria, ya que son fundamentales para la comprensión de los bloques siguientes.

La organización de los bloques que van del tercero al octavo, estará a cargo de los integrantes del grupo, la cual se elaborará de acuerdo con la jerarquización de los intereses que tengan.

Cada bloque es una totalidad en sí misma, que en conjunto forman la integración de los conocimientos indispensables de la sexualidad humana. Lo que facilita que en determinado momento se pueda impartir un solo bloque.

Antes del noveno bloque, es necesario que se considere un espacio para uno o dos bloques que estén constituidos por los intereses y necesidades específicas de los integrantes del grupo. Con esto se pretende, que el grupo organice una o dos sesiones con los conocimientos que quiera obtener, así como las actividades que les interesen realizar, para lograr el aprendizaje de dichos conocimientos.

El papel que debe desempeñar el profesor es de "facilitador", debe proporcionar los recursos de aprendizaje, recursos propios, de su experiencia, libros, material didáctico o experiencias del grupo; debe de orientar a los integrantes del grupo para que logren los objetivos de aprendizaje; si surgen dudas o inquietudes en los participantes debe dirigir su atención a la solución de éstas; debido a que si no se resuelven pueden obstruir el proceso continuo de enseñanza-aprendizaje.

El estudiante debe ser participativo e involucrarse con el proceso de enseñanza-aprendizaje que se dé en el aula, expresando sus propios puntos de vista los conocimientos que posee, sentimientos, experiencias, realizando las investigaciones que se dejen en las diferentes sesiones, etcétera.

La evaluación que se propone, tiene dos finalidades:

1a. Promover que los integrantes del grupo se responsabilicen de su aprendizaje.

2a. Que la evaluación del curso, sirva para su renovación y actualización, partiendo de los intereses y/o necesidades de los docentes.

La duración de curso es de 27 horas (sin considerar el o los bloques extras, propuestos por los integrantes del grupo).

Con la finalidad de que los conocimientos se asimilen y no se pierda la continuidad; está programado que el curso se lleve a cabo en cinco semanas; se tendrán dos sesiones a la semana (que deben estar espaciadas, por ejemplo: lunes y viernes) con una duración de dos horas y media cada una.

5.25 Inventario de recursos

1. Recursos materiales

- Pizarrón....1
- Gises....1 caja
- Hojas blancas... 4 paquetes
- Cartulinas...25
- Fotocopias... (según el número de participantes)
- Revistas...10
- Televisión...1
- Videocasetera...1
- Películas...4

2. Recursos humanos

- 1 Profesor. "facilitador", que tenga estudios en Desarrollo Humano y Sexualidad Humana.

El docente deberá ser: empático, genuino, congruente, con una actitud de respeto y aceptación hacia el grupo y hacia cada uno de los individuos, con una actitud abierta hacia la sexualidad, así como la información necesaria sobre el tema; flexible, pues no se trata de imponer valores, sino de fomentar la reflexión para que cada individuo tome sus propias decisiones, con capacidad de autocrítica; alguien que contribuya a crear un ambiente de confianza y que propicie el respeto en el grupo, dispuesto a escuchar activamente.

CONCLUSIONES

Los docentes tienen una función preponderante en lo que es el desarrollo integral de los adolescentes, es por ello que se nos hace importante que se encuentren bien capacitados para que asuman su papel en la formación de los jóvenes.

Para ello es necesario reforzar la preparación que deban de tener en tópicos de educación sexual, para que a su vez puedan otorgar una buena instrucción y formación a adolescentes de entre 12 y 17 años, ya que ésta es una etapa clave, en la cual se pueden formar personas con un perfil bien informado, y que a su vez redundará en su propia vida, familiar, social, de pareja, sentimental, sexual, etc. La formación que se debe de otorgarse a los jóvenes se enmarca dentro de la formalidad de la educación, esto significa que es necesario contar con un método de enseñanza-aprendizaje establecido, con el objeto de que las aportaciones que proceda a realizar el docente-facilitador lleguen al núcleo esencial del jóvenes.

Los adolescentes cuando se encuentran en una etapa de transición en donde aún no encuentran su propia identidad, no saben lo que en realidad quieren y buscan, es por ello que los maestros deban de contar con las herramientas necesarias para dar el apoyo serio y responsable que se requiere en esos momentos.

Al momento de analizar los temas de capacitación, detección de necesidades de capacitación, los elementos que constituyen una carta descriptiva, las diversas herramientas que se tienen para realizar un buen curso, los diversos materiales de apoyo con los que se cuentan, vemos que son instrumentos indispensables para que los docentes se encuentren bien preparados y sepan desde un inicio la forma en como van a reforzar el conocimiento que vayan a otorgar a sus propios alumnos.

Cuando el docente se encuentra bien informado, con los temas relacionados, no solo a lo concerniente de lo que es la educación sexual, sino que también con lo que sucede a los adolescentes, lo que acaece en la sociedad, y en general en todo el contexto bio-psico-social, podrá formar al individuo de manera amplia y completa.

El que el docente debe de contar con un perfil de apertura, conocimiento, cordialidad y empatía, ya que ayudará a que se asimilen bien los conceptos analizados durante el curso.

La propuesta que se presenta es el exponer y desarrollar temas de educación sexual, que coadyuven a la formación de los mismos docentes, para que éstos a su vez cuenten con los mecanismos y materiales didácticos, para que muestren una panorámica general de la que es la sexualidad humana y para ello se recopilieron diversas informaciones temáticas como pueden ser la fisiología sexual, anticoncepción, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, comunicación, adolescencia, etc. Además de recoger este tipo de contenidos, estos programas incluyen una serie de actividades para realizar con los docentes basados en dinámicas de grupo y metodologías lúdicas. En ocasiones se incluyen materiales audiovisuales (videos, diapositivas, etc.) y frecuentemente guías para el profesor, donde aparecen orientaciones didácticas.

Hoy se reconoce la importancia que reviste una auténtica educación sexual. El reto radica en la modalidad ofrecida, en los contenidos y en la manera que ha de ser proporcionada, tomando en cuenta la edad y el desarrollo de los niños y los adolescentes que la reciben.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Larroyo, Francisco. (1971). La ciencia de la educación, 12ª ed., Porrúa, México, p. 39-40.
2. Luzuriaga, Lorenzo. (1990). Diccionario de Pedagogía, Losada, Argentina, p. 126.
3. *Ibidem*, p. 126.
4. Nassif, Ricardo. (1958). Pedagogía general, Kapeluz, Buenos Aires, p. 89.
5. Durkheim, Emile. (1998). Educación y Sociedad, Sol y Arena, p. 67.
6. Althusser, Louis. (1ª época). Panorama de las principales corrientes de interpretación de la educación como fenómeno social en perfiles educativos, núm. 8, p. 19.
7. Vázquez F., Gabriel. (1988). Padres, hijos y escuelas, Ediciones Educativas y Culturales, México, p. 9.
8. Luzuriaga, *op. cit.*, p. 126.
9. Popper, Karl y Condry, John. (1980). La televisión es mala maestra, Fondo de Cultura Económica, México, p. 92.
10. Moreno Bernardo, Julio. (1991). Enigmas de la sexualidad, Ediciones Daimos Manuel Tamayo, México, p.45.
11. F. Boix. (1989). Educación sexual, Porrúa, México, p. 11
12. Kilander, H.F. (1999). Sexualidad y educación, Pax, México, p 89
13. America School Health Association. (1994), p. 89
14. Instituto Nacional de Educación Sexual. (1994), p. 17

15. Ferrer Ferran. (1992). Como Educar la Sexualidad en la Escuela, Ediciones CEAC, España, p. 38.
16. Hiriart Riedemann, Vivianne. (2001). Educación sexual en la escuela, Guía para el orientador de púberes y adolescentes, Paidós, México, p. 44.
17. *Ibidem*, p. 47.
18. *Ibidem*, p. 42.
19. www.unesco.org, cita obtenida septiembre 2003
20. www.oms.org , cita obtenida en agosto, 2003
21. Ferrer, *op. cit.*, p. 38.
22. Hiriart, *op. cit.*, p. 31.
23. *Ibidem*, p. 32
24. Kirkendall A., Lester y Rubin, Isidoro. (1972). Preguntas del adolescente en su desarrollo psico-sexual, Pax, México, p. 27.
25. Mendoza Núñez, Alejandro. (1996). Manual para determinar necesidades de capacitación, Trillas, México. p.56
26. Dominguez Salcedo, (1997) Capacitación, Esfinge. México, p. 53
27. Mendoza, *op. cit.* p. 21
28. *Ibidem*, p. 87
29. Aberastury y M. Knobel (1988) La Adolescencia Normal, Paidós, México, p.15.
30. *Ibidem*, p. 15.
31. Kirkendall, *op. cit.*, p. 17.
32. Instituto Nacional de Educación Sexual. (1994). p. 17
33. Kirkendall, *op. cit.*, p. 49.
34. Blos, Peter (1971). Psicoanálisis de la adolescencia, Joaquin Mortiz. Mexico. 1971, p. 82.
35. *Ibidem*, p. 82
36. Vazquez Torres, (1988). Educacion, Pax, México, p.78.

37. Kirkendall, *op. cit.*, p. 25.
38. Fragoso, David. (1992). Educación y perspectiva, Porrúa, México, p. 95
39. Blos, *op.cit.* p.112
40. Hiriart, *op. cit.*, p. 64.
41. Brower Meeks, Linda y Burt, John J. (1983). Educación Sexual Información y planes de enseñanza, Interamericana, México, p. 10.
42. Kirkendall, *op. cit.*, p. 27.
43. Ferrer, *op. cit.*, p. 130.
44. Hiriart, *op. cit.*, p. 52.
45. Ferrer, *op. cit.*, p. 146.
46. Font, Pere. (1990), Pedagogía de la sexualidad, Graó, España, p.11
47. Owens, Robert. (1996). La escuela como organización, Santillana, México, 1996, p. 36
48. Larroyo, *op. cit.*, pp. 39-40.
49. Brower, *op. cit.*, p. 65.
50. *Ibidem*, p. 73.
51. Moreno, *op. cit.* p. 95.
52. *Ibidem*, p. 85.
53. Blos, *op. cit.*, p. 125.
54. *Ibidem*, p. 112.
55. Vázquez Torres, Norma Angélica (2001). Programa de educación sexual con una perspectiva humanista para el adolescente, Trillas, México, p. 90.
56. *Ibidem*, p. 43.
57. Broker, *op.cit.* p. 102
58. Luzuriaga, *op. cit.*, p. 134.
59. Blos, *op. cit.*, p. 115.

BIBLIOGRAFÍA

- Aberastury y M. Knobel. La Adolescencia Normal, Paidós, México, 1988, 156 pp.
- Blos, Peter. Psicoanálisis de la adolescencia, Joaquín Mortiz, México, 1971, 83 pp.
- Brower Meeks, Linda y Burt, J. John. Educación sexual información y planes de enseñanza, 2ª ed., Interamericana, México, 1983, 539 pp.
- Cázares Hernández. Técnicas actuales de investigación documental, Trillas, México, 1995.
- Díaz Barriaga, Frida y Hernández Rojas, Gerardo. Estrategias docentes para un aprendizaje significativo una interpretación constructivista, Mc Graw Hill, México, 2002.
- Durkheim, Emile. Educación y Sociedad, Sol y Arena, Argentina, 1998, 205 pp.
- Ferrer, Ferran. Como educar la sexualidad en la escuela, Ediciones CEAC, España, 1995, 199 pp.
- Font, Pere. Pedagogía de la sexualidad, Graó, España, 1990, 167 pp.
- Fregoso I., Emma Margarita. Sensibilización para el cambio educativo Curso de Actualización docente, UNAM - Facultad Economía, México, 2002.
- F. Boix. Educación sexual, Porrúa, México, 1989, 205 pp.
- Gale, Jay. Guía sexual para el adolescente, Vergara Javier, Argentina, 1989, 210 pp.

- Giommi, Roberta y Perrotta, Marcello. Programa de educación sexual, Everset, España, 1993, 96 pp.
- H.F. Kilander. Sexualidad y educación, Pax, México, 1999, 238 pp.
- Hiriart Riedemann, Vivianne. Educación sexual en la escuela. Guía para el orientador de púberes y adolescentes, Paidós, México, 1999, 252 pp.
- Instituto Mexicano de la Juventud. Encuesta Nacional de Juventud 2000. Centro de Investigaciones y Estudios Sobre Juventud. Noviembre 2002.
- Kirkendall A., Lester. y Rubin, Isidore. Preguntas del adolescente en su desarrollo psico-sexual, Pax, México, 1972, 127 pp.
- Larroyo, Francisco. La ciencia de la educación, 12ª Edición, Porrúa, México, 1971, 250 pp.
- Luzuriaga, Lorenzo. Diccionario de Pedagogía, Losada, Argentina, 1990.
- McCary Leskie, James y McCary P., Stephen. Sexualidad humana de McCary, 4ª ed., El Manual Modemo, México, 1983, 393 pp.
- Melgoza Magaña, Maria Eugenia, et. al. Adolescencia: Espejo de la sociedad Actual Serie: repasando y repasando la adolescencia, LUMEN, 2002, 188 pp.
- Mendoza Núñez, Alejandro. Manual para determinar necesidades de capacitación, Trillas, México, 1996.

- Monroy de Velasco, Anameli. El educador y la sexualidad humana, Pax, México, 1986, 118 pp.
- Moreno Bernardo, Julio. Enigmas de la sexualidad, Daimos Manuel Tamayo. México, 1991, 395 pp.
- Nassif, Ricardo. Pedagogía general, Kapeluz, Argentina, 1958, 189 pp.
- Owens, Robert. La escuela como organización, Santillana, México, 1996, 365 pp.
- Panza G, Margarita., Pérez J., Esther Carolina. y Morán O., Porfirio Fundamentación de la didáctica, 10ª ed., Gernika, vol. 1, México, 2000.
- Pullias Earl Young, James. El maestro ideal, Pax, México, 1999, 303 pp.
- Segú F., Héctor. Educación sexual en la familia y en la escuela enfoque comprensivo y actualizado, 3ra. ed. ampliada, Lumen-Hvmanitas, Argentina, 1996, 226 pp.
- Vázquez F, Gabriel. Padres, hijos y escuelas, Ediciones educativas y culturales, México, 1988, 159 pp.
- Vázquez Torres, Norma Angélica. Programa de educación sexual con una perspectiva humanista para el adolescente, Trillas, México, 2001.
- Wilson, John. Cómo valorar la calidad de la enseñanza, Paidós, España, 1992, 137 pp.

GLOSARIO

CLÍTORIS. El clítoris, que es el centro de las sensaciones sexuales en la mujer, *juega un importante papel en las caricias previas y para lograr el orgasmo.* Es una pequeña protuberancia de tejido situado justo encima de la uretra donde se unen los labios internos. Como del tamaño de un chícharo, se retrae al excitarse sexualmente la persona. En estructura tiene cierta semejanza con el pene.

CONDUCTO DE LA ESPERMA. Tubos o conductos, conocidos técnicamente como vasa deferentia (sign. Vasa deferens), por donde para la esperma y las hormonas sexuales masculinas al punto desde donde son eyaculadas.

EMBARAZO. Es cuando se desarrolla un feto dentro del útero de una mujer. Inicia con la fecundación y termina con el parto.

EMISIONES. Arrojar una cosa hacia fuera. En sexualidad es cuando en los hombres se produce salida de semen sin que se haya tocado o manipulado el pene.

ERECCIÓN. Es el endurecimiento y crecimiento del pene como resultado de la excitación. La erección, que tiene lugar debido al aumento de circulación de la sangre en el pene, es lo que hace posible que entre en la vagina de la mujer.

ESTIMULACIÓN O EXCITACIÓN: En las relaciones sexuales se tocan y se mueven algunas partes del cuerpo para sentir placer.

ESCROTO. La bolsa de piel y músculo que contiene los testículos; cuelga entre las piernas justo debajo del pene.

ESPERMATOZOIDE. Célula masculina, producida en los testículos, que al convertirse en el huevo femenino producen una nueva vida.

EYACULACIÓN. Si la expulsión del semen en el climax del acto sexual. Lanzar con fuerza y rapidez el semen a través del pene.

FANTASIAS SEXUALES. Las visiones o pensamientos que pueden ocupar la mente de una persona mientras tiene sentimientos eróticos o sexuales. A menudo, en el hombre pueden ser imágenes de artistas de cine o desnudos de modelos.

FRIGIDEZ. Frialdad, indiferencia o insensibilidad por parte de la mujer a las relaciones sexuales o a la excitación sexual. La causa principal es psicológica o emocional.

GENITALES. Son los órganos sexuales masculinos y femeninos.

GONADAS. Las glándulas sexuales, ovarios en la mujer y testículos en el hombre.

HIMEN. La delgada membrana que parcialmente cubre la entrada a la vagina; la mayoría de las mujeres que no han tenido relaciones sexuales, aunque no todas, la tienen intacta. Suele romperse durante el primer contacto sexual.

HORMONAS SEXUALES. Sustancias químicas producidas por las glándulas sexuales y que se vierten al torrente sanguíneo para estimar diversas partes del cuerpo.

IMPOTENCIA. La incapacidad por parte del hombre para conseguir una erección y mantenerla lo suficiente como para poder realizar el coito. En los jóvenes casi siempre es causada por algún tipo de temor o angustia. La impotencia temporal puede deberse a preocupaciones o cansancio.

LABIA, o LABIOS. Los labios grandes externos y los pequeños internos que rodean la vagina y los otros órganos sexuales externos femeninos; son sumamente sensibles.

LUBRICACIÓN. Hacer resbaladiza una cosa.

ORGASMO. El pico o climax de la actividad sexual, seguido de espasmos físicos explosivos y convulsiones, y por eyaculación en el varón.

OVARIO. La glándula sexual femenina que produce los huevos (OVA) y las hormonas sexuales. El huevo al ser fertilizado por una célula masculina se desarrolla en un nuevo ser.

OVULACIÓN. El proceso por el cual un huevo se desprende del ovario, por lo general hacia la mitad del ciclo mensual de menstruación.

PARTO. Momento en el cual el feto sale de la matriz.

PENE. El órgano sexual masculino que se pone erecto cuando tiene lugar la excitación.

PRINCIPIO DEL ACTO SEXUAL. La etapa de caricias preliminares al acto sexual durante la cual la pareja se estimula manualmente mediante besos, y caricias.

PROSTITUCIÓN. Es el intercambio de actividades sexuales por dinero. También se le conoce como *trabajo sexual*.

RELACIONES SEXUALES. El acto sexual en el que el pene del varón es introducido en la vagina de la hembra produciendo movimiento adelante y atrás hasta que tiene lugar el orgasmo.

SEMEN. El líquido amarillento blancuzco, pegajoso, que es eyaculado del pene en el orgasmo, y que contiene espermatozoides (en el hombre fértil) y líquidos que son elaborados por diferentes glándulas.

TESTÍCULOS. Las glándulas sexuales masculinas o gónadas, que producen la *esperma* y las *hormonas sexuales masculinas*.

TUBOS FALOPIANOS. Los tubos estrechos que se extienden desde el útero a los ovarios y a través de los cuales generalmente pasa el huevo.

ÚTERO. En donde se desarrolla el feto antes de nacer por un periodo de nueve meses.

VAGINA. El órgano sexual femenino, por medio del cual tiene lugar las relaciones sexuales; es también el lugar por donde emerge el niño al nacer.

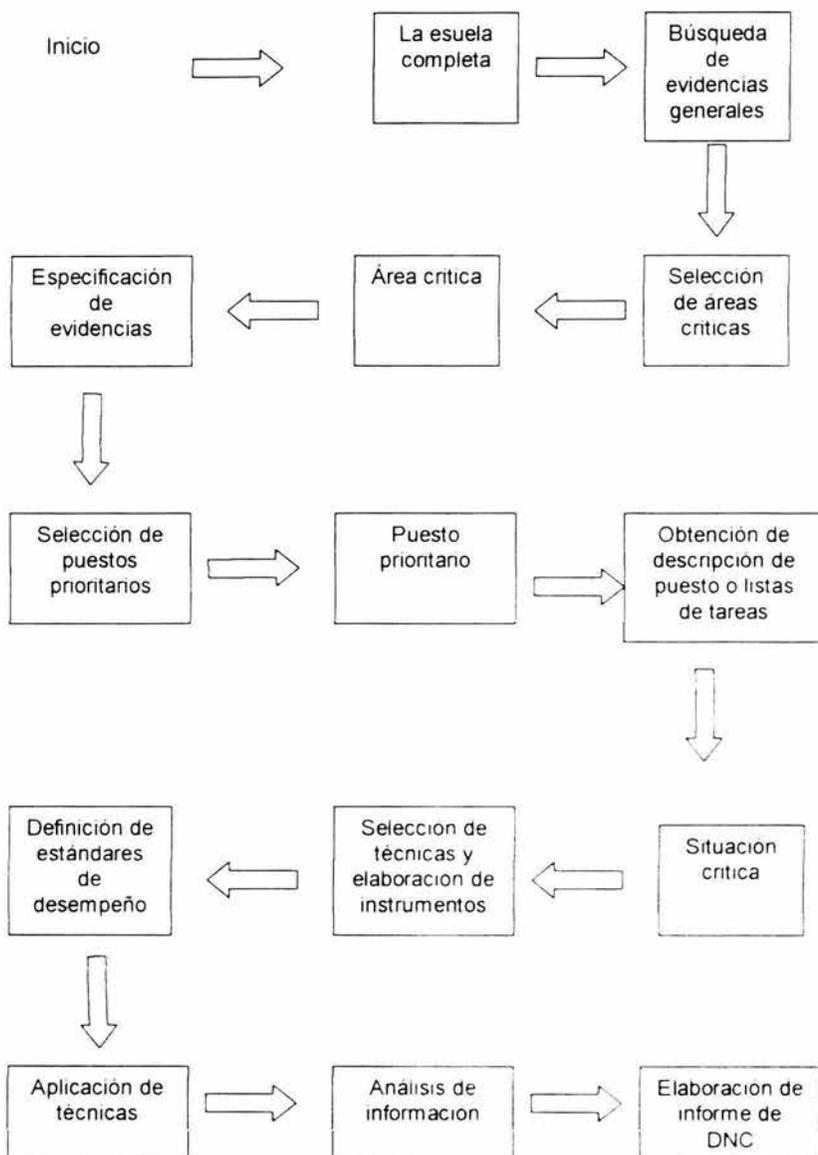
VULVA. La parte sensitiva externa de los órganos sexuales femeninos, que consiste en los labios internos y externos (*labia*) y el clitoris.

ZONAS EROGENEAS. Las partes del cuerpo que son sexualmente sensitivas al ser tocadas o acariciadas. Varían en intensidad de respuesta y en importancia según las personas.

ANEXOS

Anexo # 1

Procedimientos para determinar necesidades de capacitación



Anexo # 2

FORMATO DE LA ENCUESTA DE DETECCIÓN DE NECESIDADES

INFORMACIÓN GENERAL

Fecha de la encuesta: _____

Nombre: _____

1. ¿A qué escuela pertenece?

2. Antigüedad en la escuela:

0-5 años	5-10 años	10-15 años	15-20 años	Más de 20 años

3. Grado de escolaridad:

	Preparatoria o carrera técnica	Carrera profesional	Posgrado
Estudios sin terminar			
Estudios terminados de:			

4. ¿Ha recibido capacitación en la escuela para desempeñar mejor su trabajo?

Si _____ No _____

5. Recibió capacitación por medio de:

Compañero de trabajo _____ Su jefe _____ El director _____

Otra _____ (Especifique)

6. ¿Cómo evaluaría dicha capacitación?

Muy buena	Buena	Regular	Mala	Muy mala

7. ¿Recibió capacitación para la asignatura que usted otorga a los alumnos? Si _____ No _____

8. ¿Recibió capacitación en temas de educación sexual para que usted se la otorgue a los alumnos? Si _____ No _____

9. De las siguientes 5 habilidades generales, numére en orden de importancia las que considera más indispensables para el desarrollo de su trabajo.

- () Comunicación
- () Educación sexual
- () Administración del tiempo
- () Motivación
- () Relaciones interpersonales

10. ¿Ha recibido capacitación, con relación a los temas de educación sexual que usted pudiera llegar a impartir a sus alumnos?
Si _____ No _____

11. ¿Consideraría necesario recibir apoyo con respecto a temas de educación sexual y así usted se encuentre preparado en ese tema?

12. ¿Sus alumnos le han preguntado de temas de educación sexual?

13. ¿Qué temas consideraría usted que se deberían de contemplar para efecto de otorgarle instrucción y reforzamiento a la planta docente? Numérelos en orden de importancia:

- | | |
|--|--|
| () Aspectos biológicos de la sexualidad | () Autoerotismo |
| () Anatomía sexual | () Enfermedades de transmisión sexual |
| () Fisiología sexual | () La autoestima |
| () Ciclo de la respuesta sexual | () El género |
| () La fecundación | () La orientación sexual |
| () Parto | () Abuso sexual |
| () Esterilidad | () Aspectos psicológicos de la sexualidad |
| () Métodos anticonceptivos | () Aspectos sociales de la sexualidad |
| () Aborto | |