



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MEXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

“CONOCE TUS VALORES Y EJERCE TU SEXUALIDAD”. PROPUESTA DE  
UN TALLER DE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES”

TESIS TEÓRICA

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

LIDIA DENICIA FLORES  
KAREN ZORAIDA GARCÍA ALVARADO

MTRA. ALEJANDRA SÁNCHEZ VELASCO  
DRA. IRIS XOCHITL GALICIA MOYEDA  
MTRA. SUSANA PAVÓN FIGUEROA



TLALNEPANTLA, EDO DE MÉXICO.

2005



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 DIOS

*Gracias, por que me has dado constancia de que existes  
y estas conmigo en todos los instantes de mi vida;  
en el día, en la noche, en el sol y en la lluvia,  
en un hermoso atardecer y justo cuando esta amaneciendo  
en mis alegrías, pero también en mis tristezas...*

*Además de que no existe otra forma de explicar  
el privilegio de conocer a seres tan extraordinarios,  
que están cerca de mi y que en ellos tu existencia se ve reflejada.*

*Gracias por que junto contigo he aprendido  
he crecido emocionalmente y mi alma y espíritu se han fortalecido  
para sea un mejor ser humano.*

## A mi mamá

*Mami, eres para mi la persona más importante y especial,  
Que las palabras no alcanzan para expresarte  
Todo el mar de emociones y sentimientos que me embargan.*

*He buscado la forma de decir todo lo que siento,  
lo orgullosa que me siento de ti, de lo agradecida que estoy  
por lo que has hecho de mi...*

*Mami sin lugar a dudas eres una mujer admirable,  
por todo lo que has logrado, por tu fortaleza  
es indiscutible, y por que tu capacidad de amar es perenne.*

*Por ser una triunfadora que ha vencido  
uno a uno los obstáculos que te a puesto la vida,  
por que constantemente ayudas a las personas que lo necesitan.  
soy privilegiada al tener como madre a un ser tan completo,  
que me a demostrado que me ama y que siempre voy a contar  
con su amor, apoyo y respeto.*

*Quiero que sepas que todos y cada uno de mis logros son por ti y para ti.  
Mami te amo.*

### Andi

**B**ebé, gracias por tu inocencia, alegría, ternura y cariño,  
Porque nos has enseñado lo importante de compartir una mirada,  
una caricia, una palabra y una sonrisa totalmente sincera y honesta.  
Pero sobre todo gracias por llenar nuestra vida con tu presencia.  
Te Quiero Mucho.

### Juan

**G**racias, por que en los momentos más vulnerables de mi vida  
estuviste conmigo haciendome sentir segura y confiada,  
gracias, por tus cuidados, el apoyo otorgado y el cariño brindado.  
eres una parte fundamental en mi vida. Te Quiero Mucho

### Mary

**E**res una mujer integra, fuerte y cariñosa en la cual confio y quiero,  
creo que somos afortunados de que hayas llegado a nuestra vida y  
formes parte de nuestra familia.  
Gracias, por siempre estar dispuesta a ayudarme y apoyarme.

### Papá

**G**racias, por la vida.  
Por que de un modo u otro has contribuido  
a mi formación y crecimiento.

## AMIGOS

### Karen

**E**stoy agradecida con la vida por conocer  
a una mujer sensible, digna y con una gran capacidad de amar,  
honesto, inteligente e íntegro.

Gracias porque hemos aprendido a crecer en complicidad,  
porque hemos reconocido lo vulnerables que somos,  
pero también descubrimos lo fuertes que podemos ser.

Mi cariño por ti es inmenso, mi admiración indiscutible.  
Gracias por ser mi hermana por convicción.

### Mayra

Gracias, por dejarme ser parte de tu vida.  
Por compartir conmigo tus experiencias, conocimientos y emociones  
y por ayudarme a crecer, de todas las formas posibles.  
Te admiro y Quiero Mucho.

### Karina

Gracias a ti descubrí que existen personas transparentes,  
íntegras, vulnerables, genuinas. Gracias por compartir tus sueños y  
sobre todo por hacerme parte de ellos. Para ti mi cariño y mis mejores deseos

### Miguel Ángel

**E**res un ser inteligente, creativo  
y con una gran capacidad de amar.  
Además de ser un hombre lleno de matices  
y eso te da un toque de genialidad.

Gracias por compartir conmigo una parte de tu ser  
y por estar cerca de mí aún en la distancia.  
Agradezco tu amistad.  
Para ti mi cariño, respeto y admiración.

Ana Laura

*A*nita. Eres un ser extraordinario. Te Quiero Mucho, sé que no te sorprende, pues todo el mundo te quiere, pero yo además te admiro. Sabes fue un placer conocerte, pero sobre todo contar con tu singular amistad.

Carlitos

*G*racias por estar conmigo, por ser tan tierno, por escucharme y darme consejos. Eres un buen hombre. Te Quiero Mucho.

Manuel

*E*res una persona especial, a la cual quiero, y con la cual compartimos la época más importante de mi vida. Gracias por todos lo vivido, por tu amistad, por tu alegría, por tu nostalgia, por confiar. Te Quiero Mucho.

Eli

*T*antos recuerdos hermosos me invaden cuando pienso en ti, todos los sueños, las emociones, las risas que vivimos y lo que nos a llevado a madurar y a cambiar. Gracias por todo. Te Quiero.

## A los angeles

*A todos los seres maravillosos que en algún lapso de nuestra vida, compartimos un espacio y un tiempo determinado, y con su luz iluminaron mi existencia.*

*Gracias por enseñarme a vivir, por mostrarme la bondad, la amistad, el amor, la entereza, por ayudarme a madurar, a ser fuerte, a no dejarme vencer.*

*Gracias a los que me hicieron esbozar una sonrisa, a los que me hicieron derramar unas lagrimas y a los que estuvieron conmigo para escucharme.*

*Gracias a los que con sus actitudes me alientan, confían en mí, me impulsan para luchar por lo que quiero. gracias porque ya son parte de mi ser.*

## Primas (os)

*Gracias, por el tiempo compartido, por la confianza expresada, por la complicidad en todas y cada una de las experiencias vividas. Y porque además existe una amistad. Las (os) Quiero.*

## Tías (os)

*Gracias por enseñarme el valor de la solidaridad, pues siempre que hay algún evento se reúnen para enfrentarlo y resolverlo. Gracias por su cariño. Las admiro y respeto.*

*Con todo mi amor*

*Lidia Denicia Flores*

# AGRADECIMIENTOS

## DIOS

*Gracias por permitirme sentir y vivirte a través de aquellos seres maravillosos que has puesto en mi camino, por los momentos especiales que me has hecho vivir, por las pruebas que me pusiste para crecer y madurar, por las sonrisas y lagrimas que me ayudaron a valorar cada instante de la vida. Por iluminar mi camino.*

## CELIA

*Mami tengo tanto que agradecerte, empezare por darte las gracias por permitir que llegase a este mundo, por guiarme, por ser amiga, compañera, confidente, por dedicarte en cuerpo y alma a tu familia, por tu amor incondicional, por tus consejos, por tu confianza, por nuestras charlas de media noche, por apoyarme, por reír y llorar conmigo. No encuentro palabras para expresarte lo importante que eres en mi existencia, no creo poder pagarle a la vida tu amor.*

## SALVADOR

*Papá a ti quiero agradecerte el esfuerzo que hiciste para que tu niña llegará aquí gracias por los consejos y el impulso que siempre me diste, por el apoyo brindado durante tantos años, espero que estés orgulloso de los dos, porque tu eres parte de ésta tesis. Gracias por creer en mi y darme múltiples oportunidades de aprender.*

## ISAAC

*Gracias por quererme, yo también te quiero mucho y te admiro por tu inteligencia y tesón para salir adelante, por luchar por lo que quieres; sabes, sólo tienes que hacer las cosas correctas y lograrás lo que deseas. Por mi parte siempre tendrás mi amor y apoyo.*



## GERMÁN

*H*ermanito te quiero mucho, gracias por quererme y por ser parte de mi vida. Representas alguien muy especial para mi y aunque algún día estemos separados no olvidaré aquellas pláticas interminables a veces profundas y otras tantas superfluas pero siempre con tu toque genial. Por último valora lo que tienes y no desperdicies tu vida.

## VALENTINA

*E*spero que cuando puedas leer esto bebé, ya te hayas dado cuenta lo mucho que te quiero; gracias por hacer un día especial con sólo sonreír y sobre todo por enseñarnos que un te amo es más lindo si lo dicen como tu con una mirada llena de ternura.

## JOAQUIN

*P*rimo querido deseo decirte que mi amor y admiración por ti son tan grandes que no cabrían en unas cuantas líneas, porque contigo me siento libre, diferente, tienes ese efecto en mi, que con sólo pensarte siento una felicidad arrolladora. Me gustaría agradecerte esas tardes, noches y por qué no, todas las mañanas que pasamos juntos comiendo, sonriendo y soñando con el futuro. Y sabes qué si existe mi alma gemela ese eres tu.

## DOLORES

*T*ía tu sabes que te adoro y ahora quiero darte las gracias por tu ternura, por quererme como a una hija, por tus sabios consejos, por apoyarme y por tener siempre buenos deseos para mi.

## LAURA

*Mi pequeña hermanita, cómo no quererte si eres tan linda, tan chispeante, tan entusiasta. Gracias por ser mi cómplice en todo y con todos; por ser la compañera ideal para lo que hemos vivido juntas, por compartir lo malo, lo bueno, lo terrible y hasta lo doloroso, pero siempre de pie. Gracias a Dios yo si te pude escoger como mi hermana y te digo que los momentos contigo han sido geniales. Te quiero mucho.*

## LIDIA

*Amiga inseparable, a ti qué puedo decirte, si tu sabes lo que significa haber culminado esta etapa, una vez más cerrando y abriendo ciclos juntas; gracias por ser una amiga cuasiperfecta, por compartir y dejarme entrar en tu vida, corazón y alma, por permitirme conocer a ese ser inteligente, tierno, enigmático y sensible.*

*Dicen que la vida está llena de momentos gracias por estar en los mejores. Tal vez este párrafo no tenga buena redacción ni sintaxis, pero si tiene mucho amor y admiración por ti.*

## ANA LAURA

*Anita muchas gracias por acogerme en tu vida, por dejarme conocer a una mujer extraordinaria llena de virtudes como la inteligencia, la amistad, la paciencia, pero sobre todo admiro tu gran capacidad de amar y ayudar al prójimo y por supuesto como olvidar tu buen gusto y estilo.*

*Por favor nunca olvides que te quiero mucho.*

## CARLOS

*Gracias por tu amistad y respeto profundo hacia mi, por permitirme conocer a un gran ser humano, a un hombre diferente y lleno de valores. Te quiero mucho*

## PRIMAS Y TIAS (OS)

*Gracias por compartir sus sueños e ilusiones conmigo, por el apoyo constante e incondicional, quiero aprovechar para manifestarles mi respeto y admiración y decirles que los amo. Tío Joaquín de verdad muchas gracias por ser como un segundo padre ah por cierto te lo diré hasta que me canse eres mi tío consentido.*

## AMIGOS

*A todos y cada uno de ustedes quiero agradecerles que hayan estado ahí para mi, en todo momento, gracias por prestarme sus ojos y oídos para conocer cosas nuevas; por todos los momentos divertidos y no tan divertidos, por la confianza y por regalarme un pedacito de su corazón. Los quiero mucho y ya saben aquí voy a estar siempre para ustedes.*

*Con todo mi amor*

*Karen Zoraida García Alvarado*

ALEJANDRA, XOCHITL Y SUSANA

*A*gradecemos su apoyo y tesón pues fue de mucha utilidad para concluir este trabajo  
Por su tiempo dedicado, por su colaboración así como la confianza que nos  
brindaron.

*Lidia y Karen*

## INDICE

	PÁGINA
<b>CAPITULO 1 ADOLESCENCIA</b>	
1.1 Definición	1
1.2 El adolescente y su imagen corporal	5
1.3 La revolución psicológica del adolescente	11
1.4 La sociedad y el adolescente	16
<b>CAPITULO 2 LA SEXUALIDAD</b>	
2.1 Definición	19
2.2 Identidad, orientación y rol sexual	22
2.3 Instituciones que enseñan a vivir la sexualidad (familia, escuela, amigos, religión, medios de comunicación)	27
<b>CAPITULO 3 EDUCACIÓN SEXUAL</b>	
3.1 Reseña de la educación sobre sexualidad en México	35
3.2 Problemas y deficiencias de la educación sobre sexualidad	45
<b>CAPITULO 4 VALORES</b>	
4.1 Definición	53
4.2 Clasificación y jerarquización de valores	59
4.3 Importancia de los valores en la educación sobre sexualidad	64
<b>CAPITULO 5 ANÁLISIS DE PROGRAMAS DE SEXUALIDAD BASADOS EN VALORES</b>	
5.1 Modelo Formal	67
5.2 Modelo no Formal	69
<b>CAPITULO 6 “CONOCE TUS VALORES Y EJERCE TU SEXUALIDAD”. PROPUESTA DE UN TALLER DE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES</b>	74
<b>CONCLUSIONES</b>	167
<b>REFERENCIAS</b>	171
<b>ANEXOS</b>	

## RESUMEN

Los programas empleados en la educación sobre sexualidad no han tenido el éxito esperado pues sigue habiendo un alto índice de embarazos no deseados, violaciones, abortos, enfermedades de transmisión sexual, entre otros. Lo que hace evidente que se ha olvidado o descuidado algunos aspectos indispensables para los adolescentes.

Analizando algunos programas dirigidos a los adolescentes nos permitió darnos cuenta de el propósito de éstos estaba dirigido exclusivamente a la adquisición de conceptos, así como a su rápida comprensión, menospreciando la individualidad de los participantes.

Por lo tanto el objetivo del presente trabajo es proponer un taller de sexualidad para adolescentes en el cual se abordan aspectos biopsicosociales del joven, haciendo énfasis en aquellos, que consideramos se han relegado como valores personales, libre expresión de sentimientos, el establecimiento de relaciones solidarias, respetuosas, la identificación de limitaciones, capacidades y la toma de decisiones responsables.

El taller abordará temas que de una forma u otra siempre están presentes en nuestra vida, sin embargo, consideramos que en la adolescencia éstos temas son importantes por los cambios que se sufren en todos los ámbitos por la necesidad que tienen los jóvenes de adaptarse.

Los temas abordados son: valores, adolescencia, sexualidad, aspectos anatómicos y fisiológicos de los órganos sexuales femeninos y masculinos, manifestaciones de la sexualidad, mitos de la sexualidad, enfermedades de transmisión sexual, anticonceptivos, embarazo, asertividad y autoestima. Cada uno de ellos tiene una parte teórica y una de actividades que están enfocadas a que los usuarios reflexionen sobre su sexualidad en base a sus valores.

Esta propuesta puede ser utilizada como complemento a la educación oficial o de forma independiente y por tratarse de un taller ex profeso puede modificarse en función de la población o del exponente.

# CAPITULO 1 LA ADOLESCENCIA

A lo largo de la vida, el ser humano atraviesa por varias etapas decisivas que tienen una trascendencia en su desarrollo como la adolescencia, que va del final de la infancia al inicio de la edad adulta.

La adolescencia es una etapa maravillosa pero turbulenta que viven los jóvenes, se rige por un elemento clave: el cambio. En este periodo ocurren cambios en el cuerpo, las ideas y en la visión del mundo, éstas a su vez producen una nueva organización en los sentimientos y emociones. Es también época de reajustes, búsqueda, así como la definición de valores. En esencia, lo que distingue a la adolescencia de las demás etapas de la vida es el conflicto, sucede que en este momento se empieza a trazar el diseño de la vida futura, a reafirmarse como individuo, es decir, la adolescencia está directamente relacionada con las transformaciones de la personalidad y las direcciones de la vida (Ramírez, 2002). En ello radica su importancia y su trascendencia; es por eso que nos interesa que se entienda claramente lo que definimos como adolescencia.

## 1.1 Definición

Atendiendo específicamente a su origen etimológico, la palabra adolescencia viene del prefijo *ad* que significa a, hacia; y de *olescere* que quiere decir crecer o madurar su significado es hacia el crecimiento o el proceso de crecimiento; para la psicología el crecimiento al que se alude en la definición involucra aspectos físicos y psicológicos.

El período empieza con los cambios fisiológicos de la pubertad, y termina cuando llega al status sociológico del adulto sin embargo, al igual que sucede en

todas las etapas de desarrollo, estos puntos extremos no están bien definidos (Zavala, 2003).

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) el período de la adolescencia abarca de los 10 a los 19 años de edad, y considera a la adolescencia temprana entre los 10 y 14 años y de los 15 a los 19 como adolescencia tardía. Así mismo, delimita la juventud entre los 15 a los 25 años. Según los criterios de las OMS, el final de la adolescencia coincide con el fin de la juventud.

Aunque otros autores como Ramírez (2002) describe la adolescencia como el período de la vida humana que se extiende aproximadamente entre los 12 o 13 y los 20 años. En el transcurso de esta época alcanzan madurez las funciones reproductoras, pero no se debe suponer que este hecho baste para caracterizar la adolescencia, existen cambios físicos, mentales y morales que se producen simultáneamente y su coordinación es importante para la comprensión adecuada de este período.

Otros como Sullivan (en Ramírez, 2002) dividen este período de desarrollo del individuo esta constituido en siete etapas, en donde la adolescencia tiene como lugar la quinta y la sexta. La quinta etapa se define como adolescencia temprana, período que va de los 15 a los 17 años aproximadamente, aquí la zona predominante es completamente genital. El sistema de si mismo es confuso, pero continúa estabilizándose; la sexta etapa llamada adolescencia tardía, transcurre de los 17 a los 19 años aproximadamente. En ésta el cuerpo ha alcanzado la madurez, el conocimiento de si mismo se encuentra estabilizado e integrado. Es miembro de algún grupo social y totalmente independiente.

Es necesario considerar que diversos autores como Stone, 1980; Ramírez, 2002; entre otros han definido la adolescencia desde diferentes perspectivas. A continuación describiremos algunas de ellas.



Stone (1980 en Ramírez 2002) considera a la adolescencia en dos sentidos, el primero es aplicado al desarrollo físico y se refiere al rápido crecimiento de la prepubertad y termina cuando se alcanza una madurez física. El segundo se define de acuerdo al sentido psicológico, la adolescencia es una situación anímica, un modo de existencia, que aparece aproximadamente en la pubertad y tiene su fin en la madurez.

Legalmente la adolescencia se considera como una edad “torpe”, que se completa a los 18 años, sólo hasta ese momento se contempla al individuo preparado para enfrentar la responsabilidad pues es ahora que con la mayoría de edad queda condicionado a derechos y deberes sociales (Swartz, 1980).

Hall (1993) considera a la adolescencia como un periodo de turbulenta transición para la especie humana además de ser un periodo tormentoso y a la vez estimulante, en el que se produce innumerables tensiones, con inestabilidad, entusiasmo y pasión: él sostiene que ciertos factores fisiológicos genéticamente determinados producen reacciones psicológicas.

Baztán (1994 en Zavala 2003) argumenta que la adolescencia es un fenómeno de la “sociedades evolucionadas” en donde las instituciones son encargadas de intensificar; incluso, de prolongar esta etapa de desarrollo. La edad funciona como una medida para crear categorías y jerarquías sociales sobre las que basan las actividades cotidianas. Las instituciones educativas, los centros recreativos y los dispositivos jurídicos son un ejemplo de lo importante que la edad para la obtención de algún reconocimiento social.

La adolescencia es un periodo de transición que implica una serie de pasos sucesivos que comprenden actividades que pudieran llamarse “ritos de iniciación”, que facilitan psicológicamente las transiciones de status, Éstos dependerán de la

cultura, por ejemplo en México se le considera adolescente a una joven que ha cumplido 15 años y puede llevarse a cabo una celebración o cuando los padres enseñan a manejar automóvil a sus hijos, entre otros; existen actos impuestos por los mismos adolescentes como: ingerir bebidas alcohólicas, el uso de drogas, fumar y tener relaciones sexuales, que ellos determinan para considerarse maduros y los colocan en un estatus más alto (Barragán, 1991).

La adolescencia no es un factor universal, sin negar la influencia de los factores biológicos, enfatizó la importancia de los factores culturales en el desarrollo. Menciona que los cambios físicos son el motivo por los que a este lapso se le denomina adolescencia, pero las características de esa transición dependen del tratamiento que cada cultura le dé (Hall, 1995 en Calvo, 2003).

Ésta postura esta basada en las diferentes culturas, ya que existen grupos humanos en los que la transición de niños a adultos es cuestión de días e incluso horas o tiene que ver con ritos que determinan su condición. Sin embargo en la cultura occidental, la sociedad nos impulsa y determina su condición a que ésta etapa sea larga.

Reafirmando esta postura Muss (1995)menciona que la adolescencia es una situación marginal en la cual se realizan adaptaciones que están determinadas dentro de una sociedad que distingue la conducta infantil del comportamiento adulto. Se considera un fenómeno mas socioeconómico que biológico por lo que cada etapa depende de las condiciones generales de cada sociedad.

Por lo anterior para este trabajo se considerará la adolescencia como un lapso de cambios bruscos y rápidos tanto de crecimiento biológico, como de los procesos psicosocioculturales del individuo, mismos que provocarán modificaciones en la personalidad y en el comportamiento social; estas dependerán de los cambios hormonales, el nuevo rol que desempeñará en el

ámbito familiar, las experiencias nuevas a las que se enfrentará y las nuevas relaciones interpersonales. Además el individuo se hace consciente de si mismo, pone a prueba todo concepto con el que se identifica tratando así de encontrar la estabilidad que caracteriza a la vida adulta. Y en nuestra cultura está limitada a la edad aproximada de 12 a 21 años.

## 1.2 El adolescente y su imagen corporal

La adolescencia es un desarrollo exclusivo del ser humano, porque en los animales inferiores, el desarrollo suele completarse a meses e incluso sólo en un semanas después de nacidos; del mismo modo se completan sus capacidades progresivas. Sin embargo, para el ser humano debido al desarrollo hormonal y del sistema nervioso se completan hasta llegar a la PUBERTAD (Mckinney,1990 en Sanchez,2003).

La palabra “pubertad” se deriva de las voces latinas *pubertas*, que significa “edad de la virilidad” y *pubescere*, que quiere decir “cubrirse de pelo”, “llegar a la pubertad”. La pubertad se inicia con el comienzo de la transformación del cuerpo infantil en el de un adulto y finaliza cuando la transformación se completa. Se considera que el individuo es un niño hasta el momento en el que madura sexualmente; o sea que sus órganos reproductores maduran y comienzan a funcionar; entonces se le comienza a llamar adolescencia (Hurlock,1994).

A pesar de que la pubertad es un periodo relativamente breve; se le divide en 3 etapas: la prepubescente, la pubescente y la pospubescente.

**La etapa prepubescente.** En esta etapa suceden cambios corporales y se comienza a desarrollar las características sexuales secundarias, pero todavía no se desarrolla la función reproductora.

**La etapa pubescente.** Etapa de maduración en la cual se producen las células sexuales en los órganos de reproducción, pero no se completan los cambios corporales.

**La etapa pospubescente.** En esta etapa los órganos sexuales funcionan a la perfección, el cuerpo ha alcanzado la altura y las proporciones debidas y las características sexuales secundarias están bien desarrolladas.

**La pubertad** es la etapa final de la niñez y la parte inicial de la adolescencia, como promedio dura 4 años.

Los endocrinólogos descubrieron una estrecha relación entre la glándula pituitaria, ubicadas en la base del cerebro y las gónadas o glándulas sexuales que resuelve el misterio de la maduración sexual.

En esta época de la vida los cambios son bruscos y significativos que el adolescente podría parecer un desconocido para quienes no lo han visto en algún tiempo. Hurlock (1994) hace una clasificación de las modificaciones corporales incluye 4 categorías principales: 1. El aumento del tamaño corporal; 2. Cambios en las proporciones del cuerpo; 3. Desarrollo de las características sexuales primarias; 4. y Secundarias.

1) Aumento del tamaño corporal. El primer cambio físico importante en la pubertad es el aumento del tamaño corporal. La aceleración del crecimiento puberal se inicia 1 ó 2 años antes de que los órganos sexuales lleguen a la madurez funcional y persiste de 6 meses a un año después de ella. El crecimiento difiere entre hombres y mujeres. Mientras que en el sexo femenino comienza entre los 8 y los 11 años y va declinando gradualmente hasta que termina el proceso entre los 15 y los 16 años. Para el sexo masculino el desarrollo se inicia más tarde, alrededor de los 10 y los 14 años, en este caso el desarrollo continua por

más tiempo completándose hasta los 17 o 20 años. El tamaño corporal se mide en función de la estatura y del peso.

*La estatura*, está regulada por la hormona de crecimiento que proviene del lóbulo anterior de la glándula pituitaria. En cantidad suficiente permite a los niños sanos y bien nutridos alcancen su tamaño normal. Los niños que maduran a un ritmo más lento llegan a una mayor estatura que los que maduran más rápido. El *peso*, este aumenta debido al crecimiento de huesos y músculos. Los huesos se hacen más grandes y más pesados. Además cambian su forma, sus proporciones y su estructura interna. En el caso de los músculos inciden en más en el peso de los niños que en las niñas. Tanto en el peso como en la estatura, el crecimiento depende de diversos factores como: la herencia, inteligencia, salud, nutrición, status socioeconómico de la familia, el tamaño de su cuerpo y la conformación corporal, entre otras (Hurlock, 1994).

2) Cambio en las proporciones del cuerpo. La segunda transformación física del adolescente, comprende modificaciones en el cuerpo (internas y externas). El crecimiento es asincrónico, cada parte del cuerpo tiene su propio y peculiar patrón de desarrollo, sin embargo, los cambios corporales son predecibles.

Los cambios externos comienza a modificarse la cabeza crece, el rostro tiene cambios, pues la frente se hace más alta y más ancha, la nariz crece; la boca se ensancha, los labios se hacen abultados y la mandíbula se vuelve más prominente; en el tronco se desarrolla la línea de la cintura que se sitúa debajo de las mitad del tronco y se ensanchan los hombros en el caso de los jóvenes y las caderas en las muchachas; las piernas y brazos se hacen largos y torneados; del mismo modo manos y pies crecen.

Los cambios internos no son tan evidentes, pero son menos notables. Alcanzan su tamaño y su forma madura. El aparato digestivo, el estómago se hace más largo, incrementando su capacidad; crece la longitud y diámetro de los

intestinos, el esófago se alarga y el hígado aumenta de peso. El aparato circulatorio, el corazón aumenta de tamaño, igual que la longitud y grosor de las paredes de los vasos sanguíneos. Asimismo ocurren cambios en la respiración, ya que existe un crecimiento en los pulmones. La tiroides crecen en las muchachas en la época de la menarca.

3) Desarrollo de las características sexuales primarias. Es otra transformación fisiológica importante. Durante la infancia, los órganos sexuales son pequeños y poco evidentes, pero con el curso de los años, al llegar a la pubertad, el hipotálamo actúa sobre la glándula hipófisis dando lugar a que las hormonas actúen sobre los testículos y los ovarios, llevando a cabo la producción de espermatozoides y hormonas masculinas en el hombre, en la mujeres óvulos y hormonas femeninas.

En las mujeres el desarrollo sexual primario comprende cambios en el aparato reproductor, el cual está constituido por los genitales externos (conformado por : labios mayores y menores, el orificio de la uretra vaginal y el clítoris) e internos (formado por los ovarios, trompas de falopio, el útero y el conducto vaginal). Los labios mayores se hacen más gruesos y los menores crecen y los menores se profundizan, el clítoris aumenta en tamaño y se amplía el orificio vaginal. Los genitales internos crecen en forma acelerada alcanzando su tamaño definitivo, a excepción de los ovarios que maduran hasta los 20 a 21 años. La menarquía (aparición de la menstruación), es un signo de que la joven se acerca a su madurez (Calvo, 2003).

En los hombres, los órganos sexuales los conforma el pené, el escroto, el conducto deferente, la próstata y la uretra. El cambio puberal del chico es la aceleración en el desarrollo de los testículos y del escroto en donde ocurre una mutación en la textura y un enrojecimiento, en la base del pené aparece vello púbico pigmentado. El tamaño aumentado del pene, de los testículos y del escroto

coinciden con el estirón en la estatura y en la estructura esquelética (Swartz,1980).

4) Desarrollo de características sexuales secundarias. Está es la cuarta transformación física sin duda, es la más llamativa, pues son los que dan la apariencia “femenina” a las mujeres y “masculina” a los hombres. El desarrollo de las características se debe al aumento de hormonas provenientes de las gónadas. Las hormonas son sustancias que el cuerpo produce y actúa como mensajeros del cerebro para dar funcionamiento a glándulas y órganos. Estas hormonas no sólo estimulan el crecimiento de los órganos sexuales sino que asimismo dan lugar al desarrollo de los aspectos sexuales secundarios(Pick, 1993).

A continuación se en listará los principales cambios que se presentan en la pubertad como resultado del funcionamiento del eje hipotálamo-hipófisis-testículos u ovarios por medio de hormonas.

En el hombre por la influencia de la testosterona se van a presentar los siguientes efectos:

- El pene, escroto y testículos aumenta su volumen.
- La distribución del vello corporal, originando el crecimiento de vello en la pubis, hasta el ombligo. En la cara (bigote y barba), el tórax, piernas y brazos, en glúteos, axilas y espalda.
- Se produce hipertrofia de la mucosa de la laringe y agrandamiento de la misma y esto hace que la voz se transforme en grave.
- Aumenta el espesor de la piel, oscureciendo el color, aumentando la secreción de las glándulas sebáceas
- Se produce un desarrollo muscular cada vez más voluminoso en espalda, brazos, piernas, etc.
- Aumenta el volumen, la resistencia y la intensidad de crecimiento de los huesos.

- Aumenta el metabolismo de 5 a 10%, mayor cantidad de proteína-enzimas, aumenta la actividad de las células del organismo.

En la mujer, por influencia de los estrógenos, se presentan las siguientes modificaciones:

- ❖ Se promueve el cambio de los órganos sexuales infantiles a adultos.
- ❖ Se produce el depósito de grasa, favoreciendo el desarrollo de las mamas y del aparato reproductor de leche.
- ❖ El crecimiento óseo rápido provocando la soldadura de los huesos
- ❖ Se produce el ensanchamiento de la pelvis.
- ❖ El crecimiento del pelo femenino a nivel pubiano quedando en formas triangular.
- ❖ La piel toma una textura especial, blanda y lisa.
- ❖ Se produce depósitos especiales en la mamas, glúteos y muslos produciendo el agrandamiento de caderas.
- ❖ Aumenta ligeramente la intensidad del metabolismo, produciendo un ligero aumento de la proteína corporal y regulando funciones intracelulares en el organismo (Monroy,1995), (Hurlock,1994), (Grinder,1982 en Sanchez,2003).

Es evidente que los cambios físicos que ocurren en el adolescente están estrechamente relacionados con los emocionales o psicológicos del niño. Los psicológicos son más variados y complejos, así mismo dependerán de la época, sociedad y contexto en el que se desarrolla el adolescente.



### 1.3 La revolución psicológica del adolescente

Al estudiar las variaciones psicoafectivas nos encontramos con autores que se refieren al proceso de identidad y autonomía tales como: Llanes (1982), Conger (1980) manifiestan que las tareas del adolescente pueden entenderse como la lucha por una reconstrucción de su mundo interno, es decir, la búsqueda de su identidad; ser uno mismo en su relación con los demás y con el propio cuerpo. Adquirir la identidad se puede conceptualizar como la posesión de una imagen y una visión de nosotros mismos lo cual dependerá de nuestras experiencias previas así como de la valoración que los demás hacen de nosotros.

Por su parte Rage (1997) menciona que la búsqueda de la identidad implica que la personalidad sufra transformaciones durante la adolescencia. El adolescente debe establecerse, conocerse como individuo, reconsidera y abandona alguno de los valores así como metas establecidas por los padres o por la sociedad adoptando otros. Al alcanzar su identidad los adolescentes desarrollan su propia ideología. Este proceso se acelera en la adolescencia que generalmente es una fuente de conflicto para todos los involucrados. La autonomía no significa desconectarse emocional y afectivamente de los padres. Lo que realmente quiere decir es que el individuo ya no dependerá psicológicamente de ellos porque tiene más control para tomar decisiones en su vida.

Para Erickson (en Monroy, 1995) la adolescencia es un periodo de crisis de identidad, ya que la percepción es más fuerte y clara en esta etapa, cuando el individuo se puede llamar así mismo "yo". Sin embargo, la identidad no es un todo constituido, sino que es un proceso de reformulación e integración.

Por tanto el riesgo de la adolescencia sería la difusión de la identidad manifestada como la huída al mundo por la incomprensión del propio ser y que

hacer. El individuo siente inestabilidad para lograr su identidad, tiene un sentimiento de soledad, se integra a un grupo y los miembros se identifican hasta el punto de parecer que han perdido su identidad individual adoptando una grupal.

La transición desde la infancia a la adolescencia, marca en realidad un duelo para la familia: la pérdida de un niño; y para el adolescente, la carencia de su rol de niño. Con frecuencia los padres sienten un vacío conforme el adolescente se mueve hacia una mayor independencia porque ya no son necesitados de la misma manera.

En la adolescencia existe una tendencia a formar grupos, debido a que el adolescente ensaya diversos roles, desarrolla habilidades, comparte ideas, intereses, se siente acompañado siendo este un intento por lograr la unidad en si mismo. De esta forma fortalecen sus alianzas fuera de su hogar, se da una participación disminuida en casa, que con frecuencia se interpreta por otros miembros de la familia como una pérdida.

Por lo tanto el adolescente se enfrenta a una serie de duelos como perder el cuerpo infantil, enfrentarse y aceptar los cambios biológicos, la renuncia a la dependencia infantil, la aparición de crisis religiosas y los intentos de pensamiento filosófico que son dirigidos a criticar el mundo presente y a fantasear como quisiera que fueran (Monroy, 1995).

El adolescente en su esfuerzo por encontrar sus propios valores, criterios e ideas atraviesa por un cambio en la personalidad, Pepin (1975; en Calvo, 2003) argumenta que estos cambios pueden resultar perturbadores para los padres, maestros y otros adultos e incluso para la propia estructura social.

Las repercusiones psicológicas provienen principalmente de las expectativas sociales respecto de las actitudes y la conducta propias de la madurez.

Durante la adolescencia los jóvenes enfrentan problemas que han de ser resueltos en el proceso de transición de la niñez a la adultez, Havighurst en su libro "Desarrollo humano y educación" enlista diez tareas significativas: 1) Lograr relaciones nuevas y más maduras con sus compañeros de edad de ambos sexos; 2) Alcanzar un rol social masculino o femenino; 3) Aceptar su propio físico y utilizar el cuerpo eficazmente; 4) Alcanzar independencia emocional de los padres y de otros adultos; 5) Obtener seguridad de independencia económica; 6) Elegir y prepararse para una ocupación; 7) Prepararse para el matrimonio y la vida de familia; 8) Desarrollar las capacidades intelectuales y los conceptos necesarios para la vida de competencia civil; 9) Desear y obtener un comportamiento socialmente responsable; 10) Formar una tabla de valores y un sistema ético para guiar la acción.

Igual que cualquier otro individuo humano los adolescentes tratan de satisfacer sus necesidades físicas, sociales y personales; las cuales pueden ser satisfechas por diversas vías. Respecto a las necesidades de la personalidad, durante la adolescencia es importante las concernientes al status, la independencia, la autorrealización y una adecuada filosofía de la vida. Para los adolescentes es tal vez más importante lograr un status en el grupo de sus iguales que ante sus padres. En cuanto a la independencia el adolescente aspira a liberarse de las restricciones paternas y convertirse en una persona que se autogobierna, anhelando vivir su propia vida. Otra necesidad es la de la autorrealización o de logro que está estrechamente relacionada con el aprendizaje pues al estimular a los jóvenes éstos mostrarán mayor interés en el aprendizaje. Por último la necesidad de satisfacer una adecuada filosofía de la vida se refleja en la preocupación de los jóvenes por los problemas de la verdad, la religión y los ideales éticos.

En medida de que los adolescentes no satisfagan sus necesidades, éstos se pueden volver inquietos y tensos poniendo en peligro su estado de equilibrio emocional, por lo que habrán de utilizar algún mecanismo de adaptación para reducir ese estado de hipertensión psicológica. Los tipos de mecanismo de adaptación utilizables por los adolescentes con necesidades frustradas son: **La agresión:** puede ser directa o indirecta, entre los estándares socialmente aceptables se puede usar las representaciones deportivas o artísticas; **La compensación:** el adolescente tiene que sentirse importante; **La identificación:** esta puede significar una dinámica poderosa para la formación de la personalidad y del carácter; **La racionalización:** éste lo utilizará por salud mental porque no acepta que ha fracasado; **La proyección:** éste mecanismo consiste en que el individuo asigna a otras personas sus propias debilidades, faltas o impulsos; **El egocentrismo:** cuando el adolescente se siente inseguro lucha por convertirse en el centro de atención de todos; **El negativismo:** el joven es capaz de oponerse a todo y todos; **La evasión o ensoñación:** cuando se enfrenta a situaciones frustrantes se aísla o refugia en un mundo de fantasía; entre otros (Blair y Jones, 1983).

Una de las tareas más difíciles para el joven es la aceptación de su cuerpo. La insatisfacción respecto a la apariencia después de haberse alcanzado la madurez. La catexia corporal (medida de la satisfacción del cuerpo) es más importante para las muchachas que para los muchachos porque la sociedad atribuye un valor mayor a la apariencia femenina, a menos que la joven este conforme con su físico, desarrollará sentimientos de ansiedad e inseguridad. En los varones también se aplica pero en menor medida pues ellos no dan tanta importancia al atractivo físico.

Todos los adolescentes se interesan, se comparan y se angustian. Havighurst; (en Hurlock 1994, pág. 69) señaló así: “ha de ser raro el joven que jamás se haya hecho, en el curso de la adolescencia, esta pregunta llena de

preocupación: ¿soy normal? ". Las condiciones físicas constituyen una fuente de preocupación obstáculos sociales reales o imaginarios.

Las mujeres se preocupan más que los hombres por sus cuerpos porque para ellas su cuerpo está estrechamente relacionado con sus funciones en la vida. En la infancia, los niños aprenden que es lo que constituye la adecuación sexual de la apariencia y el papel que desempeña un aspecto apropiado a su sexo para tener éxito. En consecuencia se preocupa porque su cuerpo cumpla con los requerimientos para que no sugiera una inadecuación al sexo pertinente. Los ideales físicos de la infancia reciben su alimento de los medios de comunicación, de la familia, de los amigos y en general de la cultura.

El rápido crecimiento de los jóvenes que antes tenían un buen control de sus cuerpos, se hacen toscos, desmañados y poco metódicos. El grado de torpeza dependerá de la rapidez del impulso de crecimiento y de la medida en que han sido dislocadas sus pautas de conducta. Los varones tienden a sentirse perturbados por su torpeza, y es probable que se alejen de situaciones en las cuales pueden ponerse en evidencia, por el contrario las mujeres tratan de superar su torpeza.

En adolescencia las emociones dominantes tienden a ser desagradables, principalmente el temor y la ira en sus diversas formas, el pesar, los celos y la envidia son menos frecuentes y menos intensas las emociones placenteras (alegría, afecto, felicidad o curiosidad).

Las variaciones de las respuestas emocionales son mayores en la adolescencia, ya que en ésta el individuo está más consciente e influido por las presiones sociales (Hurlock, 1994).

El desarrollo físico y psicológico va ligado con lo social debido a que este se inicia en la infancia al aprender normas del grupo al que se pertenece. Cuando se

atraviesa por la adolescencia, siente la necesidad de liberarse de los lazos familiares y se asocia con individuos o grupos de su mismo sexo, en ellos se adaptará a sus reglas y normas para su aceptación. Todo este proceso se llama socialización, que es la interacción de un individuo con los demás. El ambiente cultural que rodea al individuo proporciona pautas de comportamientos que conforman su realidad, es decir, sus preferencias sexuales, la elección de amistades o grupo social al que desee pertenecer, así como la forma de concepcionar el mundo que le rodea (Calvo, 2003).

#### 1.4 La sociedad y el adolescente

La adolescencia no tiene nada de placentera. El joven parece en retroceso porque muchos rasgos socialmente deseables adquiridos en la infancia desaparecen. La conducta es notablemente afectada pues están sin duda en los momentos más difíciles del patrón del crecimiento. A pesar que el adolescente no hace nada excesivamente incorrecto, es impertinente e irritante por ello las fricciones con los adultos alcanzan su punto máximo. El adolescente una persona sexualmente madura se va adaptando a los trastornos físicos y psicológicos. Es mas enérgico y desea ejercitar su fuerza, se interesa por las actividades sociales, por los miembros del otro sexo, por la vestimenta y por la apariencia; demuestran mejor control emocional, menor inquietud, menos fastidio, una actitud menos critica hacia familiares y amigos y una fuerte motivación para realizar cosas (Hurlock, 1994).

Las experiencias sociales de la adolescencia se apoyan en el fundamente de las relaciones familiares formadas en la infancia y nunca están bajo el completo y directo control de los adultos.

El adolescente ha de aprender que sólo podrá alcanzar status y madurez en la medida en que desempeñe roles adultos y aunque se esfuerza por ello no logra hacer mucho por su inseguridad por lo que recurre a la alianza con sus iguales pues se encuentran en la misma condición ante el mundo de los adultos.

Todas las personas quieren sentirse capaces e importantes, el adolescente en especial moviéndose desde una posición social insegura se esfuerza por todos los medios disponibles para tomar parte de las actividades que juzga importantes y significativas para el momento que le toca vivir.

A partir de que los adolescentes quieren convertirse en adultos deben aprender un nuevo conjunto de reglas sociales como los roles de hombre y mujer, miembros de una comunidad dada y personas dotadas de habilidades, y que estos no son un juego sino el camino para transformarse en adultos (Blair y Jones, 1984).

El comportamiento del adolescente se ve afectado de manera directa por la sociedad en la que se desenvuelve. Si es verdad que los cambios biológicos son universales los comportamientos característicos de la adolescencia se presentan siempre de una sociedad en particular (Ramírez, 2002).

Gran parte de la vida social del adolescente depende de las oportunidades que le brindan la escuela y las instituciones sociales y culturales de su comunidad.

La escuela, es determinante para la formación integral del joven ya que es aquí donde comienza a vislumbrar otras perspectivas de la vida y a conocer nuevos miembros que puedan formar el grupo de amigos.

Existe en esta etapa aversión al trabajo hace lo menos posible en el hogar y en la escuela, descuida a menudo sus deberes esta actitud no es pereza sino

responde a razones fisiológicas. El crecimiento físico absorbe sus energías que no tiene ni el gusto ni la motivación para realizar más de lo que es necesario.

En el periodo de la adolescencia los jóvenes se percatan de la existencia de la presión social, y además, empiezan a considerarse como actores. Esto puede causar inadaptación y rechazo, ya que los jóvenes tienen confianza en sus posibilidades, pero no son muy sensibles a sus limitaciones, algo que comprenderán como efecto de la resistencia que van a encontrar. La desmedida presión social puede presentar consecuencias como el consumo de drogas, la huida de la casa familiar, embarazos no deseados o la muerte en algún accidente e incluso en suicidio (Cabrera, 2001).

A manera de conclusión podemos decir que las necesidades que el adolescente presenta para un desarrollo psicológico son diversas, pero el aspecto sexual es una parte primordial que el joven tiene derecho a conocer por los cambios que sufre en esta etapa de su vida, ya que de la comprensión y del conocimiento de su conducta sexual dependerá la estabilidad de su vida adulta; así como su desarrollo afectivo hacia las demás personas que le rodean.



## CAPITULO 2 LA SEXUALIDAD

La sexualidad es un tema que se ha mantenido durante mucho tiempo en la línea de la represión, de los silencios, se ha presentado como algo “malo” que genera sentimientos y emociones negativas, como culpa, vergüenza, rechazo, entre otras; que se van estructurando con el contexto cultural (Centeno, 2003).

Desde la antigüedad se ha relacionado la sexualidad como un fenómeno biológico es por ello que los primeros estudios relacionados con la sexualidad tenían como objetivo identificar las bases biológicas y fisiológicas de la respuesta sexual y los procesos de reproducción sirviendo de base para estudios posteriores en donde se modificó el objetivo que es analizar los conceptos, significados, creencias, expectativas, sentimientos y emociones acerca de la sexualidad de las personas partiendo de su propia experiencia, la cual se determina dentro de su espacio socio-cultural (León y Ordóñez, 2003).

Dentro de los pioneros en investigación sexual se encuentran Sigmund Freud, Alfred Kinsey, Masters y Jhonson que se enfocaron en destacar los aspectos sociológicos y psicológicos de la sexualidad partiendo de inquietudes personales como el origen del deseo, de cómo se satisface éste, entre otras.

Para entender el significado de sexualidad es importante realizar una revisión de diversas definiciones lo que nos permitirá comprender dicho concepto.

### 2.1 Definición

Durante mucho tiempo las investigaciones realizadas con respecto a la sexualidad, nos remitieron a una sexualidad exclusivamente genital, sin embargo la sexualidad tiene una extensión mucho más considerable que la genitalidad, ya

que comprende una serie de manifestaciones sexuales, aunada a las normas sociales, jurídicas y religiosas que regulan o castigan, mientras que la genitalidad se refiere única y exclusivamente a un aparato. La ideología que tiende a reducir a la sexualidad a genitalidad se basa en teoría biologicistas donde los principales conceptos son los instintos y la reproducción, haciendo semejanza con algunos comportamientos animales; pero de acuerdo con Fuentes (1997 en Centeno, 2003) la sexualidad en la especie humana es una dimensión más rica y compleja que no se limita a la función reproductora, ni siquiera a la complementaria de búsqueda de placer en la actividad sexual coital, ya que la sexualidad es una de las expresiones de la necesidad de contacto y vinculación.

En un estudio realizado por Gotwald en 1983 se encontró que las personas conciben una diferencia entre sexualidad y sexo, a la primera se le concede la connotación de sentimientos entre personas como amor, comunicación, unión, compartir, tocar, cuidar, sensualidad y erótico; mientras que al segundo se le relaciona con conceptos que indican “hacer” algo, cópula, vagina, pene y genitales, de tal forma que al sexo se le relaciona principalmente con el comportamiento animal (Centeno, 2003).

Katchadourian, 1992 se refiere a la sexualidad en dos categorías:

- ✳ La primera hace referencia a la división orgánica entre hombres y mujeres y las cualidades que los diferencian.
- ✳ La segunda se refiere al comportamiento erótico y aspectos físicos o de personalidad.

Según López y Fuerte, (1989) la sexualidad es: algo inherente a nuestro ser. Debe existir una mutua y continúa interrelación entre aspectos sexuales y los no sexuales; la sexualidad esta mediatizada por todo lo que somos como persona e influye la forma en que pensamos, sentimos y nos comportamos.

L'Abate y Talmadge (1987 en Mc Cary, 1996) opinan que el último fin de la sexualidad es la reproducción y una de las funciones más importantes en nuestra especie, es la del placer. El placer se halla en base a muchas expresiones y comportamientos sexuales; sin referirse exclusivamente a la excitación y el orgasmo, sino también de dar y recibir en toda relación sexual.

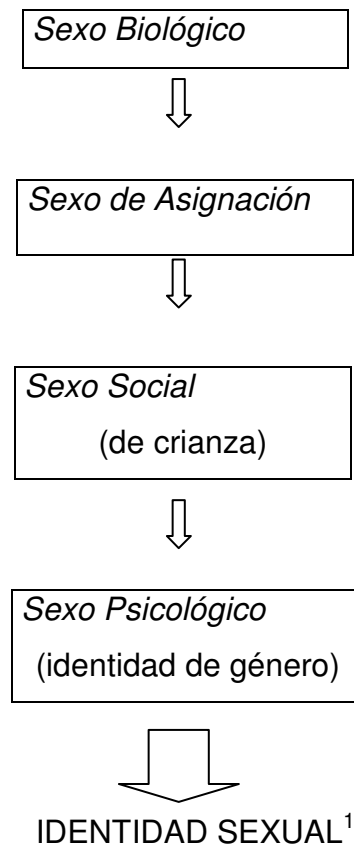
La sexualidad es ante todo una construcción cognitiva, de todos aquellos aspectos de la especie humana los cuales van adquiriendo un significado sexual, y por lo tanto nunca será un concepto acabado y definido, pues la misma existencia es y será continua y cambiante; sin embargo, para su estudio y análisis los investigadores han limitado el concepto para su comprensión.

Masters, Johnson y Kolodny (1995) señalaron que hay diferentes dimensiones en la sexualidad:

- **Dimensión biológica:** ésta se refiere a los factores biológicos que controlan el desarrollo sexual, afectando al deseo sexual.
- **Dimensión psicosocial:** se conjugan factores psicológicos (emociones, ideas y personalidad) con elementos sociales y determina la identidad sexual.
- **Dimensión conductual:** se refiere al comportamiento sexual como producto de las fuerzas biológicas y psicosociales, permitiendo el estudio de la sexualidad.
- **Dimensión clínica:** se encarga de examinar soluciones a impedimentos y conflictos de orden convivencial que repercuten sobre la sexualidad como son; lesiones, enfermedades, drogas, miedos, ansiedades, turbación, culpa y depresión.
- **Dimensión cultural:** se refiere a las actitudes culturales que cambian de un lugar a otro (León y Ordóñez, 2003).

## 2.2 Identidad, orientación y rol sexual

Monroy (1980) a la base biológica de la sexualidad le denominó **sexo biológico**, que son las características anatómicas y fisiológicas que nos diferencian a los seres vivos en femenino y masculino para propiciar la reproducción, y que es designado cuando el óvulo y el espermatozoide fecundan. Nacido el niño, con sus órganos sexuales diferenciados, se les da un **sexo de asignación** de acuerdo con los genitales externos, lo que establece las expectativas de la familia y de sociedad en cuanto al futuro rol sexual del recién nacido, y así se establece el *sexo social* (nombre, género, registro, tipo de ropa, entre otros). Los estímulos ambientales moldean la conducta para formar a un ser femenino o masculino, determinando así el **sexo psicológico** y su expresión social. Si el sexo biológico coincide con el social y psicológico se puede decir que se logra una identidad sexual. Como se muestra en el siguiente esquema.



<sup>1</sup> Monroy A (1980) Salud, sexualidad y adolescencia, CORA, México.

La identidad sexual es el aspecto psicológico de la sexualidad y comprende tres elementos indivisibles: 1) la identidad de género, 2) el rol de género y 3) la orientación sexual.

### *1) Identidad de Género*

En todas las sociedades el hombre y la mujer han sido tratados en forma diferente, frecuentemente en forma desigual, asumiendo diferentes roles. Lo femenino y lo masculino está influenciado por la estructura económica de una sociedad y por la división de actividades laborales por género.

Históricamente ha predominado un énfasis sobre las diferencias asociado a explicaciones biológicas que considera los diferentes comportamientos como expresión de orden natural; dentro de ese orden, la posición ocupacional, social y educativa de ambos sexos se considera derivada de las cualidades opuestas, o se atribuye a una carencia constitucional de las capacidades requeridas para distintas actividades.

Karl Marx y Herbert Spencer desde el siglo XIX proponen que la división de roles surgió con la división del trabajo entre los sexos a consecuencia de las diferencias biológicas.

La incorporación de la categoría de género ha sido de mucha utilidad para comprender, analizar los comportamientos y los problemas que tradicionalmente han considerado como “típicos” o “inherentes” a las mujeres y a los hombres.

Dolto (1990) se refiere al género como la categoría donde se agrupan todos los aspectos psicológicos, sociales y culturales de la feminidad/masculinidad, reservándose el término sexo para los componentes biológicos, anatómicos y para designar el intercambio sexual en sí mismo.

A partir de lo anterior se ha expuesto que los comportamientos de mujeres y hombres más que tener una base natural e invariable se debe a una construcción social que alude a aspectos culturales, psicológicos asignados de manera diferenciada a ambos, por medio de los cuales adquieren, se desarrollan ciertas pautas de comportamiento, características y atributos que hacen posible tanto la feminidad como la masculinidad, derivándose de esto los llamados roles de género (Vázquez, 1996).

Para Beneria y Roldán (1987 en Carreño y Escobar, 2001) el género es una red de creencias, rasgos de personalidad entre hombres y mujeres, a través de un proceso de construcción social que tiene una serie de elementos distintivos. Involucra también el conjunto de actividades que cuando son realizadas por los hombres, se les otorga mayor valor y status; esto conduce a la formación de jerarquías, donde la posición de la mujer aparece desvalorizada y/o subordinada en la mayoría de las sociedades, por lo que tal situación resulta ser un complemento intrínseco de la construcción de género.

González y Hernández (2000 en Arce 2001) señalan que desde la perspectiva psicológica del desarrollo humano, género es una categoría en la que se articulan tres instancias básicas:

1. La asignación del género.-realizada en el momento en el que nace el bebé dada la apariencia externa de sus genitales.
2. La identidad de género.- establecida mas o menos a la misma edad en que el infante adquiere el lenguaje, y es anterior a un conocimiento de la diferencia anatómica entre los sexos.
3. El papel de género.- formado con el conjunto de normas y prescripciones que dicta la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino.

García y Medina (1996) menciona que la identificación se refiere a la adopción que hace un niño de las características, creencias, actitudes, valores y comportamientos de otra persona o de un grupo.

La identidad de género se establece generalmente a la misma edad en la que se adquiere el lenguaje (entre los dos y tres años). A partir de dicha identidad el niño estructura su experiencia vital; el género al que pertenece es identificado en todas sus manifestaciones, sentimientos o actitudes de niña o niño, comportamientos, juegos, entre otros (Centeno, 2003).

De acuerdo con Kohlberg (1994 en Pérez 2001) el niño construye de modo activo su propio concepto de género, que se basa tanto en fuentes físicas como sociales y la identidad de género se desarrolla en etapas:

- a) Identidad básica de género (dos o tres años)- un niño varón puede decir que es un niño pero cree que puede volverse niña.
- b) Estabilidad de género (cuatro a seis años)- esto implica la comprensión de que se pertenece a un mismo género a lo largo de toda la vida.
- c) Constancia o consistencia de género (seis a siete años)- ésta representa un tipo de conservación, que de manera significativa, aparece poco después de que el niño ha dominado la conservación de cantidad.

## *2) Roles Sexuales*

Dentro de cada sociedad mujeres y hombres desempeñan diferentes labores, las cuales la mayoría de ellas son impartidas según su sexo, dichas actividades son conocidas como roles que jugamos dentro de nuestra sociedad.

Myers (1991 en Pérez, 2001) define al rol como un conjunto de normas que indican como debe conducirse una persona dependiendo de lo que marca la sociedad según su género.

Los roles femeninos y masculinos empiezan desde antes de nacer, ya que se vislumbra con anticipación el hecho de que nazca un niño o una niña, lo que determina ciertas preferencias o la convivencia de tomar partido por uno u otro sexo y en consecuencia se habrá de marcar una diferencia en cuanto al tipo educación que se le inculcará.

De acuerdo a nuestra cultura occidental mujeres y hombres tenemos características específicas de acuerdo a ciertos estereotipos por ejemplo las mujeres generalmente valoran el amor, la comunicación, la belleza y las relaciones interpersonales, dedican tiempo a respaldarse, ayudarse y estimularse mutuamente. Su sentimiento de la personalidad se define principalmente a través de sus sentimientos y de la calidad de sus relaciones interpersonales. En cambio los hombres valoran el poder, la competencia, la eficiencia y la realización; continuamente hacen cosas para probarse a sí mismos y así desarrollar su poder y sus habilidades (Torres, 2002).

A manera de conclusión podemos decir que los estereotipos de los roles genéricos son expectativas generalizadas del comportamiento, pues no sólo se trata de la conducta, sino de habilidades y capacidades, maneras de pensar y evaluar, procesos internos, cognitivos y afectivos.

### *3) Orientación sexual*

Se refiere a la atracción, gusto o preferencia de la persona para elegir compañero sexual, ésta elección puede ser de tipo heterosexual, homosexual o bisexual (Carreño y Escobar, 2001).

La heterosexualidad es definida como la preferencia sexual por individuos del sexo opuesto. Álvarez-Gayou (1983), la describieron como la atracción y estimulación sexual efectiva en busca de satisfactores orgásmicos entre seres de sexos reproductivamente complementarios.



La homosexualidad es la atracción u orientación sexual, amorosa y afectiva por personas de igual sexo al de una (o) misma (o).

Se considera que la bisexualidad es la atracción u orientación sexual, afectiva y amorosa tanto hacia las mujeres como hacia los hombres (González, 1997).

Resumiendo podemos deducir que la sexualidad es una parte de la naturaleza humana más amplia pues no se limita a la actividad de las parejas en el dormitorio, ni a partes específicas del cuerpo, se expresa en el estilo de vida, en la forma de dar y recibir afecto y por supuesto en el comportamiento erótico sexual; hace referencia a los sentimientos, las actitudes y comportamientos cotidianos de la persona. Es un componente humano, presente desde el nacimiento hasta la muerte, donde el aprendizaje es la base de su conformación o es parte integrante de su personalidad (Pérez, 2001).

En la sexualidad se ven entremezclados aspectos biológicos, psicológicos y sociales; a lo largo de la historia las instancias (familia, escuela, religión, amigos, medios de comunicación y la legislación) han sido las encargadas de moldear nuestro comportamiento incluyendo los patrones de sexualidad.

### 2.3 Instituciones que enseñan a vivir la sexualidad

A través del tiempo se ha ido modificando el concepto de sexualidad y las actitudes que los individuos adoptan sobre ella. Esto se debe a que nuestra sociedad y/o cultura ha hecho pequeños cambios y se ha obtenido una minúscula modificación, sin llegar a una transformación adecuada. No obstante es importante recalcar que los avances son benéficos para vivenciar nuestra sexualidad de

forma integral y que de ninguna manera nos avergüence, lastime, entre otros; es decir logrando que exista una mayor apertura hacia el ejercicio de la sexualidad.

Para lograr los cambios se necesita que las principales instancias sociales (familia, escuela, amigos, medios de comunicación, religión, legislación), fueran modificando su perspectiva y liberándose de tabúes sobre la sexualidad, pues son las instituciones las que forjan y avalan la conducta de los individuos por medio de una constante presión, ejerciendo recompensas y castigos.

A continuación se describirán las principales instancias sociales:

- ♦ **La familia:** constituye la organización mínima fundamental tanto de pertenencia como de referencia para el ser humano; siendo la base del reconocimiento social y ejerce una importante influencia en el desarrollo psicosexual. Una de sus principales funciones, consiste en acondicionar a sus miembros a las normas y pautas vigentes, es decir, la familia es el mejor instrumento de transmisión de las tradiciones, valores, estereotipos, actitudes, conocimiento, roles de comportamiento, entre muchos otros (Becerra, Martínez y Hernández, 1996).

En el hogar es donde se aprende el rol: femenino o masculino, descubrimos el cuerpo, los nombres y funciones del mismo, nos enseñan a dar una valoración subjetiva, aprendemos lo que es aceptado o no, lo que es bueno o malo para la sociedad. Lo ideal sería que en la familia se diera una información integral, pues es la institución en la que el individuo adquiere la primera información, además de ser uno de los objetivos de la familia formar persona con conocimientos, pero este objetivo no se cumple, pues existen padres que eluden esta responsabilidad esperando que su vida les enseñe. Otros padres no dan la suficiente información por que ellos mismos no conocen del tema y les es difícil hablar de ello. Porque la formación y la información que se transmite, es de manera irreflexiva, comunicando prejuicios, mitos y miedos personales, por lo que los mensajes que

llegan a los chicos son confusos e incongruentes (Londoño, 1993 y Corona, 1991; en Pérez y Arriola, 2001). En la época actual existen algunos padres que desean asumir el papel que les pertenece, y se esfuerzan por prepararse de diversas formas (investigando en libros, revistas, Internet, etc.), además toman en cuenta los sentimientos de los chicos.

La educación que ha otorgado la familia ha sido diferenciada para mujeres y hombres, mientras a las mujeres se nos reprime y enseña a ser frágiles, dependientes y obedientes; a los hombres se les da una educación más permisiva y ellos deben ser fuertes, dominantes y autosuficientes. Aunque se ha intentado que los estereotipos desaparezcan no se ha logrado; pues en la actualidad todavía no existe una igualdad de género (Arce, 2001).

Otro punto que se debe entender es que la educación en la familia, no consiste en una plática única sobre la menstruación, las poluciones nocturnas, la concepción, los anticonceptivos, etc. si no es un proceso desde que el niño nace y durante todo su desarrollo. Además se debe entender que el niño aprende más de lo que ve que de lo que se le dice.

- ♦ **La escuela:** es otra instancia que fomenta, refuerza, mantiene valores y pautas de comportamiento que la familia inició. Es un sistema educativo ya que define el destino, actividad e incluso imagen y autoestima de los individuos (García, 2000).

El medio escolar debería transmitir una información sobre sexualidad correcta pues es parte de la educación formal, pero desafortunadamente esto no es así, ya que en muchas ocasiones se elude hablar del tema o lo hace de forma equívoca, pues la educación debería ser amplia, además de tomar en cuenta todo lo que los chicos desean saber. Sin embargo sólo se habla o se incluye información de anatomía y fisiología de la reproducción dejando de lado el amor, la ternura, el erotismo, el placer, los sentimientos, entre otras. La impartición de la

sexualidad debe consistir en un proceso total de comunicación entre adulto y joven; y estar basada en la franqueza, la honradez y el respeto mutuo. Además de estar vinculada a los sentimientos personales y relacionada con lo que tiene sentido para los chicos, de esta forma sería interesante pues se relacionaría con sus necesidades, intereses y temores. La educación debe alentar a hablar de todo lo que sea de interés, importancia o preocupación para los individuos (Becerra, Martínez y Hernández, 1996).

La escuela juega un papel relevante en la formulación de estrategias educativas acerca de la sexualidad que permita al adolescente la reflexión, el cambio de actitudes y la adquisición de comportamientos saludables y responsables; el educador, por consiguiente, juega un papel importante, pues , responde a una serie de valores propios, los cuales refleja a la hora de proyectar la información (en la selección u omisión de contenidos), y en su actitud como respuesta de su propia historia personal y expectativa, si el educador tiene una formación deficiente también lo será su información y viceversa. (Azuela de la cueva, 1989; Corona, 1991; Bustos, 1994).

Algunas personas se oponen a una educación abierta por considerar que la exposición a la información alentarán a los jóvenes a participar en actividades sexuales, sin embargo no existen datos que demuestren lo anterior. Los educadores dicen “la educación sexual, al igual que cualquier tipo de educación suministra información y no es una llamada a la acción”(CONAPO, 1986 en Gil, 1998).

La institución de la escuela también ha ido modificándose en el transcurso del tiempo, sin embargo todavía existen deficiencias que se espera se vayan cubriendo, pues cada vez existe más apertura.

- ♦ **La religión:** es un conjunto de creencias y dogmas acerca de la divinidad, de los sentimientos, veneración y temor; establece normas bien definidas, para la

conducta individual y social. A través de este medio se perpetuaron tradiciones, costumbres y se transmitieron valores y creencias (García, 2000 y Arce, 2001).

Por lo que se refiere a la sexualidad, la religión sanciona comportamientos a través de la sacralización y de rituales. Muchas religiones han establecido normas para gobernar la conducta sexual, pues la religión está íntimamente ligada a las normas éticas que rigen la conducta reproductiva, la función social del hombre y la mujer; por lo tanto la religión enjuicia la sexualidad de quien la ejerce, ya que no han faltado grupos religiosos que nieguen o repriman el ejercicio de la sexualidad, que califican al cuerpo como malo, que sólo permiten la unión sexual como medio de la procreación, que condena el goce de la comunicación corporal y discrimina a la mujer, considerándola inferior y subordinada. En México la religión dominante promueve lo anterior y por lo tanto es lo que se ha ido transmitiendo por generaciones. Sin embargo, esto no es común en todas las religiones. Algunos aspectos se han visto modificados de acuerdo con el conocimiento que se ha adquirido de la conducta humana y con la apertura de la cultura.

- ♦ **Grupo de Amigos:** otra instancia de gran importancia, pese a lo que se pensaría, no son los padres los que dan la información en materia de sexualidad, sino que el grupo de amigos son los principales informadores. Las personas se mueven en gran parte por el deseo de ser respetado por su grupo y está influido por sus opiniones (Pérez y Arriola, 2001).

El grupo de amigos constituye un canal importante es la socialización de la sexualidad. Allí establecen vínculos de solidaridad, de intimidad, de identificación que facilitan el clima de confianza necesario para entablar conversaciones acerca de un tema profundo y que en otro ambiente no se podría tratar: La sexualidad. A través de juegos, pleitos, llantos, risas, el niño refleja y conforma su concepto de hombre y mujer y las curiosidades sexuales de cada etapa de desarrollo. Los amigos van evolucionando en la sexualidad, con dudas e inquietudes similares que los rodean. Además de constituir una fuente importante de intercambio de

experiencias. El amigo íntimo cobra mucha importancia, es confidente, en ocasiones es el reflejo de sí mismo, el fuerte, el que comprende y ayuda aconsejando, les gusta realizar conversaciones del futuro, de las injusticias familiares y escolares, del gusto por el sexo, entre otras (García, 2000).

Vos y Gale (1987) mencionan que los amigos se estimulan, inhiben o motivan unos a otros para hacer o dejar de hacer algunas cosas relativas a la sexualidad. Los grupos de amigos generan, recomiendan, son los indiferentes o rechazan ciertos valores y comportamientos sexuales. Una característica importante de estos grupos es que las personas son las que eligen a sus amigos bajo ciertas características que comparten o que son afines. Ésta es el única instancia que presenta esta característica de selección y libertad.

Además de estos grupos existen otros grupos llamados “de iguales”, que tienen influjos en el comportamiento sexual: los compañeros de trabajo, los sindicatos, las asociaciones deportivas, otra colectividad que son homogéneas en cualquier aspecto como la edad, la raza, estatus, entre otros (Meredith, 1986).

- ◆ **Los Medios de Comunicación:** los medios de comunicación masiva comprenden las instituciones y técnicas mediante las cuales grupos especializados emplean recursos tecnológicos (prensa, radio, cine, televisión, revistas, entre otras) para difundir contenidos simbólicos en el seno de un público numeroso y disperso.

Los medios de comunicación marcan como consecuencia la adaptación de las ordenes institucionales existentes a estos medios, pueden prescindir de los canales de comunicación y las estructuras de autoridad propias de las esferas de la política, la religión , la educación, la familia y la economía, pues establecen un contacto “directo” con los individuos.

Algunos sociólogos consideran que éstos ofrecen modelos de comportamiento, inculcan roles, además de que proporcionan experiencias antiguas a situaciones nuevas y ayudan al individuo a adaptarse a las expectativas, los medios divulgan diversos mensajes como las actitudes hacia la mujer, visiones generales del mundo, actitudes hacia los bienes materiales, hacia la moda, hacia la política, los prejuicios y valores hacia el sexo (Alfaro,1988; en Gil, 1998).

La sexualidad no le pertenece al individuo si no que está determinada por el grupo social dominante. Si llega a tomar una decisión individual , aunque no perjudique a nadie , será reprendido y castigado. La influencia que ejercen los medios de comunicación sobre la sexualidad es decisiva. En los medios se cree encontrar lo que no es proporcionado por los padres y los educadores, pero en realidad la mayoría de las veces se transmite información parcial de los acontecimientos, llena de estereotipos y mitos.

- ♦ **La legislación:** son todo el conjunto de leyes que determinan como deben comportarse los individuos de una sociedad y de no ser así serán severamente castigados por la legislación dependiendo de la falta y los medios económicos con los que cuenten las personas. De esta forma también determinan como debe ser la sexualidad y como debemos vivirla, de no ser así puedes ser sancionado como en el caso de las relaciones extra maritales, el aborto, la violación, adulterio, entre otras(Guevara, 2001).

Al analizar las instancias antes mencionados podemos dar cuenta que a pesar de estar involucrados en todas, la información que recibimos es incongruente una con otra, porque el objetivo de enseñar sexualidad se maneja de forma diferente.

Todas y cada una de las instancias sociales antes mencionadas son relevantes para lo forma de vivir nuestra sexualidad, de la manera en que la

concebimos, exploramos, pues nos vamos comportando bajo las pautas de lo que es aceptable y adecuado, siguiendo los parámetros ya establecidos.

Desafortunadamente las instituciones han reducido el concepto de la sexualidad a dimensiones muy pobres y fragmentadas de tal forma que se nos hace creer que la palabra sexualidad sólo se refiere a las relaciones sexuales y por lo tanto, ninguna instancia se quiere hacer responsable, de impartir una información acertada. Además de que a través de los años se siguen arrastrando tabúes y estereotipos que no permiten una educación eficaz en sexualidad.

Creemos importante para iniciar una educación adecuada en sexualidad el vislumbrar la sexualidad como parte importante del ser humano en la que se ven entre mezclados aspectos biológicos, psicológicos y sociales; logrando así la apertura y aceptación de una educación abierta y sin censura por parte de la sociedad.

Por ello en el siguiente capítulo abordaremos el tema de la educación sexual, como ha ido transformándose a través del tiempo, cuales han sido los eventos que han ayudado a modificar la educación y su importancia, lo que nos permitirá entender mejor la situación actual de la educación sobre sexualidad.



# CAPITULO 3 EDUCACION SOBRE SEXUALIDAD

## 3.1 Reseña de la educación sobre sexualidad en México

El concepto de educación se refiere tanto al proceso del desarrollo del individuo y de la sociedad, como al producto de dicho desarrollo; como desarrollo se refiere al desenvolvimiento de las potencialidades y a los elementos que integran la personalidad. La sexualidad que se inicia con la vida del individuo, es el resultado de una determinación ajena a cada persona, puesto que el adulto ha sido el árbitro en estos aspectos en nombre del grupo familiar y social que históricamente representa, sin tomar en cuenta los motivos, intereses y necesidades de cada quien.

A cada época y a cada cultura corresponde una forma de conocer y de entender el mundo y la vida; los planteamientos generacionales como acción que decide la vida de los demás, no han satisfecho porque hasta ahora se generan herencias culturales que obstaculizan el goce y la satisfacción plena de la vida sexual en el individuo y en la familia.

### Época Prehispánica

Las costumbres y enseñanzas de los pueblos prehispánicos las conocemos a través de códices y de las narraciones que recopilaron los frailes en los primeros años después de la conquista. Concretamente acerca de la sexualidad, estas narraciones probablemente estén influenciadas por los prejuicios que tenían los frailes. En todo caso para explicarnos los valores que prevalecían entre los pueblos prehispánicos, tenemos que vincularlos a los aspectos económicos y sociales.

Todas las organizaciones prehispánicas eran jerárquicas, sus religiones complejas con dioses de atributos múltiples. Ciertamente había divinidades eróticas como: Tlaxolteotl, Xochiquetzal y Xochipilli que otorgaban sus dones pero el placer era considerado como una ilusión, la visión cosmogónica que siempre dominó, les hacía ver que son pocas las cosas que hacen de la tierra un lugar agradable, la vida es un período breve en el que frecuentemente se ha de sufrir, ningún exceso era bien visto, la mujer debía cultivar todas las virtudes. Solamente la alta jerarquía podía permitirse en razón de su investidura ciertas licencias y de ninguna manera valía que fueran cuestionados.

La educación de los jóvenes, en general, estaba a cargo de instituciones públicas en el Telpochcalli o en el Calmecac, dependiendo de la posición social y de las actividades que en el futuro fueran a desempeñar. Las mujeres no asistían a la escuela pero recibían por parte de sus padres instrucciones precisas para conducirse tanto en la soltería como en su vida marital (Madariaga, 1990; en Santillán, 1999).

### Época colonial

A lo largo de los tres siglos del coloniaje, los estratos sociales estuvieron diferenciados por razones étnicas y principalmente por motivos económicos o religiosos, las relaciones sexuales adoptaron como único fin la reproducción igual que en el más oscuro estadio de la edad media.

La escasez de mujeres españolas causó una relación de abuso y desprecio de parte de los conquistadores hacia la mujer indígena, eran tomadas como concubinas y las echaban fuera cuando les dejaban de ser útiles. Así, la mujer indígena se encontraba sujeta a un doble dominio; el de su propio grupo social y el de los españoles.

En esta época la iglesia fue la institución que realizó la tarea educativa de la población, haciendo siempre la distinción entre indígenas y criollos apegándose a los rígidos conceptos de la moral judeo-cristiana.

Con el tiempo se formaron dos grupos que tenían acceso a la educación en la Nueva España, uno de los peninsulares y criollos, de otro formado por indígenas y mestizos. Estos últimos invariablemente sólo eran instruidos de manera elemental y estaban marginados social, cultural y económicamente (Carrizo y Corona, 1982).

### Época revolucionaria

Fueron muchas las mujeres que se integraron a la causa beligerante, asumiendo una participación social activa lo que a la larga les permitió abrir espacios donde se les reconociera y acepte como entidad individual e independiente. Desde el principio de los acontecimientos revolucionarios se hicieron municiones y es conocida la participación activa de las llamadas “adelitas o soldaderas” que aún en los momentos bélicos fueron las compañeras en el aspecto emocional y sexual del combatiente, aunque la historia no registre los nombres de estas heroínas.

### Época contemporánea

Al llegar la industrialización al México post-revolucionario, la incorporación de la mujer al aparato productivo ha sido paulatino, constante e irreversible. Los antecedentes de la educación formal de la educación de la sexualidad, aparecen en los intentos de Felipe Carrillo Puerto por incluir temas de sexualidad en la educación de los obreros por los años 20s en Yucatán, estas intenciones obedecen al impacto de la corriente ideológica socialista que prevalecía en ese tiempo. Carrillo Puerto fue fusilado en enero de 1924 pero las actuales campañas

para la prevención del SIDA, muchos se beneficiarían si nuestras autoridades tuvieran su misma visión (Arisa, 1991).

En 1934, Narciso Bassols turna a una Comisión Consultativa las conclusiones del VI Congreso Panamericano del Niño (Lima, julio de 1930) y concluye los siguientes puntos con respecto a la educación de la sexualidad (Corona, 1991; en Pérez y Arriola, 1998).

- Es responsabilidad de la SEP organizar y dirigir la información de aspectos sexuales en los educandos.
- Esta información debe impartirse desde el tercer grado de la escuela primaria.
- El Departamento de Psicopatología e Higiene impartirá conferencias a los padres de familia y a los adolescentes que asistan a las escuelas.
- El mismo departamento se encargará de dar preparación a los maestros en materia de educación sexual, así como determinar los métodos y alcances de los programas.

En 1934, la Secretaría de Educación Pública (SEP) da a conocer el primer proyecto de educación sexual a nivel nacional, a continuación se expondrán los puntos relevantes:

1 a. La Secretaría de Educación Pública debe establecer, organizar y dirigir la educación sexual en nuestro medio y asumir las responsabilidades de ella.

2 a. La educación sexual debe impartirse desde el tercer ciclo de la escuela primaria y en la secundaria.

8 a. El departamento de Psicopedagogía e Higiene se encargará de organizar conferencias sobre educación sexual, para los padres de familia y adolescentes de ambos sexos.

9 a. El propio departamento se encargará de dar preparación a los maestros de escuelas primarias y secundarias y secundarias que deben impartir educación sexual.

14a. Díctense las medidas necesarias para la introducción de la enseñanza de la puericultura en las escuelas primarias y secundarias para niñas (Secretaría de Educación Pública, 1934 citado en Martínez, 2003).

Otro acontecimiento que fue de gran importancia para México fue obtener el derecho al voto de la mujer y es en 1923, en San Luis Potosí que se permitió este derecho en los comicios municipales; más tarde, en 1935 un grupo de mujeres integró el Frente Único Pro Derechos de la Mujer (FUPDM), con el objeto de obtener el derecho al sufragio federal. Dos años después, durante su mandato presidencial, [Lázaro Cárdenas del Río](#) presentó una iniciativa de reforma al [Artículo 34 Constitucional](#) para reconocer la igualdad jurídica de la mujer y posibilitar su participación política; la iniciativa fue recibida con resistencia por parte de los diputados y, después de muchas negociaciones, finalmente las Legislaturas locales enviaron sus votos, pero la propuesta no prosperó ante la creencia de que las mujeres pudiesen aliarse a las corrientes conservadoras.

En 1947, con una reforma al [Artículo 115 Constitucional](#) durante el periodo de gobierno de [Miguel Alemán Valdés](#), se permitió que las mujeres votaran y pudieran ser votadas en las elecciones municipales de todo el país. Fue hasta el 17 de octubre de 1953 cuando se aprobó la reforma al Artículo 34 de la Carta Magna, promulgada en esta segunda ocasión por [Adolfo Ruiz Cortines](#), de esta forma, las mujeres adquirieron ciudadanía y, con ello, el derecho al sufragio federal. El mismo Ruiz Cortines expresó en un discurso de 1954 que "la mujer mexicana está jurídicamente en aptitud de ejercer todos sus derechos y es factor de la mayor importancia en la actividad económica y social" (<http://www.edomexico.gob.mx/>).

En esa época hubo grupos de padres de familia manifestándose contra de la educación sexual. Las grandes transformaciones con respecto a la sexualidad ocurridas en México en los 70's, originaron grupos que adelantándose a su tiempo abriendo el camino para que pudieran surgir los cambios, por ejemplo: el seminario de sexología, organizado por el Doctor Alberto Cuevas y sus alumnos del Colegio de Psicología de la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM en 1958. Este seminario fue el predecesor de todas las actividades académicas llevada a cabo en ese campo y era la primera vez que se discutía abiertamente sobre la contracepción (Martínez, 2003).

En 1969 se funda la Asociación Mexicana de Sexología . También la Asociación Pro Salud Materna que integra cursos y pláticas de educación sexual.

En los 70's se dieron las condiciones para una discusión más abierta sobre la sexualidad con una visión moderna, liberadora y reavivando diferentes mitos. Se hizo explícita la necesidad de visualizar de forma distinta la sexualidad y su educación. La Asociación Mexicana de Educación Sexual (AMES) fundada en 1972, fue de las primeras organizaciones no gubernamentales en el área de la educación sexual y teniendo como objetivos:

- ❖ Ofrecer al individuo y a la sociedad el ejercicio, racional, placentero y responsable de la sexualidad a través de una educación adecuada.
- ❖ Estimular un cambio en los papeles sexuales, guiado a ser modelos igualitarios y no sexistas.
- ❖ Contribuir al programa demográfico de México, a través del fomento de actitudes responsables hacia la reproducción (Cutillas, 2001).

Por otra parte, las instancias gubernamentales se plantearon la necesidad de adoptar políticas y programas para modernizar al país. Así se dieron tres fenómenos que ayudaron a la legitimación de la educación sexual.

1. Se planteó la necesidad de una reforma educativa y a partir de 1974, se incluyeron en los libros de ciencias naturales contenidos denominados “educación sexual”, sin embargo sólo se limitan a tocar aspectos de reproducción, a la familia, los fenómenos demográficos y se buscó evitar los estereotipos.
2. Fue formulada la política de población en la cual se reconoce la realidad económica y demográfica del país; ocurriendo la creación del Consejo Nacional de Población (CONAPO). Así se reconoció a la salud sexual y surgió un programa nacional de educación sexual, orientado a la promoción de la responsabilidad de individuos y de las parejas; y a la promoción de cambios sociales y culturales para una organización equitativa de los roles de hombres y mujeres con base en el respeto mutuo.
3. La celebración, en 1975, de la primera conferencia internacional de la mujer, en donde se reflexionó acerca de la represión y subordinación de la mujer (CONAPO, 1979, citado en Martínez, 2003).

En 1978, Monroy crea el Centro de Orientación para Adolescentes (CORA). Álvarez Gayou, estableció el Instituto Mexicano de Sexología (IMESEX), cuya labor es la formación de terapeutas y educadores. En 1977, se realizó el primer congreso de educación sexual y sexología (Monroy, 1980).

A más de dos décadas de distancia, los avances por educar sexualmente a la población a partir de los programas oficiales no han tenido el éxito esperado, además de que contrariamente a lo que pudiera pensarse, aún existe oposición por grupos organizados como la Unión Nacional de Padres de Familia (UNPF) o el Grupo Próvida que no acepta del todo incluir la educación de contenido sexual como parte del programa de una preparación integral. No existe un consenso en cuanto a contenidos temáticos, las instituciones de salud presentan propuestas

frecuentemente censuradas, lo mismo sucede con la Secretaría de Educación Pública, que continuamente está modificando los planteamientos al respecto.

En México, a partir de 1979 la SEP asumió el compromiso de ofrecer educación sexual desde la instrucción básica, amparada en la norma constitucional que establece libertad de creencia, carácter laico para la educación buscando solo el progreso científico.

A fines de 1981, los medios de comunicación en forma conjunta con el CONAPO y la Coordinación del Programa de Planificación Familiar (CPPF) iniciaron una serie de transmisiones referente a la educación sexual. Los cuales intentan proporcionar a la mayoría de la población, conocimientos objetivos de la reproducción, dejando el resto de los componentes de la conducta sexual sin una base científica y por ende sin conocimientos objetivos y sin acceso a la mayoría de la población por el horario utilizado, por consiguiente, la población carece de información y conocimientos objetivos (Serrano, Ramírez y Díaz, 1983).

En 1993, se hizo una adición a la Ley General de Educación para crear conciencia acerca de la preservación de la salud, la planeación familiar y la paternidad responsable. Esta adición fue realmente innovadora, pues rebasó los límites de las ciencias naturales al incluir en la enseñanza los conceptos de roles y abolir prejuicios en cuanto a las diferencias de inteligencia entre los sexos. Hoy podemos afirmar que la lucha entre la discriminación hacia las mujeres es parte de la política educativa. Se mantuvieron los temas de la ocurrencia de cambios físicos y psicológicos durante la adolescencia, la herencia y la reproducción.

Sin embargo, es hasta la instrucción secundaria, en las materias de civismo de 1er Año y Biología de 2do, donde se abordan temas que relacionan los valores de respeto y aprecio por la dignidad humana, de justicia e igualdad con la manifestación de la masculinidad o la feminidad. La unidad de estudio biológica de segundo grado comprende el proceso detallado de la función de los órganos



sexuales, su actividad reproductora, secreción de hormonas glandulares y aún mas toca el tema de la relación sexual; cabe señalar que es hasta este nivel, y no desde la primaria como sería de esperarse, donde se habla de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y del SIDA como nueva infección fatal, ligada a la vida sexual.

Además de la escuela, existen instituciones como el DIF, el IMSS, el ISSSTE, MEXFAM, DIA (Desarrollo Integral del Adolescente), que proporcionan orientación a nivel grupal e individual acerca de la reproducción humana, desde los puntos de vista biológico, psicológico y social, en cuyos contenidos se incluyen: la influencia de la familia, la importancia de los valores y normas sociales, los elementos de autoestima y asertividad que deben promoverse entre los jóvenes, la toma de decisiones, la relación de pareja, la respuesta sexual humana, las precauciones del embarazo en la adolescencia, y en general todas las variantes de la conducta sexual humana.

La metodología a la que se recurre es esencialmente racionalista, busca incrementar el conocimiento y subrayar consecuencias y riesgos de tal manera que los participantes tengan elementos para su mejor elección y para la prevención de problemas sociales.

Mención aparte merece el programa de Desarrollo Integral del Adolescente del DIF por su orientación explícita a favor de la familia estable y monógama. Dedicar varias unidades de su programa a la promoción de la integridad, honestidad, rectitud, lealtad, amor como sentimiento incondicional a la fidelidad dentro del matrimonio. Su posición un tanto idealista busca la formación del carácter en la toma de decisiones para elegir la mejor opción para metas futuras. Los métodos pedagógicos del DIA son principalmente invitaciones a la reflexión humanista con base en lecturas y ejercicios escritos.

Por su parte la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (MEXFAM) ha desarrollado un conjunto de materiales audiovisuales y técnicas vivenciales para acceder a una visión crítica y transformadora que contrarreste la influencia deformadora o ambivalente que proporciona el cine y la televisión en materia de sexualidad. La aportación de MEXFAM es que ha reconocido la importancia que juegan los medios como principales objetivos de consumo cultural para los jóvenes. De ahí la importancia de difundir películas con un enfoque diferente y aleccionador como mensajes concientizadores que invitan a la reflexión y al análisis.

En la reforma de estudios de 1993 (SEP) se implementa la materia de Orientación Educativa para 3er grado de educación secundaria que prácticamente era un programa de educación sobre sexualidad y que en su contenido abarcaba lo biológico, psicológico y social en forma integral; esta materia se impartió a partir del ciclo escolar 1994, 1995 hasta el ciclo escolar 1998-1999.

El 3 de Febrero de 1999, se publica en el Diario Oficial de la Federación el acuerdo 253 y del cual se desprende lo siguiente:

La asignatura académica Orientación Educativa para 3er grado, a partir del ciclo escolar 2000-2001 se denominará Formación Cívica y Ética; misma que se impartirá para 1er y 2do años a partir del ciclo escolar 1999-2000 y para 3er grado a partir del ciclo escolar 2000-2001.

Tal parece que la educación sexual es una cuestión de poder, y que el grupo con mayor convocatoria es el que decidirá qué y cómo debemos conocer, conceptualizar la sexualidad. Pero independientemente de estos lineamientos políticos, de salud los programas educativos deben continuar difundiendo en sus contenidos la educación de la sexualidad, veraz, objetiva y científica. Sin embargo ésta labor no ha sido óptima ya que los temas no se abordan de manera global lo que genera deficiencias (Mendoza, 2001).

### 3.2 Problemas y Deficiencias de la Educación sobre Sexualidad

El sexo es mucho más que una actividad física: es un aspecto capital de la personalidad. Como tal está íntimamente ligado al ajuste emocional y social del individuo y a su desarrollo físico.

Nunca podremos entender cabalmente el sexo si lo abordamos sólo como un proceso fisiológico, si depositamos toda la atención en el acto sexual, o si nos limitamos a contabilizar o clasificar las formas de conducta sexual. Estos elementos son en verdad facetas del sexo es necesario tomarlos en consideración, pero sólo podremos entender plenamente la importancia de la sexualidad humana si la relacionamos con el ajuste total del individuo dentro de su familia y la sociedad. La educación sexual tiene por función y por ámbito la promoción de estas relaciones.

En realidad la reacción individual y recíproca de los padres como seres sexuales, sus sentimientos respecto de la exploración que el niño practica sobre su propio cuerpo, sus métodos para inculcarle los hábitos de higiene, sus respuestas a las preguntas que les plantea el niño y sus reacciones frente a las preguntas que les plantea el niño y sus reacciones frente a las tentativas que este realiza para tomar conocimiento de sí mismo y de su entorno, su capacidad para brindar y expresar su cariño mutuo y el que sienten por el niño, son algunas de las muchas formas en que influyen profundamente sobre el condicionamiento sexual de su hijo. Los padres no pueden decidir si impartirán o no educación sexual; sólo pueden decidir si la impartirán con criterio positivo o negativo, si aceptarán o negarán su responsabilidad (Pérez y Arriola, 1998).

Actualmente la mayoría de los programas presentan ciertas debilidades características. En primer término, casi siempre la educación sobre sexualidad que reciben los niños se podría catalogar más exactamente como “educación para

la reproducción” o como “enseñanza moral”. Cuando el niño llega a la adolescencia y debe abordar el sexo en términos de interacción humana queda, desde el punto de vista práctico, huérfano de la ayuda de los adultos que más lo quieren. Los padres y los maestros dejan librada casi totalmente al azar la educación sobre el empleo del sexo y su importancia en las relaciones interpersonales.

Los maestros o los padres sienten amenazada su seguridad cuando abordan estas cuestiones y deben luchar tanto con sus sentimientos arraigados como con su ignorancia. En razón de ello, prolongan hasta la adolescencia el periodo durando el cual imparten información biológica y permiten que esta postergación remplace el análisis de los temas espinosos que tanta importancia revisten para los adolescentes. Esta vacilación también genera indirectamente una segunda debilidad: la educación sobre sexualidad es algo impuesto algo “impartido” (González, 1997).

Un principio consagrado de la pedagogía estipula que la educación es mejor y tiene mayor envergadura cuando se recurre al intercambio y a la libre interrelación de ideas. Sin embargo son pocos los padres o maestros que están suficientemente informados o seguros como para entablar un diálogo franco y abierto con los jóvenes en materia de sexo sobre todo cuando afloran problemas de pautas, conducta personal y desarrollo de los valores morales.

Pocas veces se dan dos condiciones evidentemente necesarias: la amplitud de criterio y la presunción de que los jóvenes y los adultos tienen igual derecho a expresar sus ideas. Como consecuencia de ello, el proceso educacional no consigue eliminar los temores, los errores de concepto y las dudas. Generalmente, cuando la discusión gira en torno de relaciones sexuales específicas, los jóvenes deben resignarse a escuchar consejos y juicios morales que aportan poco o nada a las situaciones que los inquietan.

Una debilidad consiste en que la educación sobre sexualidad pasa por ser un proceso de información, los adultos casi siempre hacen hincapié en la elección del momento, los métodos, las técnicas y los refinamientos adecuados para impartir información sobre cuestiones sexuales a una auditorio infantil. Este enfoque hace caso omiso de que durante la vida cotidiana normal en el hogar, la escuela y la comunidad, se imparte una buena dosis de educación sobre sexualidad y se crean muchas actitudes.

Ciertas formas de educación sexual se interpretan primordialmente como garantías contra el “desastre” moral. Los padres casi nunca justifican la educación sobre sexualidad diciendo que ésta tiene funciones adicionales, entre las cuales se cuenta la de promover relaciones más ricas, completas y exitosas entre hombres y mujeres, y por tanto una vida más plena. Además se tiene la idea de que la educación sobre sexualidad es un problema de índole individual, que debe encararse mediante la lectura o la enseñanza particular y que debe abarcar el menor número posible de personas, aunque esta idea ya no tiene mucha vigencia todavía existen los que le temen la enseñanza y análisis colectivos.

Se otorga poca o ninguna atención al hecho de que en diferentes ocasiones es útil y necesario recurrir a una multitud de enfoques distintos, en tanto que se puede sacar mucho provecho de las conversaciones entabladas de persona a persona, en grupos de pares y en grupos mixtos, segregados por sexos o multigeneracionales.

Aunque se suponga que la familia es que más influye, a la escuela, la iglesia y otras instituciones les corresponden importantes papeles individuales y colectivos. Desafortunadamente los logros de la escuela en materia de educación sobre sexualidad marchan a la zaga de las esperanzas y expectativas depositadas en ella. Esta deficiencia se explica por muchas razones, entre las que probablemente se destaca el hecho de que la escuela es una institución cultural que refleja los temores, prejuicios y parcialidades de la sociedad.

La iglesia puede hacer un aporte serio y esencial a la elaboración de un programa completo de educación sobre sexualidad, porque desempeña un papel vital en la formulación de ideales y en la promoción de valores morales. La enseñanza de pautas éticas y morales debe abordarse con espíritu positivo y debe incluir todos los aspectos de la existencia y todos los periodos del ciclo vital. El problema capital consiste siempre en elaborar una filosofía de la vida, en crear una serie de valores comprensibles y provistos de trascendencia social y en otorgar prioridad al desarrollo de una personalidad sana para uno mismo y para los demás como meta fundamental de la existencia.

Es evidente que la educación sobre sexualidad no puede depender de una sola institución. Sólo en la medida en que cada una de ellas contribuya con su propio punto de vista y su energía particular, podremos confiar en que habrá de materializarse un programa de educación sobre sexualidad muy equilibrado, asentado sobre la sociedad y apoyado por esta.

De acuerdo con Scribner (1988) deducir que los objetivos deseables de la educación sobre sexualidad son los siguientes:

- Suministrar al individuo un conocimiento adecuado de sus propios procesos de maduración física, mental y emocional en el contexto del sexo.
- Eliminar temores y ansiedades relacionados con el desarrollo y el ajuste sexuales del individuo.
- Fomentar actitudes objetivas y comprensivas respecto de todas las diversas manifestaciones del sexo en el individuo y en quienes lo rodean.
- Proporcionar al individuo conocimientos acerca de sus relaciones con los miembros de ambos sexos y ayudarlo a entender sus obligaciones y responsabilidades para con los demás.
- Enseñar a valorar la segura satisfacción que las sanas relaciones humanas pueden producir en el individuo y en la vida familiar.

- Demostrar que es necesario contar con los valores morales que proporcionan bases racionales para la toma de decisiones.
- Impartir suficientes conocimientos acerca de los usos incorrectos y aberraciones del sexo como para que el individuo pueda protegerse de ser usado y de las lesiones a su salud física y mental.
- Inducir a trabajar por la construcción de una sociedad libre de males como la prostitución, los nacimientos ilegítimos, las leyes sexuales arcaicas, los temores irracionales al sexo y la explotación sexual.
- Estimular la comprensión y el acondicionamiento necesarios para que cada individuo pueda utilizar su sexualidad eficaz y creativamente en sus diversos roles.

Puesto que la conducta sexual es una función de la personalidad total, la educación sobre sexualidad debe concebirse en términos de vasto alcance, y debe ocuparse de los factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen sobre la personalidad y las relaciones interpersonales .

Si bien no se ha definido oficialmente un programa ideal de educación sobre sexualidad se mencionarán áreas de gran importancia:

*Área biológica:* el énfasis debe incluir la comprensión de la anatomía y fisiología de los procesos reproductivos, el sexo como función biológica universal, la influencia de la fisiología corporal sobre la conducta sexual, entre otros.

*Área social:* deben abordarse los grandes aspectos sociales del sexo y sus implicaciones; el sexo y la familia como institución social, los aspectos interpersonales del sexo; el objetivo debe consistir siempre en el usos gratificante y satisfactorio del sexo en la vida personal y en el contexto social.

*Área sanitaria:* en esta área hay que abordar la relación que existe entre el sexo y el bienestar físico y psíquico general; la eliminación de las inquietudes y

preocupaciones innecesarias por aspectos normales del desarrollo y el funcionamiento sexual.

*Área de los ajustes y actitudes personales:* deben explorarse temas tales como los que se refieren a las normas preconyugales, los contactos entre varones y niñas, los hábitos y prácticas sexuales de índole particular, la promoción de actitudes apropiadas, la clara comprensión y aceptación de manifestaciones específicas del sexo y los problemas que giran en torno del desarrollo personal.

*Área del sexo en las relaciones interpersonales:* hay que dar ayuda a cada individuo para que entienda y acepte los roles sexuales cambiantes y evolutivos y para que defina sus relaciones con las personas que forman su entorno inmediato.

*Área de la fijación de valores:* el objetivo consiste en ayudar a los individuos para que estos definan los valores que los orientarán en la vida y las pautas por las que se guiarán para adoptar decisiones trascendentes, no sólo en el rubro de la conducta sexual sino en todas las otras cuestiones vinculadas con el bienestar individual y colectivo.

Las insuficiencias y la estrechez que hemos descubierto en los conceptos tradicionales de educación sobre sexualidad también inducen a adoptar un enfoque distinto respecto de esta.

Los adultos deben aceptar de una vez por todas el hecho de que los jóvenes de todas las edades son seres sexuales con necesidades sexuales. El fin de la educación sobre sexualidad no consiste primordialmente en controlar y reprimir la expresión sexual sino en mostrar las inmensas posibilidades que la sexualidad humana ofrece para la realización del individuo. Debemos armar a los jóvenes con las aptitudes, conocimientos e ideas que los ayudarán a practicar opciones y a tomar decisiones inteligentes.



Debemos tener en cuenta que es importante la educación sobre sexualidad para los adultos para que su propia vida sexual y matrimonial sea más satisfactoria y creativa; para formar la opinión pública que debe respaldar los cambios deseables en materia de actitudes, educación y leyes relacionadas con el sexo y para facilitar la comunicación intergeneracional (Mendoza y Mercado, 1988).

En la actualidad existe una preocupación para que todos los individuos tengan una educación adecuada; sin embargo, se centran en los aspectos biológicos y reproductivos de la sexualidad, dejando de lado los sentimientos, los valores por lo que no ha existido un cambio real de actitudes, ni una conducta sexual racional o una integración satisfactoria de la sexualidad.

Tal vez por ello las estadísticas revelan índices altos en la tasa de natalidad, abortos, violaciones, prostitución, entre otros; es obvio que existe un problema en la educación sobre sexualidad, pues se ha olvidado elementos esenciales en el desarrollo sociopersonal de los individuos como los valores.

## CAPITULO. 4 VALORES

Como lo hemos mencionado en el capítulo anterior la educación de sexualidad juega un papel importante en como los adolescentes viven su sexualidad. Sin embargo, no se debe olvidar que todos tenemos un esquema o patrón de ideas y actitudes que consciente o inconscientemente rigen ó determinan la forma de actuar ante ciertas circunstancias.

Este esquema, no es estático, ni único, ni inmutable, se le llama valores. A continuación se expondrá la definición de diversos autores.

### 4.1 Definición

Etimológicamente la palabra valor deriva del verbo latino *valere*, que significa buena salud; también quiere decir valiente, hacer un esfuerzo, ser fuerte. El valor refiere valentía en la guerra y expresa una virtud guerrera. Sin embargo el significado de valor se ha ido ampliando a través de los siglos, ahora no sólo parte de la esfera física y orgánica, también se extiende a los ámbitos psicológico, ético, social, económico, artístico, entre otros.

Durkheim se refiere a los valores como creencias o conjunto de ideas compartidas de origen histórico remoto o surgidas en distintos periodos de creación o renovación en la sociedad. Son leyes naturales caracterizadas por su impersonalidad y su poder necesitante, es decir, que la moral surge por la necesidad de normatizar los actos de los seres humanos sin tomar en cuenta las necesidades individuales de cada individuo (Carrillo y Estrada, 2001).

De acuerdo a Cueli, los valores son el camino de la creación constante y personal, no se trata de simples tradiciones y de recibir pasivamente herencias culturales, sino de recrear esos valores en nuestro momento histórico y en nuestra

coyuntura personal. La humanidad tiene un sentido, es la gestación de los valores y que el hombre en la niñez y la juventud descubra por sí mismo un sentido a la vida a través de una tabla de valores consiente y la coloque en condiciones de superar esta crisis de identidad (Martínez, 2003).

Para Manjarrez (2000) los valores se definen como un grupo de objetos que nos son sino que valen, que no son reales como objetos pero tienen una importancia

Allport manifiesta que los valores son convicciones basándose en los cuales el hombre actúa libremente. Los valores son significados, que se perciben como relacionados con el sí mismo. Un niño experimenta valores cuando sabe que un significado es reconfortante y central para él mismo. Además explica que el individuo adquiere sus valores a partir de lo que es valioso para él así genera convicciones que le permiten actuar libremente para elegir y adquirir lo más importante y significativo para él. los valores son cuestiones de importancia no se adquieren por capacitación o por reforzamiento, sino que son transformaciones de hábitos y habilidades desde la etapa oportunista de la personalidad. el hombre acepta ciertos valores culturales toma elementos de los que se apropia, los modifica para ajustarlo a su modo de vida y de esta manera adquiere otros para sí mismo y así forma su propio esquema de valores, los cuales forman parte de la personalidad.

Elizondo, en el 1999 define al valor como un referente básico del bien, entendiéndose a éste como aquello que resulta bueno para alguien o para nosotros mismos y que es considerado como una vivencia universal; es decir como un deber ser que es reconocido por todos los seres racionales (Martínez, 2003).

Latapi, afirma que el valor no es un término unívoco que se puede describir fácilmente, sus significados deben puntualizarse desde diversas disciplinas como es la filosofía, la antropología cultural, la psicología, la sociología y la pedagogía. Por lo que el autor destaca 4 puntos importantes de las definiciones dadas al término valor:

- 1) Por valor se entiende un juicio apreciativo que acompaña o prepara los comportamientos, al usarlos en ese sentido se enfatiza el componente intelectual.
- 2) Se le utiliza como sentido de motivo de la acción señalando la característica emocional que acompaña a este juicio, éste pasa a ser una convicción; al valor como predisposición afectiva favorable a un determinado bien, y en esta aceptación se incluye también las actitudes favorables hacia ese bien.
- 3) También se usa para designar una aspiración o deseo de obtener o realizar un bien.
- 4) Se habla de valor aludiendo a la configuración o estructuración de la personalidad; los juicios, las predisposiciones afectivas y actitudes se integran de una manera determinada u se manifiestan, así surge una identidad psicológica (Carrillo y Estrada, 2001).

Los valores son elementos centrales en el sistema de creencias de las personas y están relacionados con estados ideales de vida que responden a nuestras necesidades como seres humanos proporcionándonos criterios para evaluar a las personas a los sucesos y a nosotros mismos. Los valores son componentes más fundamentales de la estructura personal. Además es un estado de existencia (valores terminales) o aun modelo deseable de comportamientos (valores instrumentales) según el autor, los valores terminales e instrumentales constituyen patrones generalizados de medios y fines de existencia humana que trascienden en actitudes siempre relativa a personas. Objetos y acontecimiento específicos(Rokeach 1973; citado en Beltrán, 2002; López y Martínez, 2001).

Fronzizi (1958), afirma que los valores pueden reducirse a tres grandes sectores de la realidad como son: las cosas, las esencias y los estados psicológicos.

Los valores son metas u objetivos de carácter general que permanecen estables a través de las distintas situaciones, guían la conducta de los seres humanos y se ordenan según su importancia subjetiva (Schwartz, 1992 en Martínez, 2003).

Rokeah, Shwartz y Bilsky 1987 consideran los valores como representaciones cognitivas de tres requerimientos universales: a) necesidades biológicas; b) requerimientos sociales de interacciones para una coordinaciones interpersonal y c) demandas sociales institucionales para la supervivencia de un grupo.

Observaron cinco elementos o características presentes en todas ellas. De esta forma, los valores pueden ser descritos como: a) principios o creencias; b) relativos a estados de existencia o a modelos de comportamiento; c) que trascienden objetos, grupo de personas y situaciones específicas; d) orientan la elección o evaluación de comportamientos y acontecimientos; y e) expresan intereses individuales, colectivos o mixtos (Montoya, 1994).

Para Brait y Law describen los valores como aquellas construcciones lógicas referidas a modelos de comportamiento o a estados de existencia que trascienden los objetos, las circunstancias específicas y se prefieren tanto de punto de vista personal como social, a los modelos de comportamiento y estados de existencia opuestas (García, Ramírez y Lima, 1998).

De acuerdo con Salor y Vanella 1992 los valores se presentan como preferencias conscientes e inconscientes que tienen vigencia para la mayoría de los integrantes de una sociedad y que están socialmente regulados, que han

trascendido épocas no como esencias inmutables o imperativas sino como ideas de valores no definidas en sí mismas pero mantenidas en consenso aun cuando no se pongan en práctica, en suma se puede decir que:

- Todo puede ser valor en un momento dado

- Existen preferencias axiológicas que orientan el comportamiento específico y que son portadoras de las formulaciones normativas correspondientes.

- Dichas referencias se expresan en forma jerarquizada y se incorporan a través de la experiencia vital de los sujetos (Martínez, 2003).

Lewis (1998), afirma que los valores tendría que ser sinónimo de creencias personales, en especial las relativas a lo “bueno”, ”lo justo” y lo “hermoso”, creencias que nos impulsan a la acción a cierto tipo especial de conducta.

Los valores son considerados referentes o pautas que orientan el comportamiento humano hacia la transformación social, la realización de la persona basado en el bien que es reconocido por todos los seres racionales y que por tanto puede adquirir un carácter universal, donde en el pensamiento los valores se aprenden, cobran forma y significado de los fenómenos sociales hechos por la sociedad o por grupos específicos y esta constituido por tres componentes el cognitivo, el afectivo y el de realización buscando el bien propio y el común. Además los valores son considerados cualidades por las que un individuo es estimado y aceptado en un grupo social (Herrera, 1998 en Martinez 2003).

Kluckohn define valor como una concepción explícita o implícita, distintiva de un individuo o características de un grupo, que determinan lo deseable, influyendo así, en la selección de los medios disponibles y en las metas de acción y que dirigen la conducta hacia el objeto. En este sentido, los valores actúan tanto a nivel individual y colectivo, siempre apuntando a una acción (Murray 1951 cit en Montoya 1994).

Los valores son productos de cambio y transformaciones a lo largo de la historia, surgen con un especial significado y cambian o desaparecen en distintas épocas, por esto es precisamente el significado social que se atribuye a los valores uno de los factores que influye valorándose de acuerdo a criterios estéticos, esquemas sociales, costumbres, principios éticos o, en otros términos, por el costo, la utilidad, el bienestar, el placer, el prestigio, etc. (Denis, 1999 en Martínez,2003).

Los valores son criterios o juicios que están presentes en la sociedad y que orientan las normas, actitudes, opiniones y conductas de las personas. Representan el fundamento de las normas por las que la sociedad se rige y son la base a partir de la cuál los distintos grupos sociales aceptan o rechazan determinadas actitudes o comportamientos (Alcazar, 2000).

Los valores se generan a partir de condiciones concretas como la cultura, la clase social, la ideología de clase, la concepción cotidiana de la realidad y el papel que el sujeto desarrolla en ella (Muñoz, 1991 en López y Martínez, 2001).

Sánchez y Vázquez 1969 deduce una serie de rasgos esenciales que sintetizan una definición de valor:

- 1) No existen valores, en sí, como entes ideales o irreales, sino objetos reales.
- 2) Los valores no existen independientes del mundo de los objetos reales, sólo se dan en la realidad como propiedades valiosas de los objetos de la realidad.
- 3) Los valores requieren, como condición necesaria, la existencia de ciertas propiedades reales, naturales o físicas, que son necesarias para lo que consideramos valiosas.
- 4) Las propiedades reales que sustentan el valor, y sin las cuales no se daría éste, sólo son valiosas potencialmente. Para convertirse en propiedades valiosas efectivas, es indispensable que el objeto se encuentre en relación con el hombre social, con sus intereses o necesidades, de este modo adquiere un valor efectivo.

- 5) Cuanto más universal sea el valor, más valioso resultará; elegir moralmente es respetar una escala de valores y atenerse a ella, aunque a veces vaya en contra de intereses y deseos personales (López y Martínez, 2001).
- Es necesario destacar las características de los valores, algunos son mencionados por Denis (1999 en Martínez, 2003).
- a) Durabilidad: hay valores que son más permanentes que otros.
  - b) Integridad: cada valor es una abstracción íntegra en sí mismo, no es divisible.
  - c) Flexibilidad: los valores cambian con las necesidades y experiencias de las personas.
  - d) Satisfacción: los valores generan satisfacción en las personas que lo practican.
  - e) polaridad: todo valor se presenta en sentido positivo y negativo; todo valor con lleva su contravalor.
  - f) Trascendencia: los valores trascienden el plano concreto; dan sentido y significado a la vida humana y a la sociedad.
  - g) Dinamismo: los valores se transforman con las épocas.
  - h) Aplicabilidad: los valores se aplican en las diversas situaciones de la vida; entrañan acciones prácticas que reflejan los principios valorativos de la persona.
  - i) Complejidad: los valores obedecen a causas diversas, requieren complicados juicios y decisiones.
  - j) Jerarquía: hay valores que son considerados superiores y otros como inferiores. Las jerarquías de valores no son rígidas ni predeterminadas; se van construyendo progresivamente a lo largo de la vida de cada persona.

Como podemos darnos cuenta existen muchos autores que han definido los valores de diversas maneras, lo que nos lleva en el presente trabajo a considerar



los valores como una concepción explícita o implícita distintiva de un grupo o de un individuo. Son guías que encaminan la conducta hacia lo correcto o incorrecto, lo importante o lo superficial, en concordancia con lo que nos ha sido transmitido por nuestro medio social, por lo que orientan la vida del individuo y expresa intereses individuales, colectivos y mixtos. Para que sea un valor, es necesario creerlo, decirlo y actuarlo de manera constante y repetida. Es importante destacar que no son estáticos, ni inmutables y que cada persona va recreando los valores de acuerdo a su momento histórico y en su coyuntura personal. Además que los valores son base fundamental para la estructura personal. En la medida que seas congruente con tus valores se evitan sentimientos de culpa, arrepentimientos y enojo.

La importancia de los valores no residen sólo de la definición sino también en sus funciones, Alducin(1989 en Montoya,1994):

- Visión del mundo y orientación hacia la vida.
- Objetivos y metas.
- Adaptación y control social.
- Identidad y cohesión social.
- Identidad individual, autoestima y dignidad.
- Dirigen y motivan acción.
- Criterios de juicios y decisiones
- Estándares y normas.
- Solución de conflictos y toma de decisión.

#### 4.2 Clasificación o jerarquización de los valores

Los individuos forman su sistema de valores en una jerarquía por sus preferencias (incluyendo afectivos, cognitivos y conductuales). Las jerarquías nos permiten escoger entre objetivos y acciones alternativas, además a resolver

conflictos, explicando la variedad de diferencias individuales de conducta, actitudes, ideologías, juicios, evaluaciones y racionalizaciones (Montoya, 1994).

No existe una ordenación deseable o clasificación única de los valores; las jerarquías valorativas son cambiantes, fluctúan de acuerdo al contexto y existen múltiples propuestas de tablas valorativas, a continuación presentaremos algunas:

Los valores poseen jerarquías porque presentan un orden gradual: valores inferiores, valores superiores.

Existe una jerarquía circunstancial: simplemente cuando el individuo prefieren unas valores y rechaza otros. Para ello existen criterios objetivistas que ofrecen dificultades por que tienen que valer universalmente en sujeto; tiempo y lugar. Y hay criterios de subjetividad: son sencillos; son elaborados por cada personal a su albedrío (López y Martínez, 2001).

Finance (en López ,2000) propone está clasificación:

1. valores infrahumanos. Estos perfeccionan al hombre en lo que tiene en común con los animales y se perciben a través de la sensibilidad.
2. Valores humanos. Estos perfeccionan al hombre en lo que lo distingue de los animales. Aquí se incluyen los valores económicos, éticos, estéticos, sociales y psíquicos.
3. Valores morales. Estos implican para su realización la participación activa de la conciencia y la libertad, propiedades por las que se aprecia la calidad de una persona. Se refieren a lo justo y lo bondadoso.

4. Valores religiosos. Refiere la relación del hombre con algo supremo. Aquí entra en juego las virtudes morales y teológicas como la fe, la esperanza, y la caridad.

Maria P. en 1998 nos plantea una escala universal la cual nos permite vivir y desarrollar armónicamente los valores:

Esfera de valores	Fin objetivo	Fin subjetivo	Actividad	¿que interviene con preponderancia?	Necesidades que satisface	Tipo de hombre	Ciencias que la estudian
Religioso	Dios	Santidad	Culto interno, virtudes sobrenatural	Toda persona dirigida por la fe	Autorrealización	Santo	Teología
Morales	Bondad	Felicidad	Virtudes humanas	Libertad dirigida por la recta razón	Autorrealización	Integro	Ética
Estética	Belleza	Gozo de la armonía	Contemplación creación interpretación	Personalidad ante algo material	Auto realización	Artista	Estética
Intelectual	Verdad	Sabiduría	Abstracción construcción	Razón	Auto realización	Sabio	Lógica
Afectivos	Amor	Agrado afecto placer	Sentimientos emociones	Afectividad	Del yo sociales	Sensible	Psicología
Sociales	Poder	Fama prestigio	Liderazgo política cortesía	Capacidad de interacción y adaptabilidad	Del yo sociales	Líder famoso político	Sociología
Físicos	Salud	Bienestar físico	Higiene	Cuerpo	Seguridad fisiológica	Atleta sano	Medicina
Económico	Bienes naturales riqueza	confort	administración	Cosas a las que se les da un valor convencional	Seguridad fisiológica	Hombre de negocios	Economía

Nos lleva a encontrar una relación muy estrecha e influyente entre los valores y las necesidades que satisfacen a cada individuo, buscando un bienestar personal y comunitario. Por ello es importante jerarquizar los valores y ordenarlos de los más trascendentales a los menos, por lo que se debe contar con una escala universal y objetiva de valores.

Para Sheler su ordenación jerárquica de los valores es:

- El nivel más bajo son los valores de lo agradable y desagradable a lo que corresponde los estados afectivos del placer y el dolor.
- Valores vitales, en este nivel corresponda los valores de bienestar.
- Valores espirituales en donde se distinguen los siguientes a) valores estéticos; b) valores de justicia; c) valores del conocimiento y verdad cada uno son relativos a la ciencia y la cultura.
- Valores religiosos, son correspondientes al éxtasis y desesperación como la fe, la veneración, la adoración y el amor (López y Martínez, 2001)

Herrera 1989 hace una distinción de los tipos de valores y se pueden clasificar de la siguiente manera:

**Morales:** perfeccionan al hombre en si mismo, en su esencia como persona por ejemplo, justicia, templanza, fortaleza, prudencia.

**Sociales:** perfeccionan al hombre en su relación con los demás por ejemplo, amabilidad, honestidad, servicio, solidaridad, patriotismo, lealtad, respeto, amor.

**Intelectuales:** perfeccionan al hombre en su aspecto, razón, intelecto, memoria, por ejemplo, ciencia, conocimiento, sabiduría.

**Técnicos:** perfeccionan al hombre ayudándolo a tener mejores condiciones de vida, por ejemplo; estudio, organización, trabajo, creatividad.

**Vitales:** perfeccionan al hombre en su aspecto físico biológico, por ejemplo; agilidad, fuerza, salud, deporte, placer, ejercicio (Carrillo y Estrada, 2001).

En el presente trabajo se tomará la anterior clasificación y jerarquización de los valores, pues a nuestro parecer está más acorde con nuestros objetivos, por lo que abordaremos los llamados por Herrera como sociales tales como: honestidad, lealtad, respeto y amor.

#### 4.3 Importancia de los valores en la educación de sexualidad

Durante el crecimiento del individuo, va surgiendo el deseo de ser lo que no se es, separándose cada vez más de sí mismo, así como también de la posibilidad de aceptar sus deficiencias o desaciertos. Este deseo lleva a la alineación por enajenación, que significa pasar a otro el dominio del propio ser, lo que lo lleva a cometer dos grandes errores: se manipula él mismo y manipula a los demás.

Lo anterior lleva a una sensación de impotencia, provoca apatía, confusión y finalmente, a la convicción de que se carece de importancia como persona, lo que debilita su sentido de responsabilidad humana. El sentimiento de insignificancia del individuo produce ansiedad, la cual lleva a la apatía, ésta a un odio creciente que provoca un mayor aislamiento respecto al prójimo que termina por incrementar el sentimiento de insignificancia.

Porque en la medida en que profundicemos en el conocimiento de nuestros propios valores, nos conoceremos de tal forma que sabremos que es lo que queremos, cuales son nuestras metas, cuales son mis gustos y deseos, de esta manera nuestro comportamiento será menos manipulado y podemos responsabilizarnos. Esto se extiende a toda nuestra vida y por ende también a la sexualidad (Vargas y Vargas, 1994).

Cuando las personas actuamos de acuerdo con valores estamos promoviendo y reforzando el sentimiento de autocompetencia y de reconocimiento social, al contrario la discrepancia entre nuestra conducta y nuestros principios generará malestar, por lo que promoveremos nuevas soluciones que ayuden a satisfacer la necesidad generada. Los valores tienen una función motivadora y activadora de la aceptación.

Por la importancia que tienen los valores en la vida de todos y cada uno de los individuos, la educación sobre sexualidad no debería de olvidarse de ellos y por el contrario, debería ser parte fundamental, ya que de ellos depende como las personas utilizarán la información obtenida y si la toma en cuenta o no.

Hay personas que tienen mucho conocimiento acerca de la sexualidad, dominan los nombres, la información precisa y científica de todo sobre la sexualidad, pero si no se toma en cuenta las valoraciones morales, probablemente ese conocimiento le sirva de poco para tomar sus decisiones. Por ello creemos necesario que exista un cambio no en la información de la sexualidad sino en la forma como ésta se integre, se imparta y se interprete por el individuo.

Otro elemento que ha llevado a que la educación sobre sexualidad no obtenga buenos resultados, es que el objetivo primordial se ha enfocado en como enseñar los conocimientos más velozmente, o si los aprendieron o no, pero en realidad la atención debería orientada en cómo van a utilizar ese conocimiento (Lara y Jaramillo, 1996).

Debemos contemplar que en toda educación las normas y los valores individuales se llevan implícitos o explícitos, dichos principios regulan y se toman en cuenta para decidir el comportamiento adecuado dentro de los límites del rol que espera la sociedad que desempeñe un individuo.

Flores (1985 en Lara y Jaramillo, 1996) señala que no es suficiente una educación sobre sexualidad, es necesario ir más allá de la información sobre los órganos genitales. Sería más provechoso así, como relevante, impartir información y formar para la sexualidad, entendiéndose ésta como el proporcionar elementos del cómo, por qué y qué hacer frente a la sexualidad. Este tipo de educación podría proporcionar las bases para poder enfrentar una relación sexual de manera satisfactoria.

Es por ello que en siguiente capítulo se analizarán diversos talleres y programas de educación sexual para vislumbrar cual es su objetivo, que tipo de información proporcionan, si toman en cuenta los valores y que tanta importancia le dan a estos.

## CAPITULO. 5 ANÁLISIS DE PROGRAMAS DE SEXUALIDAD

En el presente capítulo se plantea el análisis de programas de educación sobre sexualidad que nosotras dividimos en dos modelos: el formal y no formal; el formal es aquel que ha sido diseñado en el sistema escolarizado (impulsado por la Secretaría de Educación Pública) y el no formal es aquel que ha sido propuesto por instituciones públicas y privadas los cuales se estructuran tomando como tema central la sexualidad. Estas son las modalidades que consideramos son por las cuales los adolescentes obtienen información, sin embargo en muchas ocasiones el único medio por el cual reciben conocimiento los jóvenes es a través del modelo formal, pues este se da de forma obligatoria en la educación básica y tan sólo una minoría tiene acceso al modelo informal como son: libros especializados en el tema, la asistencia a ciertas instituciones; por lo tanto, empezaremos el análisis con los programas del modelo formal.

### 5.1 Modelo Formal

- ◆ Programa de Formación Cívica y Ética 1,2,3 (Diseñado de acuerdo a los programas de la SEP)

Este programa está dividido en tres bloques, cada uno corresponde a un grado de la educación secundaria; su objetivo es que el adolescente aprenda a conocerse como un ser humano biopsicosocial y como una persona importante en todos los aspectos de su vida, además que cuente con los elementos suficientes para formar sus propios juicios, desarrollar su escala de valores basada en sus conocimientos, experiencias y expectativas del futuro; de tal forma que le dará la posibilidad de reflexionar acerca de las implicaciones de cuidar su salud, ejercer su sexualidad con conocimiento y responsabilidad, además de la necesidad de



establecer compromisos individuales y sociales que permitan una convivencia humana.

En el bloque que corresponde al primer grado, en la unidad tres llamada adolescencia y juventud se abordan los siguientes temas:

- Sexualidad: ser mujer y ser hombre
- Sexualidad y adolescencia
- Salud y enfermedades
- Adicciones
- Ser estudiante
- Juventud y proyectos

El concepto de sexualidad que maneja: “es la forma en que las personas nos manifestamos como seres sexuados. En otras palabras, la manera de pensar, sentir y la conducta individual y social son expresiones de sexualidad la cual se desarrolla de acuerdo con la forma, la estructura, el funcionamiento de nuestros cuerpos y la manera de comportarnos que aprendemos en nuestras sociedades, y es distinta si se trata de hombres o mujeres.” (pág. 76)

En el bloque de segundo grado, en la unidad dos llamada valores de la convivencia se abordan los siguientes temas:

- Valores y disposiciones individuales
- Valores cívicos y la formación ciudadana
- La democracia como forma de educación social

En este apartado no existe el concepto de valor, solo mencionan tres valores como la cooperación, la tolerancia y la responsabilidad.

En el bloque del tercer grado, en la unidad dos llamada responsabilidad y toma de decisiones personales se abordan los siguientes temas:

- Sexualidad y género: ¿qué es la sexualidad?; género; orientación e identidad sexual; implicaciones de la sexualidad; madurez emocional y responsabilidad; inicio de la vida sexual; respeto a la integridad sexual de los otros; prevención de ETS; maternidad y paternidad precoz.

En ésta unidad definen la sexualidad como las formas de pensar, sentir y actuar que las personas manifestamos por el hecho de ser hombres o mujeres. La sexualidad humana está constituida por tres elementos básicos, el biológico, psicológico y social.

Dicho programa sólo contiene conceptos fundamentales por lo que llegamos a la conclusión de que se trata de un programa sólo y únicamente de contenido.

- ◆ Afecto 1,2,3 Educación integral, salud, sexualidad y vida familiar (Diseñado de acuerdo a los programas de la SEP)

Este programa está dividido en tres bloques, uno para cada grado de secundaria, tiene como objetivo principal: “convertir a los adolescentes en individuos que tengan una autoestima positiva, que sean autónomos, independientes y conscientes del papel que desempeñan en su familia, entre los jóvenes de su edad, y dentro de las comunidades en las que viven.” (pág 1) Este libro esta dirigido a jóvenes mayores de 11 a 16 años.

El programa se divide en ocho áreas que son:

- ❖ Autoestima
- ❖ Valores
- ❖ Salud
- ❖ Roles sexuales
- ❖ Aspectos biológicos de la sexualidad
- ❖ Comunicación

- ❖ Toma de decisiones
- ❖ Tiempo y metas

A la sexualidad la definen como: “como un aspecto inherente al ser humano presente desde el momento de la concepción y cuya expresión está matizada con factores psicológicos, sociales y éticos. Su ejercicio maduro y responsable está determinado por la autoestima, el rol sexual, los valores, y la capacidad del individuo para tomar decisiones y planear su vida juntos.” (pág. 92)

Los valores están definidos como: “la base sobre la cual el individuo decide lo que hace o deja de hacer, lo que piensa y cree que es importante o no, correcto o incorrecto y en concordancia le permite definir su plan de vida.” (pág 92)

Este programa pretende trascender el aspecto meramente informativo de los programas tradicionales a través de actividades que responden a las necesidades y al desarrollo evolutivo del alumno las cuales promueven la reflexión y la comunicación lo que lleva al estudiante a conocer un contexto más amplio, dinámico, participativo, continuo y permanente. Lo que favorecería la afirmación de valores personales, la libre expresión de los sentimientos, el establecimiento de relaciones solidaria, respetuosas, la identificación de las limitaciones además de las capacidades del individuo, y la toma de decisiones responsables.

## 5.2 Modelo no formal

- Programa de Educación Sexual a alumnos y padres de familia de secundaria como parte de su formación educativa (Vázquez 1996)

Está dividido en dos unidades, la primera es la anatómico funcional y ésta tiene como objetivo conocer las bases anatómicas y fisiológicas relacionadas con la conducta sexual en el período de la adolescencia. La segunda unidad es la

formativo-preventiva y su objetivo es conocer los conceptos básicos del acto sexual humano. Analizar las manifestaciones de la conducta sexual, así como conocer las enfermedades de transmisión sexual y como evitarlas, además conocer los métodos anticonceptivos y el uso correcto de estos.

Los temas abordados en la unidad uno son:

- Definición de la conducta sexual humana
- El adolescente y su conducta sexual. Cambios físicos y psicológicos dentro de la adolescencia
- Órganos sexuales masculino y femenino. La eyaculación y la menstruación
- Proceso de reproducción. Fecundación y desarrollo embrionario
- Consecuencias físicas, psicosociales, económico-culturales del embarazo en adolescentes

Los temas abordados en la unidad dos son:

- Definición de las preferencias sexuales
- Respuesta sexual humana según Master y Johnson
- La masturbación femenina y masculina
- Los métodos anticonceptivos ¿cuáles son? y ¿cómo se utilizan?
- Enfermedades venéreas ¿cuáles son? y ¿cómo prevenirlas?. Definición y medidas básicas de higiene. Autoexamen de órganos sexuales

En este programa no se menciona la definición de sexualidad, sólo de conducta sexual y está enfocada básicamente en los aspectos físicos. Tampoco existen aspectos psicológicos ni sociales y por lo tanto no tomaron en cuenta los valores.

● Una alternativa asertiva para la educación de la sexualidad (Lara y Jaramillo, 1996)

El Manual consta de 10 sesiones en las que se abordaban los siguientes temas:

- Libertad, responsabilidad y respeto
- Principios básicos de la sexualidad
- Desarrollo psicosexual
- Anatomía, fisiología y enfermedades de transmisión sexual
- Anticoncepción
- Respuesta sexual, embarazo y parto
- Preferencias sexuales y sexualidad sin libertad, responsabilidad ni respeto
- Planeación de la vida sexual

La definición de sexualidad es: “características biológicas, psicológicas y socioculturales que nos permiten comprender al mundo y vivirlo a través de nuestro ser como hombres o mujeres. Parte de nuestra personalidad e identidad y una de las necesidades humanas que se expresan por medio del cuerpo. Es un elemento básico de la feminidad o masculinidad, de la autoimagen, de la autoconciencia, del desarrollo personal. También es parte del deseo para la satisfacción personal y además estimula el deseo de establecer relaciones interpersonales significativas con otros.” (pág. 152)

No manejan definición de lo que son los valores, sólo definen los valores de libertad, responsabilidad y respeto porque a partir de ellos diseñaron éste manual.

● Planeando tu vida (Programa de Educación Sexual para Adolescentes) Pick y Aguilar

En este programa se manejan los siguientes temas:

- Aspectos biológicos de la reproducción humana

- Alternativas para ejercer la sexualidad
- Enfermedades sexualmente transmisibles
- El embarazo y sus consecuencias
- La anticoncepción
- Manejo de afecto y comunicación no verbal
- Asertividad y comunicación verbal
- Valores
- Autoestima
- Controlar y decidir tu vida
- Expectativas futuras

El concepto de sexualidad utilizada en este programa es: “la sexualidad es un proceso que abarca desde el nacimiento hasta la muerte e involucra: sentimientos, emociones, actitudes, pensamientos y comportamientos así como aspectos físicos incluyendo el crecimiento corporal, los cambios asociados con la pubertad y con procesos fisiológicos tales como la menstruación, la ovulación y la eyaculación”. (pág. 37)

Los valores son: “guías que orientan la conducta de los seres humanos. Un claro reconocimiento de los valores que poseemos contribuye a tomar decisiones congruentes con lo que creemos nos ayuda a resistir la presión de otros y a evitar sentimientos de culpabilidad y frustración. Además los valores norman nuestra conducta y esta es la credencial de presentación con la que nos mostramos con quienes nos rodean. Así mismo, importante hacer énfasis que el adolescente que se valora y respeta así mismo, tiene mas probabilidades de que también lo valoren y respeten”. (Pág. 69)

La estructura de éste programa está conformada por contenidos y actividades las cuales pretenden promover conductas responsables acerca de la sexualidad; ya que el propósito de dicho taller va más allá de explicar los aspectos

biológicos pues menciona tópicos como: autoestima, comunicación, valores, entre otros.

De acuerdo con las características de los programas revisados podemos dar cuenta que en la mayoría de ellos el concepto de sexualidad es limitado, ya que la información está enfocada hacia aspectos meramente biológicos, restando importancia al aspecto social y psicológico. Otro punto en contra de algunos programas es que su principal objetivo es sólo transmitir información, sin embargo se olvidan de la individualidad de los jóvenes, entendiendo como individualidad las ideas, emociones, prejuicios, valores, entre otros por lo que ésta información y su utilización no es llevada a la práctica de la misma forma. Otro hito es que en muy pocos manejan los valores y cuando lo hacen no existe una definición clara y mucho la importancia de éstos. Como consecuencia de las deficiencias de los programas aún existe una tasa alta de embarazos no deseados, violaciones sexuales, paternidad prematura, abortos, entre otros.

Consideramos que una parte primordial para vivir la sexualidad son los valores pues estos son pautas o guías de nuestro comportamiento por lo que creemos que en los talleres o programas de sexualidad dirigidos a adolescentes deben ser la base para su estructuración, de esta manera la información sería más completa y factible que el joven la aplique a su vida diaria.

## CAPITULO 6 “CONOCE TUS VALORES Y EJERCE TU SEXUALIDAD”. PROPUESTA DE UN TALLER DE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES

Resulta difícil que algún escrito no se encuentre impregnado por los valores e ideas culturales del autor, esto suele ocurrir sobre todo en lo que se refiere a la sexualidad; así los programas de educación sexual además de la influencia de los valores de sus autores se ven sometidos al punto de vista de aquel que los imparte, llegando a los adolescentes una información llena de prejuicios o se evade el tema.

Sin embargo existen programas de sexualidad objetivos y completos, pero la mayoría de ellos, sobre todo los impartidos por instituciones que manejan los modelos formales, que colocan a los participantes en un papel de espectadores pasivos, siendo el instructor el único que proporciona información, sin que se dé una verdadera educación.

Por lo anterior hemos creado un programa de educación sobre sexualidad “Conoce tus valores y ejerce tu sexualidad”. En el cual se incluye conceptos y aspectos asociados con el desarrollo sexual en la adolescencia.

Se revisan aspectos psicológicos con el fin de no repetir información, sino de lograr un aprendizaje, un cambio conductual y de actitud en los jóvenes. Es dinámico e involucra a los participantes en el tema mediante ejercicios, reflexiones y dinámicas.

Así hemos creado para este trabajo un programa que trata de presentar la información de la sexualidad de manera objetiva siendo cuidadosos de no cometer a juicios, empero no trata únicamente de transmitir conocimientos, sino que hacer



que los adolescentes se involucren en la misma, que la manejen y lo más importante que sepan cuando y cómo aplicarlo. No pretendemos que los adolescentes cambien de manera radical después de este taller, ni formar expertos en la materia. El objetivo del taller es que el joven se forme un criterio propio y actitudes adecuadas hacia la sexualidad, para que en determinado momento emplee el conocimiento para guiar su conducta de acuerdo a sus intereses y plan de vida.

El taller proporcionará las bases para que los adolescentes se observen, analicen y reflexionen orientándolos hacia el autoconocimiento, con el fin de conocer las manifestaciones de su sexualidad y sus implicaciones en la vida cotidiana.

A continuación se presentará un cuadro de la estructura del taller.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	DURACIÓN
Valores	Conocer, analizar e identificar los valores personales de cada uno de los adolescentes. Reconociendo su importancia para vivir la sexualidad.	Lluvia de ideas Mis valores Fuego de amor	30 min. 30 min. 30 min.
Adolescencia	Analizar y discutir las características de la adolescencia y sus repercusiones biológicas, psicológicas y sociales.	Autorretrato Experiencia Conozco mis valores Cartel	50 min. 30 min. 50 min. 40 min.
Sexualidad	Definir y discutir las características de la sexualidad	Esto si, esto no Curiosidad Ser hombre o mujer Nuevo concepto	50 min. 30 min. 60 min. 40 min.
Aspectos anatómicos y fisiológicos de los órganos sexuales femeninos y masculinos.	Conocer y describir la anatomía y fisiología de los órganos sexuales femeninos y masculinos.	Sopa de letras El extraterrestre Siluetas	25 min. 60 min. 30 min.
Manifestaciones de la sexualidad	Describir los aspectos de las diferentes manifestaciones de la sexualidad.	¿Qué haría yo? Cartulinas	40 min. 40 min.
Mitos de la sexualidad	Reflexionar y aclarar algunos de los mitos mas comunes de la sexualidad.	El juicio Defiendo mis valores Doble moral	30 min. 40 min. 30 min.
Enfermedades de transmisión sexual	Analizar y discutir las características; así como la causas y consecuencias de las enfermedades de transmisión sexual.	Lotería Completa Soy responsable Folleto	50 min. 20 min. 40 min. 60 min.
Anticonceptivos	Conocer el uso adecuado de los métodos anticonceptivos; además de reconocer la postura personal.	Carta para mi Elijiendo un método anticonceptivo Decisión	40 min. 50 min. 30 min.
Embarazo	Conocer, examinar e identificar los factores y las consecuencias del embarazo en la adolescencia.	Estoy embarazada Sociodrama de embarazo no deseado Pregúntale al experto	50 min. 50 min. 10 min.
Asertividad	Conocer e identificar las conductas asertivas para aprender a expresar y defender emociones, sentimientos o actitudes.	Piensa rápido y habla claro ¿Soy asertivo?	30 min. 30 min.
Autoestima	Promover el autoconocimiento de sentimientos, emociones, actitudes y gustos, además de identificar su habilidades y limitaciones; reconociéndose como personas únicas y diferentes.	Mi escudo Mi creación Tu árbol Los espejos	60 min. 60 min. 60 min.

## Tema 1: **Valores**

Objetivo: Conocer, analizar e identificar los valores personales de cada uno de los adolescentes. Reconociendo su importancia para vivir la sexualidad.

### Definición

Etimológicamente la palabra valor deriva del verbo latino valere, que significa buena salud; también quiere decir valiente, hacer un esfuerzo, ser fuerte. El valor refiere valentía en la guerra y expresa una virtud guerrera.

Los valores son creencias o conjunto de ideas compartidas de origen histórico remoto o surgidas en distintos periodos de creación o renovación en la sociedad. Son leyes naturales caracterizadas por su impersonalidad y su poder necesitante, es decir, que la moral surge por la necesidad de normatizar los actos de los seres humanos sin tomar en cuenta las necesidades individuales de cada individuo (Martínez, 2003).

Los valores son el camino de la creación constante y personal, no se trata de simples tradiciones y de recibir pasivamente herencias culturales sino de recrear esos valores en nuestro momento histórico y en nuestra coyuntura personal.

Se define al valor como un referente básico del bien, entendiéndose a éste como aquello que resulta bueno para alguien o para nosotros mismos y que es considerado como una vivencia universal; es decir como un deber ser que es reconocido por todos los seres racionales (Herrera,1998; citado en Martínez,2003).

Los valores son elementos centrales en el sistema de creencias de las personas y están relacionados con estados ideales de vida que responden a nuestras necesidades como seres humanos proporcionándonos criterios para evaluar a las personas a los sucesos y a nosotros mismos. Los valores son componentes más fundamentales de la estructura personal. Además es un estado de existencia (valores terminales) o aun modelo deseable de comportamientos (valores instrumentales); los valores terminales e instrumentales constituyen patrones generalizados de medios y fines de existencia humana que trascienden en actitudes siempre relativa a personas, objetos y acontecimiento específicos (Rokeach 1973; citado en Beltrán, 2002; López y Martínez, 2001).

Los valores son metas u objetivos de carácter general que permanecen estables a través de las distintas situaciones, guían la conducta de los seres humanos y se ordenan según su importancia subjetiva.

Los valores pueden ser descritos como: a) principios o creencias; b) relativos a estados de existencia o a modelos de comportamiento; c) que trascienden objetos, grupo de personas y situaciones específicas; d) orientan la elección o evaluación de comportamientos y acontecimientos; y e) expresan intereses individuales, colectivos o mixtos (Montoya,1994).

Además Lewis (1998), afirma que los valores tendrían que ser sinónimo de creencias personales, en especial las relativas a lo “bueno”, ”lo justo” y lo “hermoso”, creencias que nos impulsan a la acción, de esta forma los valores son considerados referentes o pautas que orientan el comportamiento humano hacia la transformación social, la realización de la persona basado en el bien que es reconocido por todos los seres racionales y que por tanto puede adquirir un carácter universal, donde en el pensamiento los valores se aprenden, cobran forma y significado de los fenómenos sociales hechos por grupos específicos; están constituido por tres componentes, el cognitivo, el afectivo y el conductual que es la realización buscando el bien propio y el común. Además los valores son

considerados cualidades por las que un individuo es estimado y aceptado en un grupo social.

Los valores son criterios o juicios que están presentes en todas las sociedades y orientan las normas, actitudes, opiniones y conductas de las personas. Representan el fundamento de las normas por las que la sociedad se rige y son la base a partir de la cuál los distintos grupos sociales aceptan o rechazan determinadas actitudes o comportamientos (Alcazar,2000).

Es importante recalcar que los valores son productos de cambio y transformaciones a lo largo de la historia, surgen con un especial significado y cambian o desaparecen en las distintas épocas, a los valores se les atribuye un significado social ya que de ellos dependen en gran medida los criterios estéticos, los esquemas sociales, costumbres, principios éticos (Denis,1999; citado en Martínez,2003).

Los valores se generan a partir de condiciones concretas como la cultura, la clase social, la ideología de clase, la concepción cotidiana de la realidad y el papel que el sujeto desarrolla en ella (Muños,1991; citado en López y Martínez, 2001).

Es necesario destacar las características de los valores que son:

- Durabilidad: hay valores que son más permanentes que otros.
- Integrabilidad: cada valor es una abstracción íntegra en sí mismo, no es divisible.
- Flexibilidad: los valores cambian con las necesidades y experiencias de las personas.
- Satisfacción: los valores generan satisfacción en las personas que lo los practican.
- Polaridad: todo valor se presenta en sentido positivo y negativo; todo valor con lleva su contravalor.

- Trascendencia: los valores trascienden el plano concreto; dan sentido y significado a la vida humana y a la sociedad.
- Dinamismo: los valores se transforman con la épocas.
- Aplicabilidad: los valores se aplican en las diversas situaciones de la vida; entrañan acciones prácticas que reflejan los principios valorativos de la persona.
- Complejidad: los valores obedecen a causas diversas, requieren complicados juicios y decisiones.
- Jerarquía: hay valores que son considerados superiores y otros como inferiores. Las jerarquías de valores no son rígidas ni predeterminadas; se van construyendo progresivamente a lo largo de la vida de cada persona.

Por todo lo anterior, se consideran los valores como una concepción explícita o implícita distintiva de un grupo o de un individuo. Son guías que encaminan la conducta hacia lo correcto o incorrecto, lo importante o lo superficial, en concordancia con lo que nos ha sido transmitido por nuestro medio social, por lo que orientan la vida del individuo y expresan intereses individuales, colectivos y mixtos. Para que sea un valor, es necesario creerlo, decirlo y actuarlo de manera constante y repetida. Es importante destacar que no son estáticos, ni inmutables y que cada persona va recreando los valores de acuerdo a su momento histórico y en su coyuntura personal. Además que los valores son base fundamental para la estructura personal. En la medida que seas congruente con tus valores se evitan sentimientos de culpa, arrepentimientos y enojo.

#### Clasificación o jerarquización de los valores

Los individuos forman su sistema de valores jerarquizándolos de acuerdo a preferencias, ya sea afectivas, cognitivas y/o conductuales. Las jerarquías nos permiten escoger entre objetivos y acciones alternativas, además a resolver conflictos, explicando la variedad de diferencias individuales de conducta, actitudes, ideologías, juicios, evaluaciones y racionalizaciones (Montoya, 1994).

Existe una relación muy estrecha e influyente entre los valores y las necesidades que satisfacen a cada individuo, buscando un bienestar personal y comunitario. Por ello es importante jerarquizar los valores y ordenarlos de los más trascendentales a los menos, por lo que se debe contar con una escala de nuestros valores.

Es importante recalcar que no existe una ordenación deseable o clasificación única de los valores; la jerarquías valorativas son cambiantes, fluctúan de acuerdo al contexto y por ello existen múltiples propuestas de tablas valorativas.

Herrera (1989) hace una distinción de los tipos de valores y se pueden clasificar de la siguiente manera:

Morales: perfeccionan al hombre en si mismo, en su esencia como persona por ejemplo, justicia, templanza, fortaleza, prudencia.

Sociales: perfeccionan al hombre en su relación con los demás por ejemplo, amabilidad, honestidad, servicio, solidaridad, patriotismo, lealtad, respeto, amor.

Intelectuales: perfeccionan al hombre en su aspecto, razón, intelecto, memoria, por ejemplo, ciencia, conocimiento, sabiduría.

Técnicos: perfeccionan al hombre ayudándolo a tener mejores condiciones de vida, por ejemplo; estudio, organización, trabajo, creatividad.

Vitales: perfeccionan al hombre en su aspecto físico biológico, por ejemplo; agilidad, fuerza, salud, deporte, placer, ejercicio (Carrillo y Estrada, 2001).

### Importancia de los valores en la sexualidad

En la medida en que profundicemos en el conocimiento de nuestros propios valores, nos conoceremos de tal forma que sabremos que es lo que queremos, cuáles son nuestras metas, cuáles son mis gustos y deseos, de esta

manera nuestro comportamiento será menos manipulado y podemos responsabilizarnos de él. Esto se extiende a toda nuestra vida y por ende también a la sexualidad.

Cuando las personas actuamos de acuerdo con valores estamos promoviendo y reforzando el sentimiento de autocompetencia y de reconocimiento social, al contrario, la discrepancia entre nuestra conducta y nuestros principios generará malestar. Los valores tienen una función motivadora y activadora de la aceptación.

Por la importancia que tienen los valores en la vida de todos y cada uno de los individuos, la educación sobre sexualidad no debería de olvidarse de ellos y por el contrario, debería ser parte fundamental, ya que de ellos depende como las personas utilizarán la información obtenida y si la toma en cuenta o no.

Es importante señalar que no es suficiente una educación sobre sexualidad, es necesario ir más allá de la información sobre los órganos genitales. Sería más provechoso, así como relevante, impartir información y formar para la sexualidad, entendiéndose ésta como el proporcionar elementos del cómo, por qué y qué hacer frente a la sexualidad.



## ACTIVIDADES

### 1.1. "LLUVIA DE IDEAS"

Objetivo: Analizar y discutir el concepto de los valores amor, respeto responsabilidad, honestidad y lealtad.

Materiales: Pizarrón, gises.

Duración:30 Min.

Procedimiento:

Se dividirá el pizarrón en 5 partes, en cada una se colocara un título (1.- amor, 2.-respeto, 3.-honestidad, 4.-lealtad y 5.-responsabilidad ). Posteriormente se les pedirá a los adolescentes que hagan una lluvia de ideas respecto a cada tema, las ideas se anotarán en el pizarrón y se construirá con sus iel concepto de los valores

Al final, se concluirá reconociendo la importancia de esos valores para los adolescentes y su relevancia en la sexualidad.

### 1.2 "MIS VALORES"

Objetivo: Que los adolescentes reconozcan sus valores y destaquen la importancia que estos tienen para vivir su sexualidad plena.

Materiales: hojas blancas, plumas o lápices.

Duración: 30 min.

#### Procedimiento:

Se les pedirá a los adolescentes que escriban una lista de 10 valores que sean importantes para ellos y la razón de por qué son importantes; después deben mencionar cómo estos valores que son parte de su personalidad han influido en sus decisiones para vivir su sexualidad y cómo esa conducta les ha hecho sentir. Después de que cada joven realice su ejercicio se comentaran ante el grupo y se analizarán los valores más frecuentes en los jóvenes y cuáles son los más importantes para ellos.

### 1.3. "FUEGO DE AMOR"<sup>1</sup>

Objetivo: Explorar los valores personales del adolescente en cuanto a la sexualidad.

Duración: 30 min.

Materiales: Tarjetas A: Actividad personal.

Tarjetas B: Actividad grupal (ver anexo 1 ). Cada tarjeta deberá contener un enunciado y en la parte de atrás deberá tener la letra A o B de acuerdo al grupo al que pertenezca.

#### Procedimiento:

Dividir al grupo en equipos de 5 personas como máximo. Se les pedirá que hagan un círculo por equipo, al centro del cuál se pondrán las dos pilas de tarjetas, de tal manera que se vean las letras A o B. En cada equipo se pasará un cerillo encendido de mano en mano. A quién se le apague, tomará una tarjeta A; el integrante que saque la tarjeta deberá leerla en voz alta y contestar, comentar y

---

<sup>1</sup> Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

opinar sobre el enunciado que ha leído. Una vez que se haya expresado, deberá sacar una tarjeta de la pila de las tarjetas B y leerla ante el equipo, los demás miembros deberán realizar la actividad solicitada. Una vez concluida la actividad grupal, el integrante que sacó las tarjetas encenderá un cerillo y volverán a empezar la mecánica. Se cerrará la dinámica comentando las conclusiones de los equipos.

## Tema 2: **Adolescencia**

Objetivo: Analizar y discutir las características de la adolescencia y sus repercusiones biológicas, psicológicas y sociales.

Durante la adolescencia, las personas crecen y maduran rápidamente. Estos cambios suelen comenzar a la edad de los once años en las mujeres y sobre los trece en los varones. Los cambios hormonales responsables realmente comienzan años antes y pueden dar lugar a períodos de inquietud y mal humor. Las niñas experimentan estos cambios antes que los niños. Debido a esto, en los primeros tres o cuatro años, ellas parecen madurar mucho más rápido, pero después los varones las alcanzan a la edad de 17 años y se convierten ambos en hombres y mujeres jóvenes. Estos jóvenes pueden ser ya físicamente tan grandes como sus padres y serán capaces de tener hijos propios. Todo esto se complica con el hecho de que la capacidad de procrear o concebir hijos puede desarrollarse en los adolescentes al mismo tiempo que su madre la está perdiendo debido a la menopausia. Los buenos tiempos y oportunidades disfrutados por su hijos adolescentes pueden hacer sentir a sus padres mayores y provocar cierta envidia.

La primera menstruación para las chicas o el cambio de voz en los chicos son acontecimientos importantes que pueden tener lugar en edades diferentes entre los adolescentes. Todo este crecimiento y desarrollo utiliza gran cantidad de energía, lo cual podría tener que ver con el hecho de que los adolescentes parecen necesitar dormir más. El que se levanten tarde puede irritar a sus padres, pero generalmente no es fruto de la pereza u holgazanería sino de su crecimiento (Delgado, Alvarez y Corraliza, 1998).

Lo cierto es que en la adolescencia se produce un rápido desarrollo físico así como profundos cambios emocionales que, aunque pueden ser excitantes, no

obstante también pueden resultar confusos e incómodos tanto para el adolescente como para sus padres.

Ya que es el momento de nuestras vidas en que realmente comenzamos a aprender sobre el mundo que nos rodea y a encontrar nuestro lugar en él. Este aprendizaje implica el intentar nuevas experiencias, algunas de las cuales pueden resultar arriesgadas o incluso peligrosas. Los jóvenes a esta edad anhelan la excitación en una forma que la mayoría de los adultos encuentran difícil de comprender, sobre todo las actividades excitantes que pueden resultar peligrosas. Afortunadamente, la mayoría de los jóvenes buscan estas sensaciones en la música, el deporte u otras actividades que precisan de gran cantidad de energía pero que conllevan un escaso riesgo físico real.

Es la época en que empiezan a establecer relaciones íntimas fuera del entorno familiar con amigos de su misma edad. Las relaciones con la familia también cambia, los padres se hacen menos imprescindibles cuando los adolescentes desarrollan su vida fuera de la familia (Fraise, 1996).

Esto produce los primeros desacuerdos con los padres cuando los adolescentes comienzan a desarrollar sus propios puntos de vista que con frecuencia no son compartidos por sus padres. Como forma de alcanzar un sentido de identidad diferente del de sus familiares, los adolescentes suelen pasar mucho tiempo en compañía de personas ajenas a la familia o hablando por teléfono con sus amistades. Esta es otra de las cosas que puede irritar a sus padres, pero es una forma importante de lograr un sentido de identidad propio, independiente. Estas amistades forman parte del aprendizaje sobre como hacer progresos con los demás. Además en esta época, el vestido y la apariencia física se convierten en aspectos muy importantes, pues es una forma de expresar solidaridad con los amigos y como forma de declarar su creciente independencia de la familia.

Al mismo tiempo que se esfuerzan por ser más independientes, los adolescentes desean intentar nuevas cosas, pero se encuentran en dificultades pueden reconocer que tienen poca experiencia para retroceder. Esto puede producir rápidos cambios de su confianza en sí mismos y de su conducta de forma que parezcan muy maduros un momento y muy infantiles en el siguiente. El sentirse trastornados o el perder la confianza en sí mismos puede hacerles sentir infantiles y esto con frecuencia se expresa por medio de conductas mal humoradas. Los padres tienen que ser flexibles con estas conductas a pesar de que se sientan bastante estresados al respecto (Martín y Velarde, 1996).

Otra tarea para los adultos es el ser una fuente de consejo, simpatía y confort. Los chicos sólo acudirán a sus padres si saben que éstos no los avasallarán, sermonearán o criticarán. Escucharlos es lo fundamental.

Tanto los adolescentes como sus familias pueden percibir los años que comprende la adolescencia como una época tormentosa y emocionalmente agresiva plagada de frecuentes enfrentamientos entre unos y otros.

Aunque la adolescencia puede ser percibido como una época difícil, el proceso de maduración que implica puede dar lugar a cambios positivos en la persona que faciliten la superación de los problemas del pasado (Davies, 1994).

## ACTIVIDADES

### 2.1“AUTORRETRATO”

Objetivo: Identificar las características físicas, afectivas y sociales de la adolescencia, en su vida.

Materiales: Hojas blancas, plumas o lápices.

Duración: 50 min.

Procedimiento:

El coordinador dirá las siguientes instrucciones: “Piensa en tu cuerpo, haz de cuenta que te alejas de él y lo miras ¿cómo es tu cuerpo?, piensa en tu cuerpo como si lo tuvieras que descubrir por primera vez, las curvas, las superficies planas y redondas, los ángulos, el pelo, la textura y el color de la piel, la forma general, ¿qué es lo que te gusta?, ¿qué es lo que te molesta?, ¿ha influido tu cuerpo en la manera como llevas tu vida como hombre o mujer?, ¿cómo?; piensa en tus genitales, en su aspecto o en sus sensaciones, ¿cómo se relacionan tus sentimientos acerca de tus genitales con tu forma de ser hombre o mujer?; piensa en aquellos aspectos de tu personalidad que son exclusivamente tuyos, ¿cómo te caracterizarías a ti mismo?, ahora imagina que te estas observando caminar en la calle, obsérvate al acercarte a otras personas ¿qué haces?, ¿cuál es tu actitud al acercarte a otras personas?, ¿cómo han influido en tu vida los valores de amor, honestidad, lealtad, respeto y responsabilidad?.”

Por último el coordinador les dirá “¿quién eres tú?, descríbete”. Reflexionarán como son y se comportan en su vida de acuerdo a sus características.

## 2.2 “EXPERIENCIA”<sup>2</sup>

Objetivo: Identificar cambios físicos, psicológicos y sociales que se presentan en la adolescencia.

Materiales: Hojas blancas, lápices o plumas.

Duración: 30 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en dos equipos. Cada grupo discutirá los cambios físicos que han experimentado y de los cuáles sepan que se presentan a su edad. Además de discutir cómo han cambiado la idea de los valores como amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto. Después, por grupo harán un cuadro en una hoja blanca de los diferentes cambios: físicos, psicológicos y sociales. Presentarán su cuadro al otro grupo y los compararán. Por último se dará la información del tema.

## 2.3 “CONOZCO MIS VALORES”<sup>3</sup>

Objetivo: Identificar los valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto) que manejan los adolescentes ante algunas situaciones

Materiales: Hojas con afirmaciones, plumas o lápices.

Duración: 50 min.

---

<sup>2</sup> Boyer I., Carvajal E., García F. y Ramírez M. (1990). Formación cívica y ética 1,2,3. Editorial Nuevo México. México.

<sup>3</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3. Norma Ediciones. México.



Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

El moderador repartirá una hoja con una lista de afirmaciones a todos los participantes.

Los participantes calificarán como aceptable, inaceptable o indiferente cada afirmación de acuerdo a su opinión y argumentarán en que valor se basan.

Compararán su calificación con la de sus compañeros de equipo y harán una conclusión de los valores que manejan.

La lista es la siguiente:

- Tener relaciones sexuales antes del matrimonio
- Masturbarse no es adecuado
- El impulso sexual debe satisfacerse como sea
- El SIDA no afecta a los jóvenes
- El uso de anticonceptivos no es conveniente
- Tener un bebé en la adolescencia
- Ausentarse de la casa sin permiso
- La abstinencia es la mejor opción
- La sexualidad es algo íntimo, por lo cual no debe hablarse de ello
- Se debe trabajar y no estudiar
- La masturbación es dañina
- Las relaciones sexuales sin amor o con amor son igualmente satisfactorias
- La homosexualidad es un estilo de vida
- Las caricias son tan importantes como el coito
- Decir una mentira para obtener lo que se desea
- Tocarse los genitales
- Tomar licor

- Burlarse de los demás
- Ser obediente
- Hacer deporte
- Estudiar para sacar las mejores calificaciones
- Ser leal
- Rebelarse ante la autoridad

#### 2.4 “CARTEL”

Objetivo: Consolidar un concepto de adolescencia a partir de ilustraciones.

Materiales: Cartulinas, revistas, tijeras, pegamento.

Duración: 40 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

Cada equipo elaborará un cartel para ilustrar a los jóvenes de su edad las características de la adolescencia incluyendo los cambios físicos, psicológicos y sociales.

Cada grupo presentará y explicará al resto de la clase su trabajo (cartel).

### Tema 3: **Sexualidad**

Objetivo: Definir y discutir las características de la sexualidad

Hacerse adulto es, entre otras cosas, un proceso mediante el cual los individuos dicen sí o no a la sexualidad, de acuerdo con sus convicciones íntimas. Una de las finalidades de la educación en relaciones personales es ayudar a crear una ética personal. Los actos sexuales, en sus aspectos positivos, pueden entrañar amor, diversión, identidad o deseo de reproducirse, pero no tienen porqué ser todo a la vez.

El impulso sexual se desarrolló durante el proceso evolutivo como medio de asegurar la reproducción. El deseo de reproducirse puede dar un significado especial a la sexualidad; antes, las sociedades occidentales contemplaban la reproducción como el factor que sancionaba la actividad sexual, pero actualmente la sexualidad ha alcanzado su propio significado, independientemente del deseo de reproducirse. La aceptación del placer como un valor en sí mismo puede conllevar una actitud más positiva hacia la homosexualidad. La actividad sexual que excluye la reproducción y el placer derivado de los actos sexuales tienen un valor en sí mismos, y reafirman la identidad y autoestima, tanto de los hombres como de las mujeres (Eslava, 1993).

En el pasado, una imagen romántica del amor forjó un ideal para la actividad sexual. Por otra parte, mucha gente sostiene que la sexualidad, actualmente, se ha trivializado bajo el contexto del cuerpo y del género, y que los aspectos éticos y emocionales se han descuidado. Tradicionalmente, la educación sexual insistía en que los actos sexuales deberían basarse en un compromiso personal, y esto se utilizaba como una forma de proteger a las niñas de la explotación sexual, sin embargo, esta idea llevaba a presentar la sexualidad masculina como más brutal e irresponsable que la femenina, imagen que también

se asignó a la homosexualidad masculina y que para ambas no se corresponde con la realidad (Fraise, 1996).

La mayoría de los estudios sobre el desarrollo –desde la infancia hasta la edad adulta– están de acuerdo en señalar que los niños y las niñas nacen con un impulso sexual, pero que desde una etapa muy precoz la sexualidad del niño y de la niña está condicionada por las exigencias y expectativas del entorno socio afectivo. Como señala Davies (1994), la adopción de las formas tradicionales de feminidad o masculinidad no es un simple capricho de los niños, ni el resultado de la presión ejercida por los padres sino que deriva de la construcción de la identidad humana mediante el dualismo masculino-femenino. Para hacerse miembros reconocibles y aceptables de la sociedad en la que han nacido, los niños y las niñas deberán aprender a pensar y a actuar de acuerdo con las formas lingüísticas aceptadas y reconocidas.

Con la escolarización comienza la evolución de la sexualidad y de la vida afectiva. Cuando los niños y las niñas aprenden las prácticas discursivas de su sociedad también aprenden a que deben ser socialmente identificables como lo uno o como lo otro puede ser una expresión de identidad, cosa que se acentúa durante la adolescencia. En las discusiones con adolescentes, chicos y chicas, las preguntas sobre la identidad y el autorespeto, frecuentemente, tienen mayor importancia que aquellas otras relacionadas con los actos sexuales y el placer sexual. Evitarlas y pasar a hablar directamente de actos sexuales y de la necesidad de tomar medidas de autoprotección significa eludir un aspecto crucial de la vida adolescente, porque la información sobre la sexualidad y las relaciones sociales siempre deberá tener en cuenta la experiencia e identidad de los individuos.

Se diría que nuestro entorno está lleno de señales para confirmar o cuestionar lo que somos, aunque estas inicialmente vayan dirigidas a los adultos. La sexualidad acerca a las personas y también les enseña a distinguir entre lo

privado y lo público, entre lo exterior y lo interior. La vida sexual de los niños y de las niñas, interpretada como una forma de preparación para la vida adulta, puede ser intensa y activa. Sus sentimientos sexuales pueden dirigirse hacia alguien del mismo sexo o del sexo opuesto, y sus juegos sexuales con otro del mismo sexo entrañan una comparación de similitudes, características y experiencias, y no son realmente homosexuales (Oliva, Serra, Vallejo, López y Lozoya, 1993).

La confirmación de la identidad es un prerrequisito para el crecimiento. Las exploraciones sexuales mutuas con alguien del mismo sexo implican una búsqueda de identidad y no indican nada sobre el futuro de la vida amorosa. El cuerpo y el género pueden ser la respuesta última a la pregunta ¿Quién soy yo? Cuando una niña comienza a menstruar no sólo experimenta cambios físicos sino también una nueva concepción de su cuerpo: podrá tener hijos y si lo desea será madre, contemplará su cuerpo de otra forma y se identificará con sus amigas y compañeras. Pero aunque estos acontecimientos son positivos y contribuyen a mejorar la autoestima femenina, algunas niñas tendrán ambivalencias hacia la menstruación, al no aceptar su feminidad, no estar preparadas para constatar su ruptura con la infancia o ver la menstruación como algo que las identifica con su madre. Aunque sea un hecho del que se hable menos, las mismas ambigüedades las experimentará un chico con sentimientos relacionados con el cuerpo cuando tiene su primera polución nocturna, porque esto puede indicar el inicio de la sexualidad adulta (Barranco, 1994).

## ACTIVIDADES

### 3.1 “ESTO SI, ESTO NO”<sup>4</sup>

Objetivo: Reconocer elementos culturales que influyen en el desarrollo de la sexualidad y en el concepto.

Materiales: Tarjetas con frases

Duración: 50 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

El moderador les proporcionará a cada equipo un conjunto de tarjetas; con frases, se les indicará que las revisen y separen aquellas que no tienen relación con su sexualidad.

Los subgrupos compararán entre sí las tarjetas que consideraron desligadas del campo de la sexualidad y discutirán aquellas que no coincidan.

El expositor dará la información acerca de la sexualidad.

Después propondrá que cada grupo elabore una definición integral de sexualidad y por último harán una revisión de la clasificación de sus tarjetas.

---

<sup>4</sup> Salazar E. y Ramos A. (1990). Guía básica de educación sexual para el maestro de secundaria. Vol. 1. SEP Y CONAPO. México.

## FRASES

- ◆ Mi madre me compra frecuentemente toallas higiénicas.
- ◆ Mi mamá dice que si no aprendo a cocinar no voy a conseguir novio.
- ◆ Yo espero que los muchachos sean los que me llamen e inviten.
- ◆ Julián y yo nos entendemos muy bien
- ◆ Cuando bailo con Teresa siento deseos de abrazarla fuerte.
- ◆ Me gusta vestir a la moda.
- ◆ Cuando Luis y yo nos tomamos de la mano tengo ganas de estar mas cerca de él.
- ◆ No me gusta bañarme frente a mis compañeros.
- ◆ No me gusta la blusa del uniforme de gimnasia porque es muy ceñida al cuerpo.
- ◆ Mis padres nunca me han hablado de la sexualidad.
- ◆ Los mayores se preocupan por las relaciones sexuales entre jóvenes.
- ◆ Una muchacha de tercer año quedó embarazada.
- ◆ Las mujeres se preparan cada día mas.
- ◆ Me gustaría estudiar antes de casarme.
- ◆ Soy la más fea del grupo.
- ◆ Ya se como nacen los niños.
- ◆ Quiero aprender a bailar ballet.
- ◆ Hace dos meses que se regularizó mi menstruación.
- ◆ Me aburren las canciones que canta mi papá.
- ◆ Odio ser gordo.
- ◆ Cuando sea grande voy a tener hijos.
- ◆ Después de la película me sentí muy excitado.
- ◆ Mi hermano se enoja cuando mi mamá le pide que lave los platos.
- ◆ Cuando sea grande voy a estudiar ingeniería.
- ◆ Me molesta que una mujer diga malas palabras.
- ◆ Cuando me case no me gustaría que mi esposa trabajara.
- ◆ Cuando sea grande voy a mandar en mi casa.

- ◆ Me gustaría ser independiente.
- ◆ Un hombre no debe llorar.
- ◆ Me molesta que los hombres usen aretes.

### 3.2 “CURIOSIDAD”<sup>5</sup>

Objetivo: Analizar la influencia social que existe en la sexualidad humana.

Materiales: Hojas blancas, lápices o plumas.

Duración: 30 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

El moderador les pedirá que recuerden alguna experiencia de curiosidad sexual cuando estaban pequeños.

Cada integrante de los equipos analizará sus experiencias a partir de la respuesta de las siguientes preguntas:

- ¿Ha influido tal experiencia en la forma como ves actualmente la sexualidad?
- ¿Porqué?
- ¿De qué manera reaccionan tus padres o familiares cuando planteas preguntas sobre la sexualidad?
- ¿Qué valores te han inculcado acerca de la sexualidad?

---

<sup>5</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3.. Norma Ediciones. México.



- ¿Qué personas te han ayudado a satisfacer tu curiosidad sexual a lo largo de tu vida?
- ¿Qué has aprendido de ellas?

Posteriormente con el análisis harán un resumen de cómo evoluciona la sexualidad humana.

### 3.3 “SER HOMBRE O MUJER”<sup>6</sup>

Objetivo: Identificar elementos culturales que influyen en el desarrollo de la sexualidad humana partiendo de los ideales de feminidad y masculinidad.

Materiales: Hojas blancas, lápices o plumas.

Duración: 60 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

Por equipos elaborarán una lista con las características que diferencian a las mujeres de los hombres en el lugar donde viven.

Para hacer la lista tomarán en cuenta la forma de vestir, cómo se comportan con amigas y amigos, con sus madres y padres; los trabajos y el tipo de estudios que pueden realizar; las edades mínimas para tener parejas, casarse o vivir con otra persona y tener hijos; el comportamiento con sus parejas.

---

<sup>6</sup> Boyer I., Carvajal E., García F. y Ramírez M. (1990). Formación cívica y ética 1,2,3. Editorial Nuevo México. México.

Después todo el grupo discutirá ¿si existe algún comportamiento en común en ambos sexos?, ¿por qué?, ¿éstos comportamientos son innatos o aprendidos?, ¿existe el mismo tipo de valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto) para mujeres y hombres? ¿por qué?.

La actividad finalizará cuando los participantes obtengan una conclusión de lo que significa ser mujer o ser hombre en su comunidad.

### 3.4 “NUEVO CONCEPTO”<sup>6</sup>

Objetivo: Identificar como se manejan los valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto) en los conceptos de masculinidad y feminidad.

Materiales: Pizarrón, gises.

Duración: 40 min.

Procedimiento:

El grupo debe subdividirse en dos subgrupos, procurando que en ambos haya la misma cantidad de chicos y chicas.

Dividir el pizarrón en dos columnas, en la columna de la derecha escriban la palabra MUJER y en la izquierda la palabra HOMBRE.

Nombren a un representante por cada subgrupo y que cada uno se coloque cerca de las columnas donde están escritas las palabras hombre y mujer.

---

Cada subgrupo dictará a sus representantes palabras que muestren como definen los valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto) los hombres y mujeres.

Por turnos, analizarán las palabras que escribieron y explicarán sus respuestas.

#### Tema 4: **Aspectos anatómicos y fisiológicos de los órganos sexuales femeninos y masculinos.**

Objetivo: Conocer y describir la anatomía y fisiología de los órganos sexuales femeninos y masculinos.

##### Anatomía y fisiología de la mujer

Ovarios: Tienen la forma de almendra de 2.5 cms. de largo y 1 cm. de ancho suspendidos por los ligamentos que contienen los vasos nutricios, los ovarios pueden distenderse desplazarse en el curso del embarazo; tiene dos funciones: fabrica la célula productora de vida “óvulo” y secreta dos hormonas la foliculina y la progesterona que preparan al óvulo o al endometrio ya sea para el embarazo o para la menstruación.

Trompas de falopio: Son canales recubiertos de una mucosa cuyas células, dotadas de pestañas, hacen circular al óvulo hasta el pabellón, siguiendo un camino sinuosos que desemboca en el útero.

Útero: Es una bolsa situada en medio de la pequeña pelvis, en forma de pera con la punta hacia abajo. Este músculo profundo de una altura de 6 cms. y una anchura en su parte más alta de 4 a 5 centímetros. (cuando no hay embarazo), sirve para captar el embrión y proporcionarle alimento.

Cuello uterino: Prolongación inferior estrecha del útero.

Vagina: Es la prolongación del útero hacia fuera del cuerpo, ésta mide de 7 a 10 cms. de largo, tiene una anchura de 3 a 5 cms. sirve para recibir el pene y para expulsar al bebé.

Vejiga: Órgano que sirve de depósito a la orina.

Ano: Orificio ubicado en la parte final del recto, que tiene como función expulsar las sustancias de desecho de los intestinos.

Vulva: Es el conjunto de órganos femeninos externos; se constituye por pliegues de piel y mucosa, los pliegues más exteriores se llaman labios mayores y se reúnen para ocultar el resto de la vulva, al apartarlos aparecen los labios menores recubiertos de mucosa que reúnen adelante rodeando un órgano eréctil llamado clítoris terminado por una parte abultada, el glande del clítoris es muy sensible al contacto aumenta de volumen cuando se llena de sangre. El vestíbulo se encuentra bajo el clítoris y atrás de éste se encuentra el meato urinario, abajo se encuentra el orificio de la vagina que está obstruido por una membrana llamada himen; ésta membrana perforada por un orificio de formas variables se ensancha en el momento de las primeras relaciones sexuales, produciendo a veces una mínima hemorragia, pero no siempre se desgarrar por ello, el himen permite el paso de la sangre causada por la menstruación (Centeno, 2003).

Menstruación: Aproximadamente sucede cada cuatro semanas cuando un folículo madura convirtiéndose en óvulo, se expulsa hacia la segunda semana y media a las trompas; trasladándose por éste en el interior del útero, en el endometrio se producen unas transformaciones favorecidas por la progesterona y hacen que la mucosa del endometrio aumenta su grosor. En forma breve puede definirse como proceso que se caracteriza por el revestimiento de las paredes uterinas de sustancias nutritivas que terminan desechándose si no se fecunda el óvulo.

El ciclo menstrual puede dividirse en cuatro fases, fase menstrual, fase proliferativa, secretora y premenstrual. La fase menstrual ocupa los primeros 3 a 5 días del ciclo y es el lapso en que ocurre el sangrado o regla; la fase proliferativa comienza al cesar la menstruación se extiende a cerca de la mitad del ciclo o sea

el día 14 (en un ciclo de 28), se caracteriza por la regeneración rápida del endometrio aumenta de grosor de 0.5 milímetros y en fase post-menstrual a 2-3 mm.; la fase secretora comienza en el día 14 del ciclo y termina el día 26 o 27, esta fase en realidad comienza con la ovulación, el crecimiento del endometrio continúa pero durante ésta fase el crecimiento se debe al aumento del tamaño de las células glandulares y el crecimiento de los vasos sanguíneos y el crecimiento de los vasos sanguíneos en el endometrio, en este momento pueden identificarse dos capas en el endometrio, las capas basal y funcional, la capa basal es la más estrecha y profunda (cercana al miométrio) de las dos, esta capa es permanente y no se pierde durante la menstruación o el parto, la capa funcional comprende todo el endometrio por arriba de la capa basal y se pierde durante la menstruación y parto; fase secretora toma su nombre del hecho que durante este lapso las células glandulares se llenan con sus productos de secreción (sobre todo glucógeno); la fase premenstrual dura sólo 1 o 2 días y termina con la aparición externa del líquido menstrual, durante este lapso ocurren cambios en ciertas arterias, lo que a su vez provoca la desintegración de la capa funcional, ésta fase se caracteriza por la acumulación de sangre y restos tisulares en la cavidad uterina.

El óvulo permanece vivo unos dos o tres días y si en ese periodo no es alcanzado por algún espermatozoide, las modificaciones hechas en el endometrio no tiene ya sentido y al morir el óvulo los estrógenos vuelven a madurar folículos expulsando el sobrante de mucosa en el endometrio por el cuello de la matriz y la vagina, y no es otra cosa mas que sangre más o menos fluida descamada del endometrio, la falta de ésta es tal vez el primer indicio de un embarazo. En las adolescentes la menstruación puede tener ciclos irregulares ya que no ha terminado de estabilizar su desarrollo.

**Dificultades menstruales:** Entre algunas de las dificultades que se encuentran durante el ciclo menstrual se puede mencionar por el lado biológico, a la dismenorrea que es un fenómeno que se caracteriza por un dolor o males en la parte baja del abdomen, retención de líquidos y aparición de acné.

Es posible que esto se deba a que a medida de que el tejido uterino se muere y desecha, el cuerpo experimenta una toxicidad que absorbe la sangre y trae como consecuencia los trastornos mencionado con anterioridad, algunos de ellos pueden ser controlados por una atención y tratamiento médico adecuado.

En cuanto a factores de tipo psicológico se pueden presentar dolores fuertes de cabeza, fatiga, irritabilidad y depresión. Estos trastornos se pueden deber a dos factores:

1. Desequilibrio Hormonal (disminución de progesterona)
2. Stress en general

Mientras mejor está preparada una mujer para sobre llevar y afrontar las tensiones cotidianas de la vida, menor será su desajuste psicológico durante el ciclo menstrual (Bustos, 1994).

### Anatomía y Fisiología del hombre

Testículos y Escroto: El escroto es un saco de piel que cuelga delante de los músculos en la parte inferior del vientre. Éste saco está dividido en dos compartimientos que contienen cada uno un testículo, el izquierdo más bajo que el derecho, el testículo es una glándula en forma de almendra de 45 mm. De largo y de 30 mm. De ancho construido por numerosos y minúsculos tubos en donde se forman las células sexuales masculinas o espermatozoides. Es testículo está cubierto por el epidídimo que se prolonga por un canal deferente en ese lugar se almacenan los espermatozoides, antes pasa por la próstata que los contiene y después pasa a la uretra. Las glándulas de golgi son unas pequeñas bolsitas que limpian la uretra antes de salir el espermatozoide para no morir por la acidez de la orina, es por estas glándulas que antes de salir el espermatozoide pueden salir algunos en la erección pudiendo provocar un embarazo.

Ano: Orificio ubicado en la parte final del recto, que tiene como función expulsar las sustancias de desecho de los intestinos.

El pené: Órgano cilíndrico que en reposo cuelga delante de los testículos, de una longitud media de entre 9 y 11 cms. y de un diámetro de 3cm., el pené termina en el glande que es un cono hinchado aplanado de delante hacia atrás y separado del pené por un ligero surco, al nivel de éste surco la piel del pené forma un repliegue. El prepucio que puede ocultar al glande pero es suficientemente flexible para descubrirlo; en su punta se abre el meato uretral por donde salen los espermatozoides y la orina. El pené está constituido por dos cuerpos o tejidos uno cavernoso y el otro esponjoso que al llenarse de sangre produce el crecimiento y la erección.

Eyacuación: Concentración involuntaria de una serie de músculos de la zona que origina la emisión del semen a gran presión (Cutillas, 2001).



## ACTIVIDADES

### 4.1 “SOPA DE LETRAS”

Objetivo: Identificar el conocimiento que tienen los adolescentes de los órganos sexuales femeninos y masculinos

Materiales: Cuadro con sopa de letras, lápices o plumas.

Duración: 25 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

Se les repartirá un cuadro con una sopa de letras.

Los integrantes buscarán nombres de algunas estructuras anatómicas de los órganos sexuales femeninos y masculinos.

Compararán sus respuestas.

## SOPA DE LETRAS

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

4.2 "EL EXTRATERRESTRE"<sup>7</sup>

Objetivo: Reconocer la estructura y función de los órganos sexuales femeninos y masculinos

Materiales: Esquemas del aparato reproductor femenino y masculino (Ver anexo 5), pizarrón, gises.

Duración: 60 min.

<sup>7</sup> Boyer I., Carvajal E., García F. y Ramírez M. (1990). Formación cívica y ética 1,2,3. Editorial Nuevo México. México.

Procedimiento:

El moderador les dirá a los jóvenes: Imaginen que un ser de otro planeta visita su grupo y entre otras cosas, desea saber de qué manera se diferencia biológicamente un hombre de una mujer.

Se dividirá el grupo en hombres y mujeres, así como el pizaron, cada grupo tendrá una fracción y en el centro de cada una se colocarán esquemas del aparato reproductor masculino y femenino.

Las mujeres deberán localizar y nombrar (escribiendo directamente sobre los esquemas) los órganos que integran el aparato reproductor masculino y los hombres harán lo mismo con el femenino.

Posteriormente se les pedirá a los jóvenes que escriban información adicional acerca de las características del por qué los seres humanos al nacer se pueden denominar hombres o mujeres.

#### 4.3 "SILUETAS"<sup>8</sup>

Objetivo: Conocer la estructura y función de los órganos sexuales femeninos y masculinos.

Materiales: Siluetas de los órganos sexuales femenino y masculino. (Ver anexo 6)

Duración: 30 min.

Procedimiento:

---

<sup>8</sup> Salazar E. y Ramos A. (1990). Guía básica de educación sexual para el maestro de secundaria. Vol. 1. SEP Y CONAPO. México.

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

El mediador repartirá a cada subgrupo un juego de siluetas femenina y masculina.

Pedirá al grupo que en las siluetas que recibió, dibujen los genitales externos e internos masculinos y femeninos.

Los alumnos deberán anotar los nombres de cada estructura dibujada.

Al término de ésta actividad se procederá a la exposición de la anatomía y fisiología de los órganos sexuales.

Después de la exposición se les pedirá a los alumnos que comparen los dibujos realizados y hagan las correcciones correspondientes.

## Tema 5: **Manifestaciones de la sexualidad**

Objetivo: Describir los aspectos de las diferentes manifestaciones de la sexualidad.

Homosexualidad: Es la atracción hacia personas del mismo sexo; la homosexualidad puede ser masculina o femenina; a la femenina se le denomina lesbianismo. Es una equivocación pensar que los hombres afeminados o las mujeres hombrunas, o aquellos que tengan rasgos característicos del sexo opuesto sean homosexuales, ya que los homosexuales no difieren en apariencia física o modales de los individuos con impulsos sexuales heterosexuales. ¿Qué causa la homosexualidad? No hay una sola causa, se han investigado muchas condiciones psicológicas, sociales, culturales y biológicas; en un afán por descubrir las combinaciones que causan la homosexualidad. No se han demostrado los efectos casuales constitucionales, glandulares, genéticos u otros factores biológicos que puedan producir la homosexualidad; sin embargo alguna evidencia sugiere que estos factores pueden tener una influencia directa. La homosexualidad no es innata, ninguna persona nace homosexual. Aunque hay evidencias de hermafroditismo biológico, genital, el comportamiento no se decide sólo por lo biológico, sino también por lo social, cultural y psicológico.

Bisexualidad: se le llama a la preferencia de una persona por personas de ambos sexos.

Transexualismo: consiste en el deseo de intercambiar el sexo biológico y social, porque su cuerpo no corresponde a su identificación sexual, se logra a través de la cirugía.

Transvestismo: consiste en obtener placer sexual al vestirse y actuar como persona del otro sexo, no todos los transvestistas son homosexuales (Alvarez y Gayou, 1996).

## ACTIVIDADES

### 5.1 “QUE HARIA YO?”<sup>9</sup>

Objetivo: Analizar la postura de los jóvenes ante las manifestaciones de la sexualidad.

Materiales: Hojas blancas, lápices o plumas.

Duración: 40 min.

Procedimiento:

El moderador les pedirá a los participantes que en una hoja blanca redacten su opinión acerca de la heterosexualidad, homosexualidad, bisexualidad, transvestismo y transexualismo.

Después se les preguntará si ¿opinarías lo mismo si supieras que tu mejor amigo es homosexual?

Otra pregunta podría ser: si supieras que tu hermana es bisexual ¿pensarías lo mismo?

En ambas preguntas explicarán qué papel juegan sus valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto), en sus respuestas.

Intercambiarán sus ideas con cinco compañeros analizándolas.

Redactarán dos conclusiones y las presentarán al resto de los compañeros.

---

<sup>9</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3.. Norma Ediciones, México.

## 5.2 “CARTULINAS”

Objetivo: Analizar que valores se manejan con respecto a algunas manifestaciones de la sexualidad.

Materiales: Cartulinas, marcadores de colores.

Duración: 40 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

Cada equipo abordará un tema (homosexualidad, heterosexualidad, bisexualidad, transvestismo y transexualismo), se les pedirá que escriban en una cartulina los sentimientos, deseos, ocupaciones, valores y causas de cada uno de los temas que les tocarán.

Posteriormente colocarán sus cartulinas donde todos puedan verlas.

Después de esta actividad él moderador procederá a dar la información correspondiente a cada tema.

A continuación discutirán entre ellos si la información que se les dio corresponde a la que ellos pusieron en sus cartulinas.

## Tema 6: **Mitos de la sexualidad**

Objetivo: Reflexionar y aclarar algunos de los mitos mas comunes de la sexualidad.

En primera instancia es necesario decir que se entiende por mito; algunos sexólogos indican que los mitos no son más que relatos fabulados con apariencia de realidad, que contienen información sexual equivocada o carente de valor científico, aunque sean muy populares.

El mito no es una mentira burda o una falacia evidente, básicamente es una verdad enredada que goza de aval mayoritario independientemente que sea falso o verdadero, es decir, la mayoría de la gente lo asume como cierto independientemente de su veracidad. En sexualidad esto es muy importante, pues al ser aceptada por mucha gente adquieren la capacidad de dogma y así se van transmitiendo de generación en generación. Por tanto se aceptan sin que necesiten demostración alguna (García y Medina, 1996).



## ACTIVIDADES

### 6.1 “EL JUICIO”<sup>10</sup>

Objetivo: Conocer y aclarar algunos mitos de la sexualidad.

Materiales: Lista de mitos sobre sexualidad.

Duración: 30 min.

Procedimiento:

La actividad iniciará pidiendo voluntarios (mujeres y hombres, si es posible) para ayudar a “juzgar” en el juego.

El resto del grupo se dividirá en dos equipos.

El moderador explicará que será un concurso para ver cuál equipo da las mejores respuestas a diversos mitos acerca de la sexualidad, así como argumentos de acuerdo a sus valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto).

El juego será como los programas de televisión de concursos:

- Los equipos estarán retirados para no escuchar el murmullo del otro equipo.
- El conductor leerá cada mito en voz alta una vez.
- El equipo que tenga la respuesta levantará la mano y la dará.
- El jurado determinará si su respuesta es buena y tendrá un punto. Así se hará con cada mito.
- El equipo ganador será el que tenga más puntos.

---

<sup>10</sup> Salazar E. y Ramos A. (1990). Guía básica de educación sexual para el maestro de secundaria. Vol. 1. SEP Y CONAPO. México.

Lista de mitos:

- La satisfacción del impulso sexual es una necesidad básica que si no se satisface puede causar serios problemas.
- La única manera de satisfacer el impulso sexual es el coito.
- La realización del coito con prostitutas es una alternativa importante para que el adolescente satisfaga su impulso sexual y aprenda el arte de “hacer el amor”.
- El hombre es promiscuo por naturaleza.
- Todos los adolescentes están teniendo relaciones sexuales prematrimoniales.
- La masturbación hace crecer los órganos genitales.
- El tamaño del pené influye en el grado de satisfacción sexual de la pareja.
- Las mujeres también tienen derecho a tener relaciones con varios hombres antes del matrimonio.
- El hombre que tiene relaciones sexuales desde temprana edad, se puede reconocer por el desarrollo de su pené.
- El tamaño del pené es directamente proporcional a la estatura del hombre.
- El embarazo no se produce en la primera relación sexual.
- El amor es temporal y pasajero.
- La única manera de demostrar a alguien que se le quiere es teniendo relaciones sexuales con él (ella).
- Cuando un hombre está excitado tiene que “llegar hasta el final” o de lo contrario se puede enfermar.
- Los hombres tienen el impulso sexual más desarrollado que las mujeres.
- Los hombres que llegan vírgenes al matrimonio no satisfacen a su pareja.
- Se puede saber si una mujer es virgen por su forma de caminar, el dolor que experimenta en la primera relación sexual y el sangrado que presenta al romperse el himen.
- Las relaciones prematrimoniales garantizan el éxito matrimonial.
- El no desear involucrarse en relaciones sexuales revela la falta de madurez e inseguridad personal.

## 6.2 “DEFIENDO MIS VALORES”<sup>11</sup>

Objetivo: identificar los valores personales y defenderlos

Materiales: Rotafolio con frases, hojas blancas, lápices o plumas.

Duración: 40 min.

Procedimientos:

El moderador pedirá a los jóvenes que anoten las frases que se presentarán en un rotafolio.

Se les pedirá que las califiquen de acuerdo a los criterios Acuerdo, Desacuerdo y Absurdo.

Posteriormente se organizará un debate que gire en torno a las preguntas siguientes:

En tu opinión ¿hasta qué punto son importantes tus creencias y convicciones? ¿practicar los valores que defiendes?; justifica tu respuesta, ¿eres capaz de afirmar y defender públicamente tus valores? ¿por qué?

Las frases pueden ser las siguientes:

- Me interesan las amistades y dialogar con los demás
- Valoro la libertad por encima de todo
- Siempre he querido ser responsable
- Me duelen mucho las injusticias sociales
- Me parecen muy importante conocerme a mi mismo
- Seguiría siendo amigo de alguien, aunque mis padres me lo prohibieran

---

<sup>11</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3.. Norma Ediciones. México.

- Lo más importante es una relación es la honestidad y la sinceridad
- Me disgusta que yo u otra persona haga algo bien hecho, y nadie se dé cuenta
- Me parece que ser infiel es un derecho de todo ser humano
- Mi principal meta en la vida es ser rico
- El amor sin dinero no sirve
- La hipocresía es el cáncer de las relaciones interpersonales
- La suerte es la base del éxito
- No me importa que mi mejor amigo(a) me quite mi novio(a)
- Uno siempre debe alcanzar lo que se propone aunque, para ello, tenga que pasar por encima de otras personas y hacerles daño
- Si mi mejor amigo(a) consume droga, es su problema y nada tengo que ver en eso
- Mi familia es lo mas importante para mi
- Cuando uno quiere realmente a una persona, debe aguantarle todo y perdonarla
- Uno siempre debe hacer lo que le dicen los mayores
- Es correcto tener hijos sin casarse
- Para ser aceptado por los amigos, uno debe hacer todo lo que ellos le piden aunque no esté de acuerdo
- La mujer debe ser virgen hasta que se case
- El fin justifica los medios
- Debo respetar a los demás, aunque ellos no me respeten
- A nuestra edad, los padres no deberían entrometerse en nuestros asuntos

### 6.3 “DOBLE MORAL”<sup>12</sup>

Objetivo: Identificar valores personales respecto de los mitos sobre sexualidad.

---

<sup>12</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3., Norma Ediciones. México.

Materiales: Lista con afirmaciones, lápices o plumas.

Duración: 30 min.

Procedimiento:

A cada miembro de la clase se les dará una lista con una serie de afirmaciones.

Delante de cada enunciado, los participantes anotarán según su manera de pensar si es verdad o mito.

Posteriormente calificarán cada enunciado (con otro color), considerando la manera como piensa tu mejor amiga o amigo (puede ser con otra persona como novio, padre o madre).

Al finalizar el ejercicio identificarán semejanzas y diferencias entre las diversas opiniones con dos de sus compañeros.

#### LISTA CON AFIRMACIONES

- ▶ La masturbación hace daño
- ▶ No se debe hablar de sexo hasta el matrimonio
- ▶ No se debe hablar de sexo con los padres
- ▶ Las mujeres saben manipular los afectos
- ▶ Hombres y mujeres pueden expresar lo que piensan
- ▶ Los hombres sienten menos que las mujeres
- ▶ Una muchacha puede quedar embarazada si ella ha tenido pocas relaciones sexuales
- ▶ La única forma de demostrar que son hombres es teniendo un bebé
- ▶ Debe prohibirse la venta de anticonceptivos a los adolescentes
- ▶ La mujer no debe ayudar a colocar un condón

- ▶ El SIDA sólo le da a los homosexuales
- ▶ Se puede tener una enfermedad de transmisión sexual sin presentar síntomas
- ▶ Los penes pequeños causan menos placer que los grandes
- ▶ Las mujeres eyaculan igual que los hombres
- ▶ El alcohol y las drogas son estimulantes sexuales

## Tema 7: **Enfermedades de transmisión sexual**

Objetivo: Analizar y discutir las características; así como la causas y consecuencias de las enfermedades de transmisión sexual.

Las enfermedades sexualmente transmisibles (ETS), llamadas enfermedades venéreas, son padecimientos infecto-contagiosos que se adquieren generalmente por realizar el coito en condiciones de higiene inapropiadas y/o con personas ya infectadas.

El adolescente es una víctima común de algunas de las enfermedades sexualmente transmisibles, debido entre otras razones a la falta de información verídica sobre los síntomas asociados con ellas, a los sentimientos de vergüenza y/o temor que experimentan ante la exploración de su propio cuerpo, y a la actitud indiferente con la que practican su sexualidad, dejando de lado el uso de métodos anticonceptivos como medidas preventivas de contagios infecciosos.

Algunas de las Enfermedades de Transmisión Sexual son:

Clamidia: Lo produce una bacteria llamada Chlamydia Trachomatis, se contagia por medio del coito durante el sexo oral, la madre puede contagiar al hijo al nacer.

Se presentan los síntomas entre siete y veintiún días después de las relaciones sexuales con una persona enferma o que porte la bacteria. En el hombre se presenta ardor al orinar; en la mujer se presenta sangrado entre reglas ardor o dolor al orinar, dolor abdominal a veces con fiebre y náuseas. En ocasiones la mujer no presenta los síntomas aunque porte la bacteria.

Tricominiasis: Parásito protozoario llamado Trichomona Vaginitis, se contagia por medio del coito, los síntomas aparecen entre los 2 y 21 días siguientes; en la mujer inicia con comezón y flujo de color amarillo o verdoso de mal olor que provoca sensibilidad local y hace dolorosa la relación sexual.

El hombre en la mayoría de los casos no presenta síntomas siendo portador del parásito. En algunos casos aparece uretritis (inflamación de la uretra).

Chancro blando: Bacilo llamado Haemophilus Ducreyi, se contagia por medio del coito, los síntomas se presentan entre los 2 y 21 días después, se inicia con un grano muy doloroso que se ulcera y revienta, sangra fácilmente y se vuelve purulento, inflamación de los ganglios de la ingle; afecta a los genitales y a los ganglios cercanos.

Sarna: Se contagia por un parásito llamado Sarcoptes Scabiei transmitido por el contacto con la piel de personas enfermas y también por medio de ropas o sábanas, los síntomas aparecen entre los 10 y 30 días; inicia con comezón intensa aparecen pústulas, después surcos y costras por rascadura; afecta a la piel, axilas, dedos.

Piojo del pubis o ladilla: Parásito llamado Phthirus Pubis, se contagia por medio del coito, contacto con la piel, ropa o sábanas; inicia con comezón intensa producida por el parásito al morder la piel, afecta los vellos del pubis.

Moniliasis o Candidiasis: Hongo llamado Cándida Albicans, se contagia por medio del coito y se da con frecuencia en diabéticos anémicos, embarazadas y en personas de bajas defensas o sometidas a tratamientos con antibióticos; aparece de forma temporal imprecisa con escozor intenso en la vagina, vulva, acompañado de flujo blanquecino y grumoso, inflama la vulva y en el hombre provoca ardor y comezón en el glande y prepucio.



Herpes genital: Herpes Simple tipo II; se contagia por medio del coito y de la madre al niño durante el parto, los síntomas se presentan entre los 2 y 31 días después del contacto sexual, inicia con comezón, ardor y ampulas en los órganos sexuales desapareciendo entre una y tres semanas, esto no quiere decir que se curaron ya que se tiene el virus aunque algunas personas no presenten síntomas, afecta directamente los genitales.

Gonorrea: Bacteria llamada Neisseria Gonorrhoeae, se contagia por medio del coito, sexo oral y en el niño al nacer, los síntomas aparecen de entre 3 y 21 días después del contacto sexual, inicia con ardor o dolor al orinar, pus por la uretra, inflamación de la próstata y testículos en la mujer inflamación de las trompas cólicas y dolor en la parte baja del abdomen; algunas mujeres no presentan síntomas aunque están infectadas pero pueden transmitirla.

Sífilis: Bacteria llamada Treponema Pallidum, contagiada por medio del coito o sexo oral y por vía natal, se presenta por varias etapas, la primera entre siete y noventa días, provocando un grano en boca o en los genitales de color rojizo café (chancro); no duele ni sale líquido desapareciendo después en la segunda etapa de seis semanas a seis meses después del contacto sexual, se observa salpullido en costados, espalda, vientre y cara durante seis semanas y desaparece espontáneamente y deja lesiones secundarias muy infecciosas semejan verrugas de color rojo grisáceo y aparecen en los genitales y mucosa (boca y ano); la tercera etapa se presenta después de dos años del contacto, aquí se puede desarrollar un tumor ulceroso debajo de la piel o en los huesos formándose yaga dolorosa, lesiones en el corazón, daños en el cerebro y médula espinal que causan la muerte.

SIDA: VIH, Virus de Inmunodeficiencia Humana, transmitido por coito, secreciones y sangre, coito oral, anal y vías urinarias; todo contacto con semen y sangre, inyecciones con sangre contagiada producen el contagio. El periodo de incubación del VIH puede durar entre pocas semanas y 12 años en promedio

antes de que se presenten los síntomas del síndrome, la actividad del virus se caracteriza por copiar la información celular y reducir las defensas contra él. De modo que al presentarse la sintomatología; diarreas, inflamación de ganglios, gripas constantes incontrolables, entre otros; puede provocar que el individuo muera de cualquier enfermedad común debido a que las defensas no atacan al virus mutable y este no puede morir debido a que es una reproducción de la propia información celular confundiendo al organismo que no es capaz de matar a sus propias células.

Virus de Papiloma Humano: Es una enfermedad viral de la piel caracterizada por una protuberancia verrugosa blanda en los genitales. En adultos, el trastorno se considera una enfermedad de transmisión sexual, pero en niños el virus parece ser transmitido con o sin contacto sexual.

Las verrugas genitales son causadas por el virus del papiloma humano (VPH). El virus produce pequeños crecimientos en la piel (verrugas) y membranas mucosas. La infección de las regiones anal y genital con VPH puede producir verrugas (condiloma anogenital) en el pene, la vulva, la uretra, la vagina, el cuello uterino y alrededor del ano (perianal) (Barragán, 1991).

Algunas de las formas para prevenir las enfermedades sexualmente transmisibles son:

- ◆ Realizar una adecuada limpieza en los genitales después de cada relación sexual.
- ◆ Asear adecuadamente los genitales aún cuando no se dé el coito, o sea el baño diario.
- ◆ Usar condón.
- ◆ Ser monógamo.
- ◆ Limitar el número de parejas sexuales, si no se puede ser monógamo.
- ◆ Abstenerse de la relación sexual.
- ◆ No compartir jeringas o agujas.

## ACTIVIDADES

### 7.1 “LOTERÍA”<sup>13</sup>

Objetivo: Conocer las características de las ETS.

Materiales: Tarjetas de lotería con nombres de ETS, frijoles.

Duración: 50 min.

Procedimiento:

Se dará la información acerca del tema y posteriormente el grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

Se les entregará por equipo una tarjeta de la lotería de las enfermedades, se les darán frijoles o algo por el estilo.

Procederán a llenar sus tarjetas del modo tradicional, con la variante de que en lugar de haber dibujos en las tarjetas se encuentran los nombres de las enfermedades de transmisión sexual y la baraja hay preguntas acerca de las ETS que posiblemente se encontrará en su lotería.

Ganará el equipo que conteste a las preguntas para poder llenar su lotería correctamente.

---

<sup>13</sup> Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

## 7.2 “COMPLETA...”<sup>14</sup>

Objetivo: Identificar las enfermedades sexualmente transmisibles más comunes, reconociendo su origen y sintomatología.

Materiales: Hojas con el cuadro para completar, lápices o plumas.

Duración: 20 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en dos equipos.

Cada equipo copiará del pizarrón las frases de la izquierda y derecha.

Cada frase deberá ser completada.

El equipo que lo haga en el menor tiempo posible ganará.

---

<sup>14</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3.. Norma Ediciones. México.

a) Algunos de los síntomas que generalmente se asocian con la adquisición de una ETS son... ( )	1) Irritación o molestias en el área genital.
b) Las enfermedades sexualmente transmisibles son llamadas también... ( )	2) Enfermedades venéreas
c) Las ETS son infecciones que se adquieren por... ( )	3) Dolor al orinar
d) Las ETS pueden ser adquiridas... ( )	4) Tener relaciones sexuales en condiciones de higiene inapropiadas y/o con personas ya infectadas
e) El SIDA es una... ( )	5) Flujo vaginal
f) La ETS que es causada por una bacteria llamada Treponema Pallidum es... ( )	6) Rasquiña excesiva o ronchas en la región genital
g) Las ETS que pueden transmitirse durante el embarazo a los hijos son..( )	7) Por cualquier persona y a cualquier edad
	8) La sífilis, el herpes genital y el SIDA
	9) Enfermedad sexualmente transmisible
	10) La sífilis

### 7.3 “SOY RESPONSABLE”<sup>15</sup>

Objetivo: Conocer los valores propios y aplicarlos en situaciones específicas.

Materiales: Hojas con cuadro de las situaciones, lápices o plumas.

Duración: 40 min.

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

A cada integrante de los equipos se le repartirá una hoja con un cuadro impreso.

Se les pedirá a los jóvenes que lean con cuidado cada idea del cuadro y que posteriormente expresen su postura de acuerdo a sus valores (amor, honestidad, responsabilidad, lealtad y respeto).

Al terminar el ejercicio individual, discutirán sus respuestas con el resto de su equipo con la finalidad de hacer una conclusión de las ideas expuestas.

---

<sup>15</sup> Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3., Norma Ediciones. México.

ASPECTO	VALORES
Uso de preservativos	
No culpar a otros	
Decir no	
Enfermedades sexualmente transmisibles	
Aseo genital	
No contagiar a otros	
Chequeos médicos periódicos	

#### 7.4 “FOLLETO”

Objetivo: Elaborar un folleto informativo

Materiales: Hojas blancas, revistas, tijeras, pegamento, lápices o plumas.

Duración: 60 min

Procedimiento:

El grupo se dividirá en equipos de 4 o 5 participantes.

Cada equipo discutirá la información que tengan de las ETS; posteriormente elaborarán un folleto informativo dirigido a jóvenes de su edad, haciendo hincapié en las medidas de prevención para evitar contagios.

Los equipos presentarán su folleto al resto del grupo; los demás analizarán los trabajos expuestos, a fin de obtener un único folleto que sea lo más completo y útil posible.



## Tema 8: **Anticonceptivos**

Objetivo: Conocer el uso adecuado de los métodos anticonceptivos; además de reconocer la postura personal.

La anticoncepción evita que el óvulo y el espermatozoide se unan así se previene que se lleve a cabo la fecundación. Existen diversos métodos que evitan la concepción, algunos de ellos ofrecen mayor efectividad, o sea, que las probabilidades de fallar son menores.

El criterio para administrar los anticonceptivos depende de las características de quien lo va a utilizar; hay que considerar la edad, la frecuencia de la actividad sexual, el desarrollo físico y emocional, si la pareja es estable o no, entre otros. Es por ello que existen diversos métodos anticonceptivos que se adaptan a las características de cada persona para elegir el adecuado se debe recibir una orientación o guía con el fin de tomar la mejor decisión.

Los métodos anticonceptivos pueden clasificarse en:

- a) Métodos naturales. Es cualquier agente o medio voluntario para evitar el embarazo que no implica métodos mecánicos ni químicos como:
  - **EL MÉTODO DEL RITMO O DE CALENDARIO:** Se basa en la sincronización del coito que ocurre solo cuando la mujer es supuestamente estéril. Esto se fundamenta en el postulado biológico que el óvulo vive aproximadamente 24 horas después de su ovulación a menos que sea fertilizado. Los espermatozoides liberados en el interior del útero permanecen vivos durante 48 horas, esto significa que sólo durante tres días al mes puede embarazarse.

Por lo regular la mujer promedio libera el óvulo en los días 14 al 16 antes de su siguiente menstruación. Si se menstrua cada 28 días, óvula a la mitad del ciclo, o sea del día 13 al 15 después del primer día de su menstruación. En el ciclo normal de 28 días la ovulación ocurre más o menos en el día 14, por lo tanto se debe evitar tener relaciones 5 días antes y 5 días después para evitar la fecundación.

Debido a que las mujeres tienen distintos ciclos, deben mantener un control escrito de 12 meses consecutivos para determinar los días fértiles(peligrosos) y los días de esterilidad (seguros).

Ventajas: Es un método natural que no introduce en el organismo ninguna sustancia artificial y por lo tanto no causa efectos secundarios.

Desventajas: Es un método que no es recomendable para las mujeres con los ciclos menstruales irregulares.

- **MÉTODO DE TEMPERATURA BASAL:** este método esta basado en el mismo postulado biológico que el del ritmo, pero además esta basada en la premisa de que hay correlación entre los cambios en la temperatura corporal y el proceso de ovulación. La temperatura de la mujer es relativamente baja durante la menstruación y 8 días después; 13 días en total. En el momento de la ovulación hay un descenso en la temperatura y luego una brusca elevación de 0.5 a 0.7 °C.

Para lograr precisión en el pronóstico de su período seguro, una mujer debe registrar su temperatura al despertar todas las mañanas durante 6 a 12 meses.

Ventajas: Es un método natural que no requiere introducir elementos químicos que dañen el organismo.

Desventajas: En algunas mujeres los cambios de temperatura no son muy bruscos, además la temperatura puede variar por enfermedad, por el número de cobijas que se utilizan para dormir o bien por cambios ambientales.

- **MÉTODO DE BILLINGS O MOCO CERVICAL:** Este método está basado en un síntoma específico de enfocar la ovulación primordialmente utilizando la secreción como un tapón de moco de la cerviz. Esta teoría consiste en que la menstruación va seguida por días secos, durante el cual el coito es considerado seguro, después aparece una secreción de moco espeso u opaco. El moco de consistencia de clara de huevo dura 1 o 2 días, marcando la cima del síntoma después aparece la ovulación, luego el moco se pone pegajoso y nebuloso el cual desaparece. Los dos días antes y después de la cima de secreción de moco transparente son considerados peligrosos, el cuarto día después de la cima de secreción de moco transparente se considera día estéril.

Ventaja: No introduces sustancias artificiales dentro del organismo y no produce efectos secundarios.

Desventajas: A veces las mujeres no pueden reconocer la aparición de la secreción mucosa, por lo tanto su efectividad es baja.

- **COITO INTERRUMPIDO O REPLEGADO:** Esta técnica requiere que el hombre retire el pené de la vagina antes de que eyacule.

Ventajas: No introduce sustancias químicas ni métodos mecánicos al cuerpo por lo que no tiene efectos secundarios.

Desventajas: El coito no puede ser disfrutado en forma relajada por ninguno de los dos miembros de la pareja, ya que el pensamiento está concentrado en el momento que tiene que extraerse el pené. Además, el líquido preeyaculatorio también lleva espermatozoides, es así como puede haber fracaso en este método(Mc cary, 1996).

b) Métodos temporales. Son los métodos cuyo efecto dura el tiempo que se les está empleando, pero que al suspender su uso, se puede embarazar.

**EL CONDÓN MASCULINO:** Es una barrera o membrana de caucho que cubre al pené durante la relación sexual, el condón colecta el semen durante la eyaculación e impide que penetre en la vagina. El condón se utiliza antes de realizar el coito; se coloca el condón sobre el pené erecto dejando un cuarto de centímetro libre en la punta para que se deposite el semen. Debe tenerse cuidado al retirarse para evitar que el condón se quede adentro de la vagina o que se derrame el semen. Hay que recordar que después de la eyaculación, el pené se pone flácido de inmediato. Si se desea tener otro contacto sexual, debe usarse otro condón. En caso de que se rompiera, se recomienda un lavado inmediato con irrigador vaginal y colocar espermaticida.

Ventaja: Además de prevenir el embarazo previene enfermedades sexualmente transmisibles, no requiere receta médica, es barato, es comercial, es fácil de portar, no tiene reacciones secundarias. Su eficacia anticonceptiva es alta.

Desventaja: Puede romperse por falla de fabricación, por mal manejo del condón o por mal almacenamiento. Además, a algunos hombres les resta sensibilidad o alergia al latex.

- **CONDÓN FEMENINO:** Consiste en una especie de bolsa de látex, con anillos en los dos extremos; debe colocarse dentro de la vagina antes

del coito para que impida el paso y el contacto del semen con la vagina y el útero. Uno de esos anillos se coloca en el interior de la vagina y su función es cubrir el cuello del útero, el otro anillo debe quedar fuera de la vagina.

Ventajas: No requiere de receta médica; no tiene efectos secundarios.

Desventajas: Es difícil de adquirirlo, su costo es elevado.

- ESPERMATICIDAS (ESPUMAS, JALEAS, CREMAS, TABLETAS Y ÓVULOS): Estos anticonceptivos de barrera son sustancias que se colocan antes del coito en el fondo de la vagina. Previene la concepción en dos formas, bloquean la entrada del esperma a la cerviz e inmoviliza a los espermatozoides.

Se introduce la sustancia con un aplicador (o con los dedos), de 15 min. a 30 min. antes del coito para dar tiempo a que actúe. Después del contacto sexual no deben darse lavados vaginales antes de 6 hrs. Para cada penetración se necesita una nueva aplicación.

Este método es aconsejable para los adolescentes, se recomienda combinarla con el condón.

Ventaja: No requiere receta médica, es de fácil aplicación, es barato, cualquier persona lo puede usar.

Desventajas: Su aplicación puede interrumpir el acto sexual, puede causar irritación, molestias y alergias en la vagina. Su efectividad es muy baja, por lo que se recomienda que se use en combinación con otro anticonceptivo.

- EL DIAFRAGMA: Es una suave membrana en forma de cúpula que se extiende sobre un anillo de metal flexible; tiene por objeto ajustarse sobre el cuello uterino para impedir que los espermatozoides penetren en el útero. Para que resulte efectivo debe ser utilizado con alguna crema o jalea espermaticida, de tal modo que el dispositivo sella la cerviz mientras el espermaticida inactiva el esperma. Ni el diafragma ni la jalea interfiere con el desarrollo del coito o con el placer durante el acto sexual.

El diafragma debe ser adaptado por un médico debido a las diferencias funcionales individuales de las mujeres. El médico mostrará a la paciente como insertarlo o quitarlo en forma apropiada. Es de vital importancia que tenga tamaño correcto y la forma adecuada para su eficacia máxima. Una mujer no puede usar un diafragma sino hasta que su himen haya sido roto.

Es importante verificar que el diafragma no tenga orificios. Después de usarlo se debe lavar con agua, jabón y salpicarlo con polvo de almidón (nunca con talco). Se debe secar el diafragma después de lavarlo y asegurarse que no se doble, pues se puede dañar. No se debe colocar en lugares calientes; las vaselinas, los productos perfumados y las uñas largas pueden dañar o perforar el diafragma. El diafragma se debe cambiar en cada embarazo, aborto, cambio ginecológico y en caso de variación de peso.

El diafragma debe insertarse varias horas antes del coito o inmediatamente antes de realizar el acto sexual. Sin embargo, el espermaticida debe insertarse no más de 2 hrs antes del coito y añadir más si se repite el coito. No se debe de quitar el dispositivo sino hasta seis horas después del coito y no debe dejarse por más de 24 horas por que se estimula el desarrollo de bacterias provocando infecciones.

Ventajas El uso del diafragma no requiere ducha vaginal, puede usarse varias veces a diferencia del condón.

Desventajas: Puede ocurrir dolores pélvicos, cólicos o dificultades de la vejiga al usar el diafragma con frecuencia. Se considera el diafragma inconveniente, incómodo y difícil de usar . además interfiere con la espontaneidad del acto sexual. Otra desventaja es la colocación , pues en nuestra cultura la mujer no está acostumbrada a manipular sus genitales.

- ESPONJA: Es un esponja hecha de material sintético que contiene una sustancia llamada espermatocida (que mata a los espermatozoides). Su función es muy parecido a la del diafragma; impide que los espermatozoides lleguen al útero. Una vez que la esponja se ha colocado en el fondo de la vagina, aumenta de tamaño para impedir que los espermatozoides entren en contacto con el útero.

Ventajas: Es un método muy eficaz cuando se utiliza correctamente.

Desventajas: Tiene un costo muy elevado.

- EL DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU): Es un pequeño dispositivo de metal, plástico o ambas cosas, de tamaño y formas variables (espiral, de T, de Y, entre otros) que se ajustan a la cavidad uterina. Su mecanismo de acción es impedir que los espermatozoides penetren el útero para que no exista fertilización del óvulo.

Es importante recalcar que sólo un médico puede insertarse el DIU dentro del útero, previas medida de asepsia y antisepsia, de

preferencia cuando la mujer esta menstruando. Debe ser revisado cada 6 meses o cada año por el médico.

Las mujeres no puede usar el DIU, son aquellas que sospechen embarazo, las mujeres que tengan infección, que tengan enfermedades sexualmente transmisibles, que hayan tenido tumores, anemias y que sean alérgicas al cobre.

Ventajas: Tiene una alta efectividad. Se coloca sólo una vez y en pocos minutos, requiere de poca atención y cuidado. El dispositivo se retira de forma sencilla, rápida y cuando ella lo desee, Además no interfiere con el acto sexual.

Desventajas: Se requiere la participación de un profesional de la salud. Sólo se recomienda para personas que ya hayan tenido hijos y que tengan una vida sexual frecuente. Puede causar cólicos y trastornos menstruales, además puede provocar inflamación pélvica, expulsión del dispositivo, y aumento del sangrado durante la regla (Vargas y Vargas, 1998).

- LOS MÉTODOS HORMONALES. Son preparados hormonales compuestos de sintéticos parecidos a las hormonas ováricas, estrógenos y progesterona, todos evitan que se produzca la ovulación y al no haber óvulo no puede haber embarazo. Su presentación es la píldora, la píldora de emergencia, inyecciones y parches.

LA PÍLDORA: su forma de uso es contando desde el primer día de la menstruación, la mujer comienza a contar y al quinto día comienza a tomar una píldora diariamente sin fallar. Existen paquetes de 21 píldoras, de tal forma que al terminarse , existe un periodo de descanso. Existen paquetes de 28 píldoras, las últimas 7 pastillas son vitaminas y se incluyen con la finalidad que no se suspenda la ingestión y provoque



el hábito. Si por alguna razón se olvida tomar la píldora un día, deben tomarse dos al día siguiente 1 por la mañana y otra a la hora de costumbre. Si se olvidará tomarla dos días el método debe suspenderse y utilizar otro anticonceptivo. Es importante tomar la pastilla a la misma hora siempre. Cuando falla este método es por errores al usarla.

**LA PÍLDORA DE EMERGENCIA O DEL DÍA SIGUIENTE:**  
 Recientemente se aceptó este anticonceptivo por la Secretaria de Salud. Puede provocar náuseas, es normal que sientas algunas molestias como dolor en los senos, dolor de cabeza, hinchazón, pero estas molestias pasarán en 24 horas. No se recomienda como método anticonceptivo de rutina. No es un método abortivo, es como la píldora anticonceptiva que se compra en cualquier farmacia, sólo que se toma de forma y dosis distintas como se vera a continuación:

Marcas	1ra. Dosis (dentro de las 72 horas después del acto sexual )	2da. Dosis (12 horas después de la primera dosis).
Vika Postinor-2	1 pastilla	1 pastilla
Ovral Eugynon Nordiol Neogynon	2 pastillas	2 pastillas
Microgynon Nordet	4 pastillas	4 pastillas

**LAS INYECCIONES:** Se aplican por vías intramuscular (en los glúteos) una vez cada mes o cada tres meses, de acuerdo con el tipo de inyección y las indicaciones del médico. Su aplicación sólo es una, es sencilla.

**LOS PARCHES:** Se aplican por la vía intradérmica, un parche semanal, se coloca el primer día después del sangrado, antes de ponerse crema, se puede poner en el abdomen, brazos y glúteos. Así por tres semanas y una semana se descansa. Tiene como ventaja que es cómodo y su aplicación es fácil.

**Ventajas:** Su efectividad es alta y algunas mujeres les regula el ciclo menstrual.

**Desventajas:** Es necesario consultar al médico antes de usar los métodos anteriores. Están contraindicados en algunos padecimientos (varices, problemas endocrinos, nerviosos o psiquiátricos). Además puede incrementar el peso, producir manchas en la cara, hemorragias. Se recomienda sólo para aquellos que tienen una vida sexual frecuente (Lara y Jaramillo, 1996).

c) Métodos definitivos.

✘ **VASECTOMÍA:** Es una operación que requiere solamente anestesia local, pues es una sencilla cirugía en la que se hace un pequeño corte en cada uno de los testículos. El objetivo de este corte es amarrar o cortar el conducto deferente, por lo que se interrumpe su recorrido a través de la porción escrotal alta para evitar que los espermatozoides se mezclen con el semen y de esta manera, aunque haya eyaculación, no puede haber fecundación. Los vactemizados conservan una vida sexual normal y satisfacción total.

Ventajas: Es un método seguro si la cirugía se efectúa adecuadamente, no es dolorosa y es muy efectiva.

Desventajas: El método es irreversible.

✘ SALPINGOCLASIA: También es llamado amarrar o ligaduras de trompas de Falopio. Consiste en bloquear el paso en las trompas cortándolas, cauterizándolas o ligándolas, de esta formase evita que el óvulo maduro se encuentre con los espermatozoides y por lo tanto no podrá ser fecundado. Las mujeres con ligaduras siguen menstruando de manera normal hasta la menopausia.

Ventajas: Es un método seguro si la cirugía se efectúa adecuadamente, no es dolorosa y es muy efectiva.

Desventajas: El un método es irreversible y sólo se recomienda en parejas estables y con hijos (Martínez B., Becerra M. Y Hernández F, 1996).

Durante la explicación se les mostrará cada uno de los métodos anticonceptivos (Ver anexo 7).

## ACTIVIDADES.

### 8.1. "CARTA PARA MÍ"

Objetivo: Que el adolescente asuma la responsabilidad de su vida sexual e, identifique sus valores.

Materiales: Hojas tamaño carta, sobres, plumas, y/o lápices.

Duración: 40 Min.

Procedimiento.

Se le pedirá a los alumnos que se escriban una carta así mismos, el objetivo es decirse como describen su vida sexual, si la han comenzado mencionar los motivos y describirla, si es una vida sexual segura o una vida sexual de riesgo. Si aún no la comienzan que describan por qué. En ambos casos, que mencionen como influyeron los valores de amor, respeto, honestidad, responsabilidad y lealtad para decidir su actitud.

Es importante mencionarles que la carta es totalmente confidencial, que nadie tendrá acceso a ella si no lo desean. Que lo relevante de esta actividad es que ellos se den cuenta de cómo vislumbran su propia sexualidad.

Después que hayan terminado individualmente la carta, se hará una reflexión con todo el grupo sobre la importancia de el asumir que se tiene una vida sexual, para entonces hacerse responsable y tomar medidas de prevención.

## 8.2. “ELIGIENDO UN MÉTODO ANTICONCEPTIVO”<sup>16</sup>

Objetivo: Que el adolescente reflexione sobre los diversos métodos anticonceptivos que existen y que elija el más adecuado en las diferentes situaciones y acorde a sus valores respeto, amor, responsabilidad, honestidad y lealtad.

Duración: 50 Min.

Materiales: Hojas de papel, lápices y/o plumas, tarjetas con la asignación de roles (casados con hijos o sin hijos, novios, solteros con vida sexual activa)

Procedimiento.

Dividir el grupo en parejas (un hombre y una mujer), algunos hombres quedarán solos y algunas mujeres quedarán solas. A cada pareja se le asignarán diferentes roles por medio de unas tarjetas. Dependiendo de los roles y de acuerdo a sus valores, deben decidir el método de anticoncepción que más le convenza.

Después se reunirá todo el grupo se expondrá que método que eligieron, los motivos por los que lo eligieron y exponer porque no utilizarían los demás.

## 8.3. “DECISIÓN”.

Objetivo: Discutir la dificultad de algunas actividades involucradas en el uso de anticonceptivos y la relación con sus valores personales y cómo sus actitudes influyen en su vida sexual.

Duración: 30 Min.

---

<sup>16</sup> Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

Procedimiento:

Se les pedirá que se coloque en círculo todos los jóvenes y discutirán las siguientes actividades:

1. Comprar anticonceptivos en la farmacia.
2. Ir al centro de planificación familiar.
3. Hablar con la pareja acerca de usar un método de anticonceptivo.
4. Ir al consultorio médico o ginecólogo.
5. Reflexionar seriamente con respecto a usar un método de control natal.

Al finalizar la discusión se resume y se analiza que actividad se le hace más difícil a los adolescentes, el por qué y cuál es la más fácil. Analizar con el grupo las razones por las cuales se les hace difícil estas actividades, destacando que por su actitud de negar la posibilidad de tener relaciones sexuales y no asumir su responsabilidad, además del miedo; cuáles son las razones por las que usualmente no utilizan métodos anticonceptivos.

## Tema 9: Embarazo

Objetivo: Conocer, examinar e identificar los factores y las consecuencias del embarazo en la adolescencia.

Un gran porcentaje de los embarazos que se presentan en la adolescencia son accidentales, es decir, no planeados y ocurre frecuentemente cuando los jóvenes no están informados sobre el embarazo y como protegerse de él, además de la inexperiencia.

En México, se reporta que el 12% de nacimientos de niños fueron de madres entre los 15 y los 19 años de edad y existe información que indica la existencia de embarazos en adolescentes menores de 15 años (Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. 1993).

El embarazo es una decisión muy seria que implica primero, respeto hacia la pareja con el fin de tomar decisiones asertadas y de común acuerdo; segundo responsabilidad hacia el futuro propio y de la pareja, así como el plan de vida para ambos y libertad para decidir lo que en realidad se quiere.

Además de esto hay que considerar las posibilidades económicas, psicológicas y afectivas con las que se cuenta para tomar una decisión de tal magnitud. Una pareja responsable deberá prever las consecuencias que pueda acarrear la resolución que se haya tomado sobre la manera de asumir su sexualidad.

El embarazo se define como el tiempo que tarda en desarrollarse el producto de la concepción, desde la fecundación hasta su expulsión aproximada de 9 meses, 280 días o bien 40 semanas; el periodo de gestación varía de un

nacimiento a otro, inclusive con la misma mujer, y también según el sexo del producto. La edad ideal para embarazarse es de entre 20 y 30 años.

El nuevo ser concebido atraviesa por 9 meses de gestación en los que ocurren los siguientes cambios:

Primer mes. El óvulo es fecundado y emigra por la trompa hasta la cavidad uterina; al crecer, se transforma en embrión, es más de la mitad de su volumen, se observa esbozos de ojos y orejas, corazón con dos cavidades. Tamaño 1 cm. peso  $\frac{1}{2}$  gr.

Segundo mes. Se advierten arcos y hendiduras viscerales, las extremidades son rudimentarias, la cabeza es desproporcionadamente grande, en tanto que los ojos, la nariz y la boca son pequeñas. Se reconocen claramente la cabeza, cuello, tronco y miembros con sus partes. Tamaño 4 cm. Peso 9 grs.

Tercer mes. El embrión empieza a tener apariencia humana, se llama feto y es un delito practicarse el aborto en estas fechas, ya se distinguen los dedos y las manos, aparecen los primeros focos de osificación. Los genitales son poco diferenciados. Tamaño 9 cm.

Cuarto mes. El sexo del feto puede ser determinado con exactitud puesto que sus genitales externos están bien diferenciados y ya se vuelve muy activo. Tamaño 20 cm. peso 40 grs.

Quinto mes. Aparecerán las uñas y pelos, el aparato digestivo, riñón, jugos orgánicos y bilis, vello fino, y el corazón palpita al doble que el adulto. Tamaño 35cm. peso 1000 grs.



Sexto mes. Glándulas suprarrenales, núcleos de osificación, grasa subcutánea. Piel delgada que empieza a arrugarse, la cabeza es todavía bastante grande en comparación con el tronco.

Séptimo mes. El cerebro continúa con su desarrollo, es decir, se vuelve más complejo. El rostro se afina, el dibujo de la nariz es más firme, las orejas más grandes. Está dotado de todo lo necesario para nacer, pero le falta desarrollo. El sexo ya es visible el feto puede nacer y vivir. Tamaño 40 cm. peso 1200 grs.

Octavo mes. Comienza la osificación general y abundante de tejidos subcutáneos. El feto tiene aspecto de viejito, gira sobre sí mismo. Si nace sobrevivirá con cuidados necesarios. Tamaño 45cm. peso 2500 grs.

Noveno mes. El feto utiliza estas últimas semanas para crecer y madurar. La piel es lisa y sin vello. Al final del mes el feto está perfectamente desarrollado y listo para nacer (Mc cary, 1996).

Cabe señalar que es peligroso tener un hijo en la adolescencia no sólo por las complicaciones sociales, familiares e individuales, sino por la condición física aún irregular del desarrollo. Tal riesgo puede causar infertilidad.

Los factores que facilitan que una adolescente quede embarazada, son de orden físico, psicológico, social y cultural. El desconocimiento de métodos anticonceptivos, la escasa preocupación en relación con la sexualidad, así como la inmadurez emocional que obstaculiza el análisis de las consecuencias de sus actos, son algunos de los factores que probabilizan el embarazo en la adolescencia(Shaffer,2000).

Entre los aspectos que se relacionan con los embarazos en la adolescencia son:

- Miedo a estar sola (o).
- La posibilidad de sentirse adulto.
- La carencia de afecto y tratar de buscarlo.
- La necesidad de reafirmarse como mujeres, o como hombres.
- Relación y comunicación inadecuada con los padres.
- La búsqueda de independencia.
- La curiosidad sexual.
- Presencia de embarazos premaritales en hermanas y en la madre.
- Utilizarlo como herramienta para lograr estar con el ser amado (Pierre,1989).

Consecuencias del embarazo en las mujeres:

Un embarazo de una joven, en una sociedad como la nuestra es criticado severamente, es mal visto, se le culpa, recrimina; por lo que hay una crisis familiar, la familia tiende a casar a la pareja provocando así matrimonios “forzados” que no lleva a grandes posibilidades de éxito. Además, frecuentemente la mujer debe abandonar los estudios, por lo que su preparación es deficiente y a la madre adolescente que debe buscar un trabajo y una forma de sostenerse económicamente le es muy difícil encontrar un trabajo, debido al nivel de estudios.

Consecuencias del embarazo en los hombres:

El hombre en la mayoría de los casos es quien decide casarse o no, en caso de preferir no unirse éste desaparecerá. Si por el contrario decide responsabilizarse, tendrá que servir como sostén económico de una nueva familia y para ello recurrirá en la mayoría de los casos a sus padres o a los de ella, por lo que sus expectativas e ideales que se habían forjado para vivir, pueden

modificarse o relegarse, de tal forma que se frustrará, por lo que tiende a culpar a la pareja y a su hijo por “echarle a perder la vida”(Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. 1993).

Todas las consecuencias citadas no siempre ocurren en las parejas adolescentes ya que existen parejas que planean al nacimiento de su hijo y que poseen la suficiente información acerca del embarazo.

Por todos los elementos que contemplan la toma de decisiones en estos casos, valorar cada situación particular funcionalmente depende de la mayor información que se pueda tener respecto del tema.

## ACTIVIDADES

### 9.1. “ESTOY EMBARAZADA”

Objetivo: Que los adolescentes vislumbren la posibilidad de estar embarazados y que se enfrenten con la situación, basándose en sus valores amor, respeto, responsabilidad, honestidad y lealtad.

Duración: 50 min.

Materiales: hojas de papel, lápices o plumas.

Procedimiento:

Se les pedirá a los adolescentes que realicen una lista de los sentimientos que experimentarían y las acciones que tendrían que llevar a cabo si hoy se enterarían que están embarazadas y en el caso de los hombres si su pareja estuviera embarazada. Entre las cosas que deben considerar están sus emociones respecto al embarazo, tendrían al bebé o lo abortarían; cómo reaccionarían con su pareja, con sus padres, con sus amigos y consigo mismos; cuáles serían las consecuencias más importantes, dejarían la escuela, dónde vivirían, entre muchos otros aspectos.

Cuando cada uno de los jóvenes hayan terminado se comentará la experiencia, qué sintieron, cuáles son los sentimientos respecto al embarazo y se reflexionará sobre las consecuencias más relevantes. Además, se sugiere destacar cómo los valores determinan la actitud en las diversas situaciones y cómo en una misma situación cada uno actúa según sus características.

## 9.2. “SOCIODRAMA DE EMBARAZO NO DESEADO”<sup>17</sup>

Objetivo: Analizar las consecuencias de un embarazo no deseado en la adolescencia.

Duración: 50 min.

Procedimiento:

Se explicará que se va a realizar un sociodrama o representación acerca del embarazo en una pareja adolescente por lo que se requiere 10 voluntarios (pareja adolescente, padres del novio, padres de la novia, amigo del novio, amiga de la novia, maestra, médico, sacerdote.). se asignarán los papel por azar ó por solicitud de los participantes. Los voluntarios deberán escoger el nivel socioeconómico de la pareja, el medio social y las características.

Posteriormente se le darán las siguientes instrucciones. La historia comenzará en un parque, donde se encuentra la joven esperando a su novio ella no sabe como darle la noticia de que está embarazada, ella ya esta segura del embarazo, pues se hizo el examen y ahora se lo va a comunicar al novio. Después de hablar con el novio, ella habla con su amiga; y el chico habla con su mejor amigo. Posteriormente, ambos hablan con la maestra y con el médico y por ultimo cada uno habla con sus padres. Se les dará 5 minutos aproximadamente para cada diálogo entre personajes.

Al terminar el tiempo, se pedirá un aplauso para los actores, se les preguntará que sentimientos les produjo la representación de esos papeles. Se propiciará los comentarios del grupo y se cerrará el ejercicio comentando con el grupo las consecuencias biológicas, psicológicas y sociales entre otras.

---

<sup>17</sup> Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

### 9.3. TAREA “PREGÚNTALE AL EXPERTO” (opcional)

Objetivo: Conocer de forma directa las consecuencias del embarazo en la adolescencia.

Procedimiento: Pedir a los adolescentes que le pregunten a una persona (hombre y/ o mujer) que haya tenido un hijo durante la adolescencia, haciéndole énfasis las siguientes preguntas:

- ◆ ¿Qué sentiste cuando te enteraste que estabas embarazada?
- ◆ ¿Cómo manejaste la situación con tus padres, con tu pareja, con tu familia y amigos?
- ◆ ¿Cómo cambio tus planes de vida ese acontecimiento?
- ◆ ¿En qué cambio tu vida el nacimiento de tu hijo?

## Tema 10: **Asertividad**

Objetivo: Conocer e identificar las conductas asertivas para aprender a expresar y defender emociones, sentimientos o actitudes.

Existen tres clases de personas, las pasivas, las asertivas y las agresivas.

Las personas agresivas son las que pelean, acusan, amenazan, y en general se comportan con agresión hacia los demás sin tener en cuenta sus sentimientos. El comportamiento agresivo suele aparecer como consecuencia de la cólera o la ira y de la incapacidad para autocontrolarse. En general, la persona agresiva o que se comporta agresivamente en un momento concreto, no suele sentirse satisfecha de sí misma, y lo que consigue es que los demás no quieran tenerla cerca, y fácilmente pueden, también, ser agresivos con ella.

Se dice de la persona pasiva que no sabe expresar sus sentimientos y no sabe defender sus derechos como persona. La persona pasiva, por lo general, no se siente satisfecha, ya que no consigue decir lo que piensa o siente y no hace llegar su mensaje a los demás. Suele sentirse insegura, poco aceptada y tenida poco en cuenta por los demás.

Las personas asertivas son aquellas que tienen la habilidad personal que permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás (Lara y Jaramillo, 1996).

Definición

La palabra asertividad proviene del latín *asserere*, *assertun*, que significa afirmar, así pues asertividad significa afirmación de la propia personalidad, confianza en sí mismo, autoestima, aplomo, fe gozosa en el triunfo de la justicia y la verdad, vitalidad purante, comunicación segura y eficiente.

También se define la conducta asertiva como la expresión adecuada de cualquier emoción, hacia otras personas, el sujeto debe comportarse con aplomo y defender sus derechos. En la asertividad se destaca la libertad emocional como el reconocimiento y expresión adecuada de todos y cada uno de los propios estados afectivos; la conducta asertiva emerge como ese aspecto de la libertad emocional que se refiere a la defensa de los propios derechos, esto se supone que es: reconocer los propios derechos, hacer algo al respecto para realizarlos, hacerlo dentro del marco de la lucha por la libertad emocional. El que no sabe afirmar y defender sus derechos tiene poca libertad, se siente incómodo y temeroso y, en su hambre de libertad, puede mostrarse a veces rencoroso y desagradable, con estallidos fuera de tono; es importante aclarar que el reconocimiento de los propios derechos supone el reconocimiento de los derechos de los demás y el respeto de los mismos (García y Medina, 1996).

Las características de una persona asertiva son:

- a) Se siente libre para manifestarse, mediante sus palabras y actos parece hacer esta declaración "este soy yo".
- b) Puede comunicarse con personas de todos los niveles, por ejemplo, amigos, familiares y extraños; esta comunicación es siempre abierta, directa, franca y adecuada.
- c) Tiene una orientación activa en la vida, va tras lo que quiere.
- d) Actúa de un modo que juzga respetable al comprender que no siempre se puede ganar, acepta sus limitaciones, sin embargo intenta siempre con todas sus fuerzas lograr sus objetivos, ya sea que gane o pierda, conserva su respeto propio y su dignidad.



- e) Acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas con delicadeza, pero con firmeza. Establece quienes van a ser sus amigos y quienes no.
- f) Se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos evitando los dos extremos, la represión y la agresión.

Las personas que reúnan estas características tendrán la capacidad de:

- Expresar sentimientos y deseos positivos y negativos de una forma eficaz, sin negar o menospreciar los derechos de los demás y sin crear o sentir vergüenza.
- Discriminar entre la aserción, la agresión y la pasividad.
- Discriminar las ocasiones en que la expresión personal es importante y adecuada.
- Defenderse, sin agresión o pasividad, frente a la conducta poco cooperadora, apropiada o razonable de los demás.
- La aserción no implica ni pasividad, ni agresividad.

La habilidad de ser asertivo proporciona dos importantes beneficios:

- Incrementa el autorespeto y la satisfacción de hacer alguna cosa con la suficiente capacidad para aumentar la confianza y seguridad en uno mismo.
- Mejora la posición social, la aceptación y el respeto de los demás, en el sentido de que se hace un reconocimiento de la capacidad de uno mismo de afirmar nuestros derechos personales (Rodríguez, 1991).

La ventaja de aprender y practicar comportamientos asertivos es que se hacen llegar a los demás los propios mensajes, expresando opiniones, mostrándose considerado. Se consiguen sentimientos de seguridad y el reconocimiento social. Sin duda, el comportamiento asertivo ayuda a mantener una alta autoestima. En todo caso, para aprender asertividad es completamente

imprescindible tener bien claro el hecho que tanto el estilo agresivo, como el pasivo, por lo general, no sirven para conseguir los objetivos deseados.

La forma de interaccionar con los demás puede convertirse en una fuente considerable de estrés en la vida. El entrenamiento asertivo permite reducir ese estrés, enseñando a defender los legítimos derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido. En definitiva, cuando se es una persona asertiva hay una mayor relajación en las relaciones interpersonales (Pick, 1991).

## ACTIVIDADES

### 10.1. “PIENSA RÁPIDO Y HABLA CLARO”<sup>18</sup>

Objetivo: Distinguir las frases asertivas de las que no lo son y modificar las frases que no sean asertivas para que lo sean.

Duración: 30 min.

Materiales: Frases (ver anexo 2)

Procedimiento:

Formar dos equipos con los adolescentes. Se les explicará que la dinámica consiste en identificar el tipo de frase que se les dirá entre (pasiva, agresiva o asertiva). Se leerán las frases al azar y dará un minuto para que identifique el tipo de frase, el equipo que levante primero la mano tendrá la oportunidad de explicar las razones de su clasificación, corregirá la afirmación. Si su respuesta es correcta ganarán un punto de lo contrario se les restará un punto. Al término de las frases, sumar los puntos obtenidos por cada equipo y dar premios a los ganadores. Se cerrará el ejercicio comentando con los adolescentes las dificultades que tuvieron para realizar la actividad.

### 10.2. ¿SOY ASERTIVO?

Objetivo: Evaluar si pueden expresar sus ideas de forma asertiva y bajo presión.

Duración: 30 min.

Materiales: Una pelota pequeña.

---

<sup>18</sup> Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

Procedimiento:

Se pedirá a los jóvenes que formen un círculo, de tal forma que todos puedan verse, el instructor se integrará al círculo y comenzará la actividad diciendo el nombre de un compañero al cual le aventará la pelota y al mismo tiempo le hará una pregunta o afirmará algo sobre esa persona. La persona que nombró, tomará la pelota y tendrá que responder a la pregunta o a la afirmación. Sus compañeros evaluarán la respuesta y decidirán si fue asertiva, pasiva o agresiva. Si deciden que no fue asertiva otro compañero puede mencionar como pudo contestar de forma asertiva.

Las preguntas que pueden realizarse son:

- 1.-¿Por qué no te peinas?
- 2.-¿Tienes novio?
- 3.-¿Qué sientes por mí?
- 4.-¿Te gustaría tener relaciones conmigo?
- 5.-¿Te quieres casar conmigo?
- 6.-¿Te gustaría ser mi novia?
- 7.-¿Quieres salir conmigo?

Las afirmaciones pueden ser:

- 1.-Eres un hombre o mujer mentiroso.
- 2.-Eres muy presumido (a)
- 3.-Eres bonita.
- 4.-No sabes vestir.
- 5.-Eres muy inteligente.

NOTA: Éstas pregunta y afirmaciones sólo son un ejemplo para los jóvenes.

## Tema 11: Autoestima

Objetivo: Promover el autoconocimiento de sentimientos, emociones, actitudes y gustos, además de identificar sus habilidades y limitaciones; reconociéndose como personas únicas y diferentes.

La autoestima se considera como una actitud valorativa hacia uno mismo, puede ser positiva o negativa. Estos juicios autoevaluativos se van formando a través de un proceso de asimilación y reflexión que se van interiorizando. Una buena valoración de los demás, así como los refuerzos sociales gratificantes contribuyen a elevar el nivel de autoestima; por el contrario, un alto grado de ansiedad, niveles excesivos de aspiración, una deficiente valoración disminuirá la autoestima (Pick, Aguilar, Rodríguez y Vargas, Reyes, 1993).

La autoestima es una necesidad psicológica básica para el ser humano; es indispensable para un desarrollo “normal” y sano. Su importancia es tal, que se estima como la clave del éxito o del fracaso, pues gracias a ella fortalece, motiva, impulsa a alcanzar metas, logros y permite experimentar la satisfacción. Hay que hacer hincapié en que la autoestima no es la única solución a los problemas, empero sí es una condición necesaria, ya que comprende mucho más del sentido de autovalía (Sánchez, 2003).

La autoestima está compuesta por tres aspectos básicos; el primero es el cognitivo: pensamientos, ideas, creencias, valoraciones y atribuciones. Estos pueden ser objetivos, verdaderos o no, pero guían el modo habitual de ser y comportarse; el segundo es conductual: lo que hacemos, decimos, actuamos; es decir, todas las acciones en nuestra vida diaria; el tercero es el afectivo: lo que sentimos, las emociones y evaluaciones, con respecto a las situaciones, cosas y personas que nos rodean (Torres y García, 2003).

Además el autoestima esta conformada por diferentes conceptos que la constituyen como:

- ❖ Autoconcepto: Es la parte cognitiva de la autoestima. Es lo que pensamos de nosotros mismos como personas, además es la opinión que tenemos de nuestra propia personalidad y sobre nuestros comportamientos. El autoconcepto respondería a la pregunta ¿qué clase de persona soy? Si soy graciosa, amable, egoísta inteligente, fuerte, fea, bonita, sin añadirle ningún valor.
- ❖ Autoimagen: Es la representación mental que hacemos de nosotros mismos. Es lo que se refiere a nuestro modo de ser y respondería ¿cómo soy?, soy simpático, soy infeliz, soy alegre o no otro aspecto importante de la Autoimagen es la imagen física; soy atractiva, soy fea, soy alta, baja, rubia, castaño.
- ❖ Autoaceptación: Es el reconocimiento responsable, equitativo y sereno de los rasgos físicos y psicológicos que nos limitan, así como las conductas impropias o erróneas de las que somos autores. También es importante reconocer que cada uno tiene habilidades y cualidades que dignifican a cada persona. Y debe existir una aceptación plena y sin condiciones hacia sí mismo para concedernos aprobación y respeto.
- ❖ Autoeficiencia: Significa confianza en el funcionamiento de la mente; la capacidad de pensar; comprender la realidad, los intereses y las necesidades. Además saberse competente emocional y cognositivamente (Bautista y Hernández,2003).

Después de saber quiénes somos, cómo somos, se tiene la capacidad de valorarse, estimarse, aceptarse y quererse en mayor o menor medida. Eso es la autoestima, la valoración que se tiene de sí mismo y se basa en los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que tenemos sobre

nosotros durante nuestra vida y ésta refleja el grado de gusto que tenemos por ser quienes somos, en el sentido más profundo.

La eficacia personal es un factor de la autoestima que esta determinada por la disposición , la sensación de confianza en nuestros procesos mentales y en nuestras capacidades, además de saberse competente para hacerle frente a los desafíos básicos de la vida. Otro factor es tener la convicción de que vale la pena actuar, proteger, alentar la vida y nuestro bienestar, pues eso te hace merecedor de respeto y por lo tanto te da derecho a la felicidad.

La autoestima se desarrolla cuando las personas experimentan cuatro aspectos o condiciones que son:

1. Vinculación. Es la necesidad de sentirse relacionado, sentirte parte de un grupo como la familia, amigos, clase, equipo, deporte; lo que conlleva a que exista comunicación, apoyo personal, expresión de emociones, afecto, y sentimientos.
2. Singularidad. Es el conocimiento y respeto por aquellas cualidades, atributos que le hacen especial o diferente de tal forma que al sentirse singular le proporcionan oportunidades de expresarse(verbal, artística, física y lúdicamente).
3. Poder. Es comprender que tienes la disponibilidad para modificar las circunstancias de su vida, significa que puedes ejercer influencia sobre lo que ocurre, es decir, tienes la oportunidad de elegir, recibir y aceptar las responsabilidades.
4. Modelos o pautas. Son los ejemplos que sirven para establecer la escala de valores, objetivos, ideales y modales que guían la conducta. Existen tres tipos de modelos que son los humanos (las personas), los filosóficos (las ideas), y prácticos (esquemas que provienen de la experiencia). Cabe mencionar que no es lo mismo que imitar(Sánchez, 2003).

La autoestima puede variar dependiendo de las experiencias, puede ser baja o alta. Las personas con autoestima alta tiene como características:

- ◆ Tranquilidad al hablar de los logros o de los defectos de forma directa y honesta.
- ◆ Comodidad al experimentar el dar y recibir cumplidos.
- ◆ Apertura a la crítica y reconocer los errores.
- ◆ Palabras, movimientos de tranquilidad y espontaneidad.
- ◆ Congruencia, entre lo que se dice y se hace.
- ◆ Estar abierto a nuevas ideas, experiencias y posibilidades.
- ◆ Capacidad de disfrutar aspectos alegres de la vida.
- ◆ Flexibilidad personal al responder a situaciones y desafíos por que se confían en sí mismo (Matamoros y Soria, 2003).

Algunas de las características de personas con baja autoestima son:

- ✱ Ser extremadamente crítico consigo mismo.
- ✱ Evalúan y analizan cada gesto, acto y pensamiento que realizan.
- ✱ Tiene un temor excesivo por cometer errores.
- ✱ Son muy sensibles a la crítica.
- ✱ Necesita la aprobación constante de los demás.
- ✱ También son muy exigentes con los demás.
- ✱ Tienen dificultades para hacer amigos.
- ✱ Presentan conductas desafiantes y agresivas.
- ✱ Focalizan lo negativo; sacándolo de contexto y valorando la experiencia en función de ese aspecto.
- ✱ Descalificar experiencias positivas.
- ✱ Tienden a culparse de algunos sucesos, de los que no son responsables.
- ✱ Pérdida de autocontrol.
- ✱ Desmerecen su talento y se sienten poco valorados (Matamoros y Soria, 2003).



## ACTIVIDADES

### 11.1. “MI ESCUDO“

Objetivo. Aumentar el conocimiento propio para desarrollar la identidad personal (habilidades y limitaciones) para reconocerse como únicos y diferentes.

Duración: 60 minutos.

Materiales: Dibujos de escudos (ver anexo 3), materiales para dibujar (ceras, acuarelas, rotuladores, lápices, plumones, colores, entre otros), recortes de revistas.

Procedimiento:

La actividad se realizará en tres fases:

- I. La primera fase; Se les distribuye a todo el grupo un dibujo de un escudo (ver anexo 3). En cada apartado del escudo, el alumno plasmará (como el quiera con dibujos o recortes), de acuerdo con el orden que se presenta en el número 1) tres habilidades y tres defectos; 2) que significa para él los valores (amor, responsabilidad, respeto, lealtad y honestidad); 3) el evento más importante de tu vida; 4) el momento más triste de tu vida; 5) Tu mayor triunfo; 6) tu meta más importante de tu vida o que persona te gustaría ser cuando seas mayor; 7) tres palabras que te gustaría que dijeran de ti.
- II. Una vez terminado las ilustraciones, cada alumno compartirá con sus compañeros (en grupos de 4 o 5 personas) el significado de su escudo. Cuando todos los miembros del grupo lo hayan hecho, se puede hacer públicos todos los escudos (como una exposición).
- III. Al final de la experiencia es aconsejable pedir a los alumnos que señalen en una redacción aquello que han aprendido de la actividad desarrollada.

## 11.2. "MI CREACIÓN"

Objetivo: Promover un autoconocimiento de sentimientos, emociones, valores, actitudes, gustos y deseos; para conocer la identidad personal.

Duración: 60 minutos.

Materiales: Una cartulina, recortes revistas, fotografías palabras y dibujos.

Procedimiento:

La actividad se realizará en tres fases:

- I. Se pide a los alumnos que realicen un collage titulado "yo". El soporte para tal actividad puede ser una cartulina. De lo que se trata es de que los alumnos recojan o recorten fotografías, palabras y símbolos relacionados consigo mismos: cosas que les gusta hacer, cosas que poseen, cosas que les gustaría poseer, lugares en los que han estado, gente que admiran, entre otras. No es aconsejable que sean fotos con su imagen personal, ya que se pretende un anonimato inicial. Una vez realizado el collage, se les recuerda que no deben firmarlo con su nombre.
- II. Cuando los collage individuales están completados, se exponen en la clase, invitando a los compañeros a que adivinen a quien pertenece cada creación.
- III. Cada alumno explica a toda la clase los elementos de su obra. El profesor, llegando este punto, debe hacer notar cómo cada creación es diferente a las restantes debido, básicamente, a que cada persona es única e irrepetible, a pesar de que es capaz de compartir muchas características comunes con sus semejantes.

### 11.3. "TU ÁRBOL"

Objetivo: Hacer consiente a los adolescentes de los recursos que poseen, así como los logros y éxitos enfatizando que somos un conjunto y que todos los aspectos que nos integran son importantes; incrementando la sensación de control interno.

Materiales. Un Rotafolio y lápices de colores.

Duración: 60 minutos.

Procedimiento:

Se pide a los alumnos que dibujen en el rotafolio un gran árbol, con gran cantidad de ramas y raíces; y con un fuerte tronco. Una vez dibujado el árbol, se debe escribir su nombre en el tronco con letras grandes. En las raíces, deben colocar todas sus cualidades, habilidades, valores, destrezas (por ejemplo, habilidad atlética, capacidad para hacer amigos, estudioso, simpático, tenaz, divertido, responsable, amable). A continuación, colocan en las ramas los logros más importantes que consideren han conseguido hasta ahora (por ejemplo, buenos amigos, buenas notas, saber leer, resolver problemas).

Posteriormente, se reúnen en pequeños grupo y cada uno muestra a sus compañeros su árbol, comentando cómo consideran que sus logros están relacionados con sus habilidades, por qué han escrito en las ramas esos logros, es decir, por qué los consideran como tales. Lo más importante de este ejercicio es que se fundamenta en el aprendizaje cooperativo: aprenden a valorar cosas de sí mismo y a integrar recursos, éxitos a través de los demás.

Se puede sugerir a los alumnos que conserven su árbol y continúen durante algún tiempo ampliando cualidades, valores y logros en sus raíces y ramas.

Pueden incorporar en el árbol tanto las posibles aportaciones que sus compañeros realicen durante la sesión de grupo como aquellas aportaciones efectuadas por familiares o ellos mismos, con posterioridad.

#### 11.4. TAREA “LOS ESPEJOS” (opcional)<sup>19</sup>

Objetivo: Conocer como nos perciben las personas que nos rodean; obteniendo un mayor conocimiento personal.

Duración: 60 minutos.

Materiales: Tarjetas de cartulina, el número depende de cada adolescente. (Ver anexo 4)

Procedimiento:

Se explicará al adolescente que deberá entregar 1 tarjeta a cada persona que él elija, esa persona va fungir como un espejo y va reflejar tres defectos y tres cualidades del adolescente; además de responder o completar la frase de cada tarjeta (ver anexo 4) y se entregará a las personas importantes que rodean al adolescente.

La sesión siguiente se dará un tiempo para abordar el tema.

---

<sup>19</sup> Pick S., Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. y Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

## CONCLUSIONES

La pedagogía considera que la educación es mejor cuando existen un intercambio y libre expresión de ideas, sin embargo nuestra sociedad no está preparada para consolidar una buena educación pues en realidad son pocos los padres o maestros que están formados e informados sobre el tema de la sexualidad, por lo que es difícil que se establezca un diálogo franco y abierto con los jóvenes acerca de éste tema, ya que actitudes, conductas, emociones y valores. Además la educación no sólo se recibe en la escuela, sino en la cotidianidad.

Actualmente existen talleres que su enfoque principal está en los aspectos biológicos y fisiológicos de la sexualidad, teniendo como objetivo que los individuos aprendan conceptos desligados de su realidad.

Un problema que encontramos en la educación sobre sexualidad es que los educadores (pedagogos, psicólogos, maestros) y la sociedad le atribuyen mayor importancia al proceso de información como son: 1) decidir las técnicas y métodos con el fin de lograr su memorización; 2) el que algunos programas están basados sólo en los aspectos biológicos de la sexualidad minimizando los factores psicológicos y sociales y 3) la elección de la edad adecuada para impartir los conocimientos, con esto nos referimos a que existe la idea errónea que cuando los jóvenes reciben información de tipo sexual se les alienta a llevarla a la práctica, por lo tanto retardan la enseñanza; con éstas deficiencias olvidan la individualidad de los adolescentes.

Por lo tanto en el taller propuesto abordamos temas relacionados con la sexualidad en la etapa de la adolescencia; enfatizando los valores sociales como: amor, respeto, responsabilidad, honestidad y lealtad, porque consideramos que éstos son parte esencial para la toma de decisiones. Al mismo tiempo desarrollando actividades que permitan a los jóvenes exponer sus ideas, sentimientos, dudas; de esta manera propiciando un autoconocimiento.

La aportación de éste taller es considerar a los valores como una parte fundamental en la educación sobre sexualidad, ya que, creemos que los valores son referentes o pautas que orientan el comportamiento humano y expresan intereses individuales, colectivos y mixtos; destacando que en la medida que seamos congruentes con nuestros valores se evitarán sentimientos de culpa y enojo. Por ello, en nuestro trabajo les dimos énfasis para lograr el autoconocimiento de los usuarios, de tal manera que éste conocimiento lo integren a su vida y por ende a su sexualidad.

Decidimos que el taller estuviera dirigido a los jóvenes que están en la adolescencia porque ésta etapa, se caracteriza por cambios físicos, psicológicos y sociales, provocando la modificación en sus valores para lograr reestructurar su personalidad.

Cabe destacar que no pretendemos decir que los aspectos biológicos no son importantes para la formación de los adolescentes ni tampoco que, éste trabajo mostrará información novedosa al respecto, porque, nuestra finalidad es proporcionar herramientas teóricas y además propiciar el conocimiento de sus valores exhortándolos a que tengan una actitud reflexiva y de esta forma, haya cambios conductuales.

Para cumplir dicho objetivo empezamos por dejar de lado la idea de que la sexualidad son sólo aspectos físicos y que se limita a la genitalidad, pues nuestro conocimiento nos permite afirmar que es parte integradora de aspectos físicos, psicológicos y socioculturales, por ello, planteamos actividades que permitieran ratificar sus conocimientos acerca de conceptos como: adolescencia, embarazo, enfermedades de transmisión sexual, anticoncepción, asertividad, autoestima, entre otros; y explorar la relación de estos con sus valores.

Teniendo en cuenta que la población a la que va dirigido el taller, está cursando los niveles de secundaria o bachillerato, podemos afirmar que la educación de sexualidad que obtienen es de tipo oficial (programas diseñados por la SEP), por lo que, ésta propuesta fue elaborada para funcionar como

complemento; aunque la adquisición y empleo de ésta dependerá de cada institución, ya que, los educadores interesados en impartir el taller serán los encargados de promoverlo.

Sin embargo, esto no quiere decir que el taller no pueda funcionar de manera independiente a los programas de la SEP, porque puede ser utilizado con poblaciones que no hayan ni tengan acceso a la educación oficial. Ya que el taller cuenta con el material teórico que hace referencia a los diversos temas de una forma sencilla y sintética.

Una ventaja que encontramos en ésta propuesta es, que al tratarse de un taller práctico, algunos elementos de las actividades se pueden modificar o cambiar, ya que, los que se encuentran en el taller como las frases son sólo una sugerencia, de tal forma que, se pueden adaptar a las necesidades del instructor o de los adolescentes dependiendo de las características y condiciones geográficas, culturales y sociales.

Otra ventaja es que no queremos que los conocimientos teóricos se aprendan de manera literal, sino que, los chicos desarrollen habilidades que les permitan reflexionar sobre los temas para poder sobrellevar los cambios por los que están pasando.

Al tratarse de una propuesta se pueden presentar deficiencias como carecer de confiabilidad por no llevarse a cabo; además tampoco podemos asegurar que en la práctica los objetivos se puedan cumplir.

Otra desventaja es que al tocar el tema de los valores nos enfrentamos a la subjetividad, puesto que, los valores varían de persona a persona e incluso los educadores no están exentos de adjudicar los suyos a la enseñanza. Además se tiende a confundir los valores con lo moral, es decir etiquetando las actitudes y conductas como buenas y malas, lo que daría hacer prejuicios limitando la libre decisión.

## REFERENCIAS

Aberastury A. y Knobel M. (1988). La adolescencia normal. Editorial Paídos. México.

Alcazar, F. (2000). La educación moral en las distintas etapas educativas. En red, disponible en: <http://contexto-educativo.com.ar>.

Álvarez L. y Gayou J. (1996). Sexualidad en la pareja. Manual moderno. México.

Arce C. (2001). Significados culturales, simbólicos e imaginarios de la sexualidad en el centro de atención integral Piña Palmera, A. C. Un enfoque clínico-social. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Azuela R. (1989). Maestro y alumno adolescente: mitos y realidades de su encuentro, cero en conducta 16. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Barragán G. (1991). La educación sexual. Editorial Paídos. España.

Beltrán X. (2002). Influencia de las normas familiares en las decisiones respecto a sexualidad en jóvenes solteros. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Blair G. y Jones S. (1983). ¿Cómo es el adolescente y cómo educarlo?. Editorial Paídos. Argentina.

Boyer I., Carvajal E., García F. y Ramírez M. (1999). Formación cívica y ética 1,2,3. Editorial Nuevo México. México.



Bustos R. (1994). La formación del género; el impacto de la socialización a través de la educación. Estrategias de capacitación sobre salud sexual y reproductiva del adolescente. CONAPO. México.

Cabrera S. (2001). La calidad de vida de adolescentes consumidores de cocaína. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Calvo R. (2003). La familia y el adolescente farmacodependiente. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Carreño B. y Escobar L. (2001). Significados que las parejas (hombres y mujeres) le dan a su relación afectiva. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Centeno B. (2003). Taller de sexualidad dirigido a mujeres de comunidades rurales cuidadoras de discapacitados. Un enfoque de género. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Carrillo L. y Estrada A. (2002). Valores y creencias: una mirada a cielo abierto del niño callejero de Insurgentes. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Conger J. (1980). Adolescencia: generación presionada. Harper Row, México.

Corona E. (1991). Una ética para la nueva sexualidad población y futuro. Estrategias de capacitación sobre salud sexual y reproductiva del adolescente. CONAPO. México.

Cutillas R. (2001). El sexo en la adolescencia. En red, disponible en: [www.mw.ml/informarn/htmCUE020408.adolescencia.htm](http://www.mw.ml/informarn/htmCUE020408.adolescencia.htm)

Dolto F. (1990). Sexualidad femenina. Editorial Paídos. España.

Fronzizi R. (1958). ¿Qué son los valores?. Introducción a la axiología. Fondo Cultural Económico. México.

García A. (2000). Relación entre el vínculo y el estilo de amar en el adolescente. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

García M., Ramírez G. y Lima A. (1998). La construcción de valores en la familia. GEDISA. México.

García R. y Medina H. (1996). Programa de educación sexual para adolescentes "sexualidad integral". Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Gil M. (1998). Sexualidad a través del trabajo corporal como un espacio reflexivo para las internas del reclusorio preventivo oriente. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

González J. y Landa J. (1997). Los valores humanos en México. Siglo XXI. UNAM. México.

González S. (1997). La cultura del género un factor psicosocial que influye en las disfunciones sexuales en mujeres y hombres, hetero, homo y bisexuales. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Gotwald W. (1983). Sexualidad la experiencia humana. Manual moderno. México.

Guevara E. (2001). Taller para adolescentes. Una propuesta teórica metodológica para trabajo con padres y adolescentes. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Katchadurian O. (1992). Las bases de la sexualidad humana. Editorial Continental. México.

Hall C. (1993). Compendio de psicología freudiana. Paídos. México.

Hurlock E. (1994). Psicología de la adolescencia. Paídos. México.

Lara N. y Jaramillo G. (1996). Una alternativa asertiva para la educación de la sexualidad. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

León S. y Ordóñez T. (2003). La subjetividad femenina acerca del erotismo en un grupo de estudiantes de la carrera de estilista profesional. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Lewis H. (1998). La cuestión de los valores. GEDISA Editorial. México.

Llanes B. (1982). Crisis social y drogas. Concepto. México.

López S. y Martínez B.(2001). Los valores más importantes en el estudiante universitario. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM.

López P. (2000). La televisión en la transmisión en el núcleo familiar. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Manjares A. (2000). Estudio de valores familiares en padres de familia nucleares provisionales. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Martínez B., Becerra M. y Hernández F. (1996). Adolescencia, sexualidad y SIDA: taller dinámico vivencial enfocado al cambio de actitud. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Martínez P. (2003). Los valores más importantes. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM.

Martínez V. (2003). La importancia de los valores sociales en la ética profesional del psicólogo. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Mendoza E. (2001). Folleto de prevención al abuso sexual infantil dirigido a niños hipoacusicos. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Mendoza O. y Mercado J. (1998). Una alternativa para padres sobre educación sexual de sus hijos. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Meredith S. (1986). La adolescencia. Ediciones Plesa. España.

Montoya D. (1994). Valores y psicología: aplicación en las organizaciones. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM.

Monroy A. (1980). Salud, sexualidad y adolescencia. CORA. México.

Monroy (1995)

Muss R. (1995). Teoría de la adolescencia. Paídos. México.

Pick S. Aguilar G., Rodríguez G., Vargas T. Reyes P. (1993). Planeando tu vida. Programa de educación sexual para adolescentes. Noriega. México.

Pérez P. y Arriola R. (2001). Evaluación de conocimientos y prácticas sexuales relacionadas con el VHI/SIDA en estudiantes del nivel medio superior: estudio piloto (reporte de investigación). Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Pérez J. (2001). La capacitación como parte del ejercicio profesional del psicólogo en la atención a la salud sexual y reproductiva para adolescentes. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Rage A. (1997). Ciclo vital de la familia. Plaza y Valdés. México.

Ramírez O. (2002). Propuesta para el adolescente "Taller de autoestima para la elección vocacional". Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Sánchez M. (2003). Autoestima en la adolescencia y su relación con el aprovechamiento escolar. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Serrano V., Ramírez M., Travera M. y Díaz E.(1983). Aspectos e historia de la sexualidad. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Swartz P. (1980). Psicodinámismo de la familia con niños. Kapeluz. Argentina.

Torres B. (2002). La sexualidad de la mujer en México: un análisis psicológico. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM.

Vázquez L. (1996). Educación sexual a alumnos y padres de familia de secundaria como parte de su formación educativa. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

Vargas E. y Vargas C. (1994). Afecto, educación integral, sexualidad y vida familiar, 1,2,3. Norma Ediciones. México.

Vos J. y Gale J. (1987). Guía sexual para el adolescente, conversar como amigos. Javier Vergara. Argentina.

Zavala C. (2003). La construcción de la identidad del adolescente y su relación con las instituciones sociales. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. FES Iztacala. Edo de México.

## Anexo 1. "FUEGO DE AMOR"

### Tarjetas A

➤ Masturbación

Situación: Si estuvieras en el baño masturbándote y de repente entrara tú mamá, ¿qué harías?

➤ Acto sexual.

Situación: ¿Con quién crees que te sentirías mejor al hacer el amor, con alguien a quien amaras, o con alguien que te atrajera mucho sexualmente?

➤ Uso de anticonceptivos (para mujeres).

Situación: Al tener relaciones sexuales, ¿te gustaría que tu pareja usara condón?

➤ Uso de anticonceptivos (para hombres).

Situación: ¿Cómo te gustaría que tu pareja se protegiera?

➤ Virginidad

Situación: ¿Qué piensas respecto a la virginidad?

➤ Virginidad.

Situación: Si tu pareja ya no fuera virgen ¿qué actitud tomarías ante tu pareja?

➤ Relaciones sexuales.

Situación: ¿Qué piensas de que la mujer tenga la iniciativa para tener relaciones sexuales?

➤ Relaciones sexuales.

Situación: ¿Crees que sea adecuado tener relaciones sexuales con una sola persona, o con varias?

### Tarjetas B.

- ◆ Algún(a) voluntario(a) expresará con mímica lo que tú dijiste.
- ◆ Pide a un(a) compañero(a) que haga una crítica de lo que tú expresaste.
- ◆ Pregunta a tu equipo en general si está de acuerdo con lo que tú dijiste. No importa que esto provoque una discusión.
- ◆ Dile a alguno(a) de tus compañeros (as) que comente algo sobre lo que tú dijiste como si él o ella fuera tu padre o madre.
- ◆ Pide a dos compañeros que digan un prejuicio o mito sobre el tema.

- ◆ Pide un aplauso al equipo si está de acuerdo con lo que tú dijiste y un ¡buuu...! si no lo está.
- ◆ Pregúntale a algún compañero qué haría en la situación que te tocó.
- ◆ Pide a algún(a) compañero(a) que haga alguna pregunta sobre el que se acaba de hablar.
- ◆ Pide a alguien que cuente alguna anécdota que conozca sobre el tema que acabas de leer.
- ◆ Pide a algún(a) compañero(a) que aporte alguna idea novedosa u original al tema leído.

Nota: Éstos enunciados sólo son un ejemplo, se pueden cambiar, ampliar o anexar otros.



## Anexo 2. "PIENSA RÁPIDO Y HABLA CLARO"

PASIVA: Dime que anticonceptivo usar.

PASIVA. Podemos salir cuando tu quieras.

PASIVA. Tendré relaciones sexuales cuando mi novio lo decida.

AGRESIVO. Eres tan torpe que me desesperas.

AGRESIVO. No me interesa lo que tu pienses tú vas a estar conmigo.

AGRESIVO. No me importa lo que tu digas yo no voy a usar ningún método anticonceptivo.

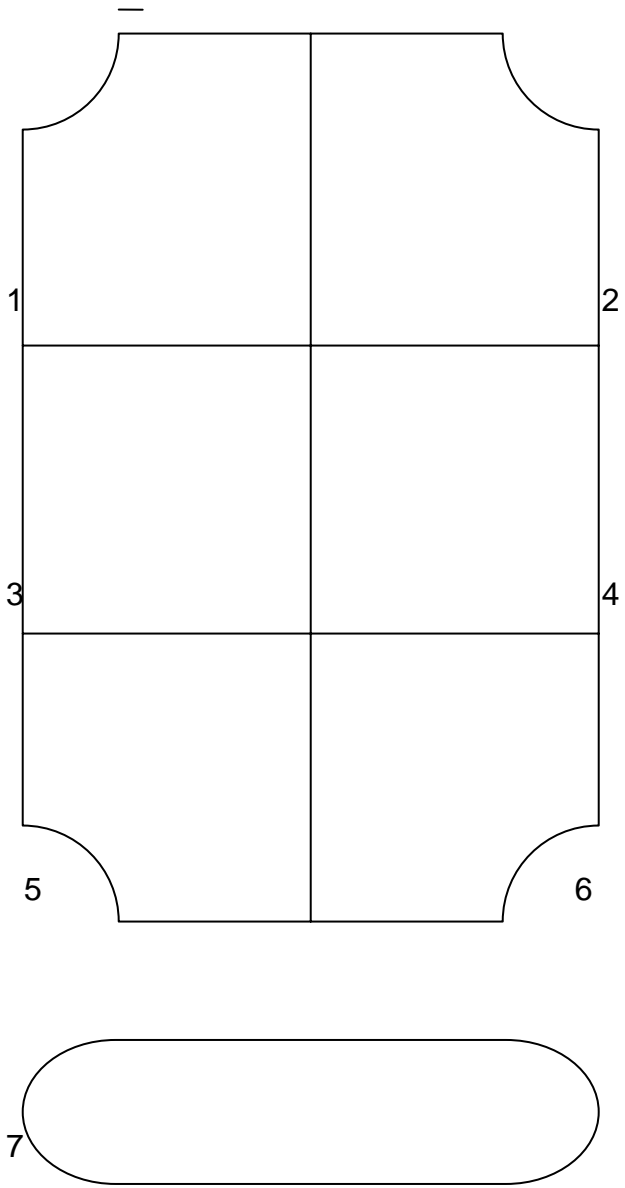
ASERTIVO. No deseo ser tú novio(a) pero podríamos ser buenos amigos.

ASERTIVO. Hoy no puedo salir contigo, te parece que salgamos otro día.

ASERTIVO. No quiero tener relaciones sexuales.

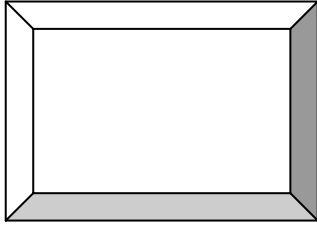
NOTA: Éstos enunciados sólo son un ejemplo se pueden sustituir, cambiar o ampliar.

Anexo 3. "EL ESCUDO"

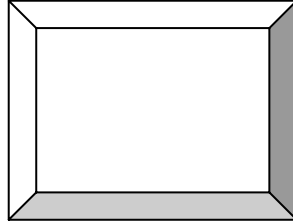


Anexo 4. "LOS ESPEJOS"

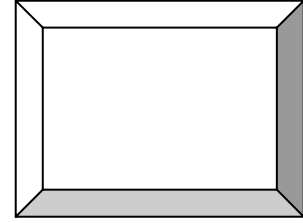
MI FÍSICO ES...



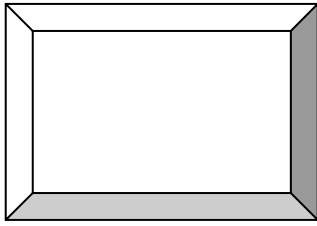
MI CARÁCTER ES...



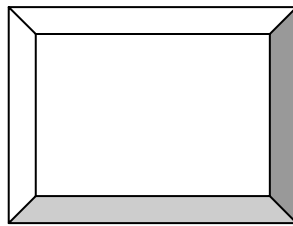
CÓMO AMIGA SOY...



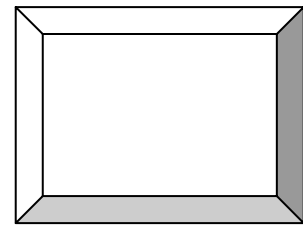
CÓMO HIJO SOY...



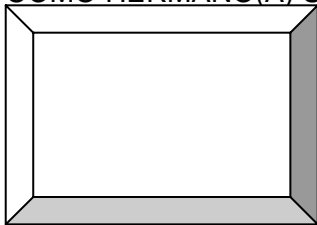
CÓMO PAREJA SOY...



CÓMO ESTUDIANTE SOY...

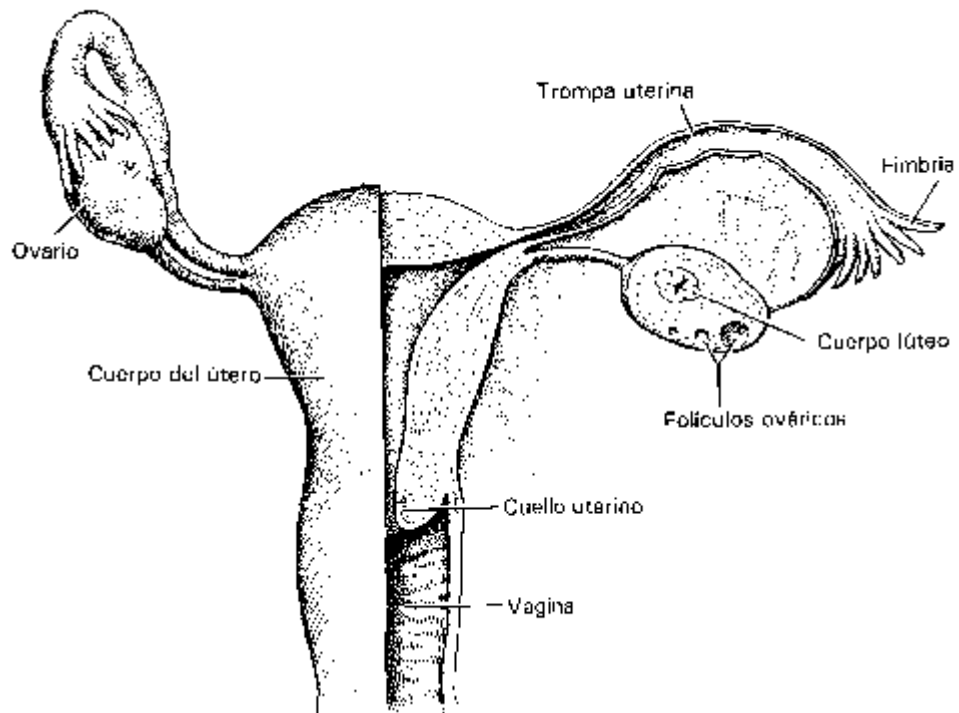
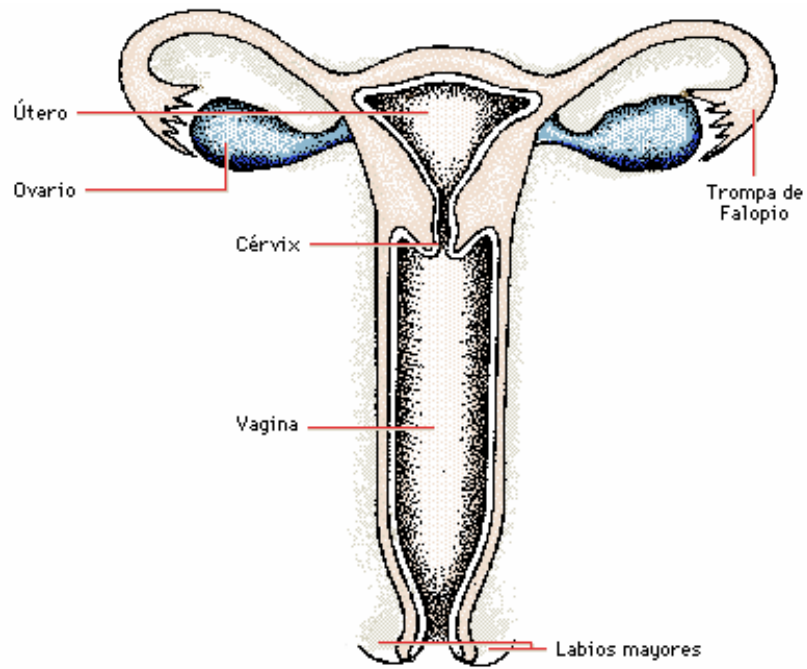


CÓMO HERMANO(A) SOY...



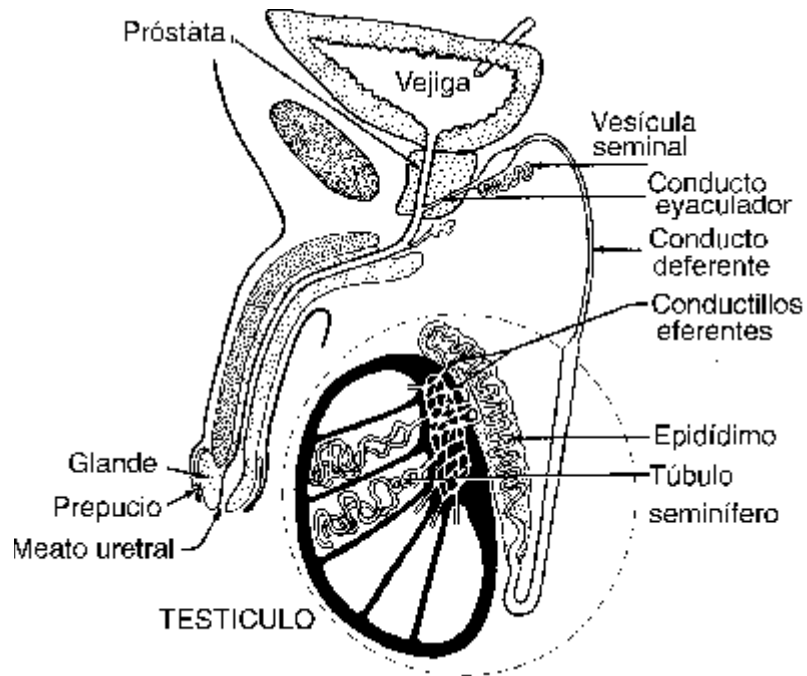
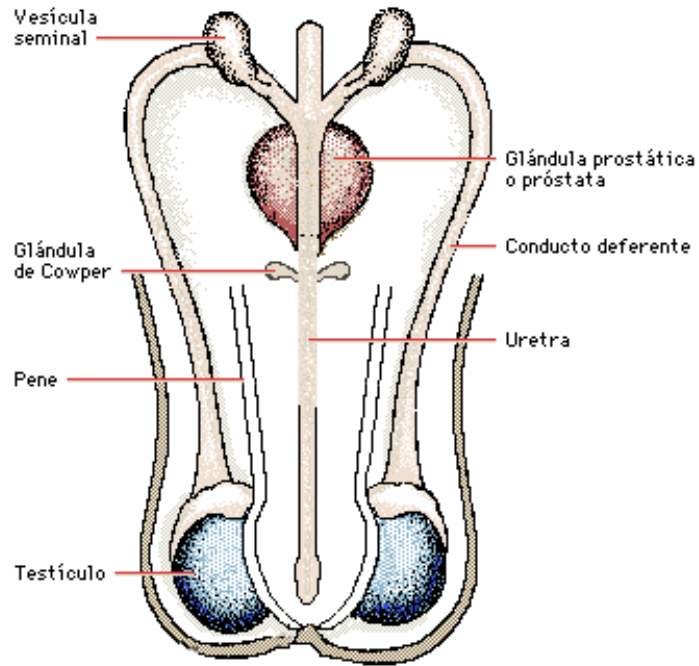
## Anexo 5. "EL EXTRATERRESTRE"

### Aparato Reproductor Femenino

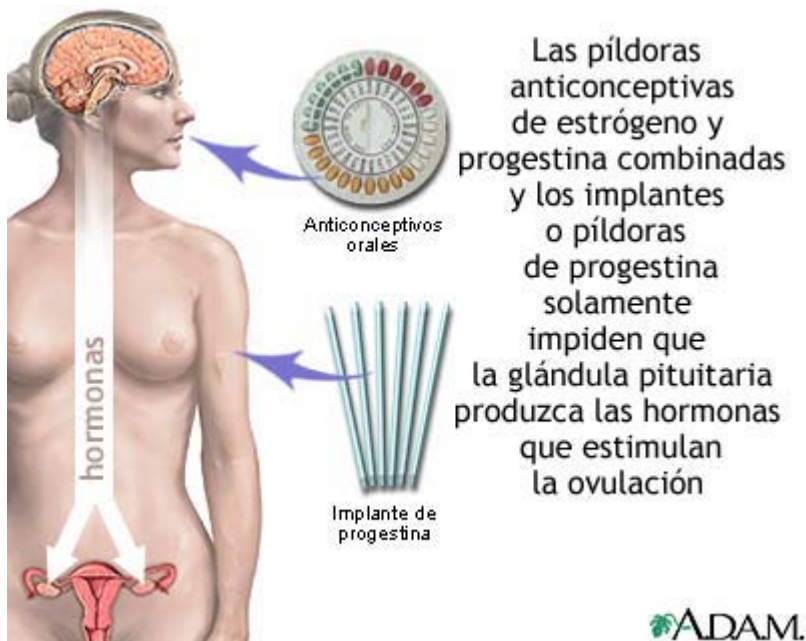
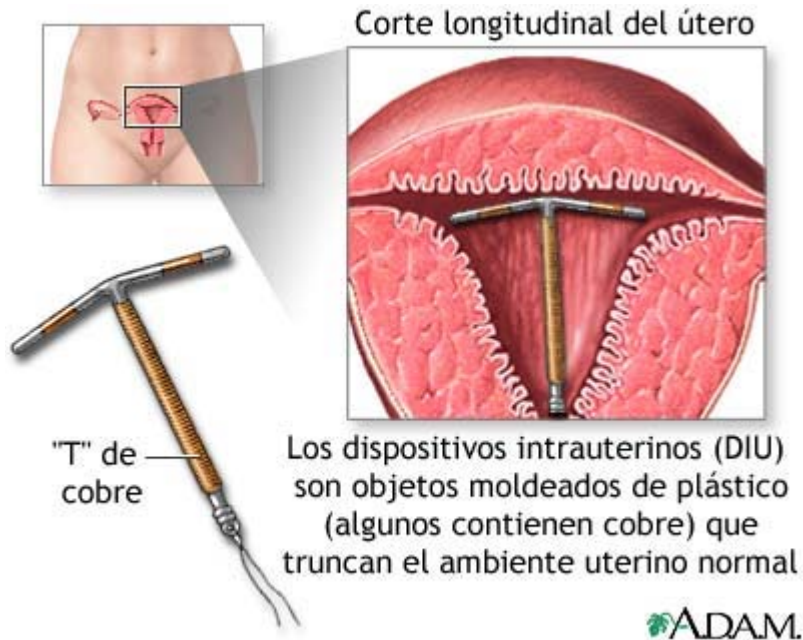


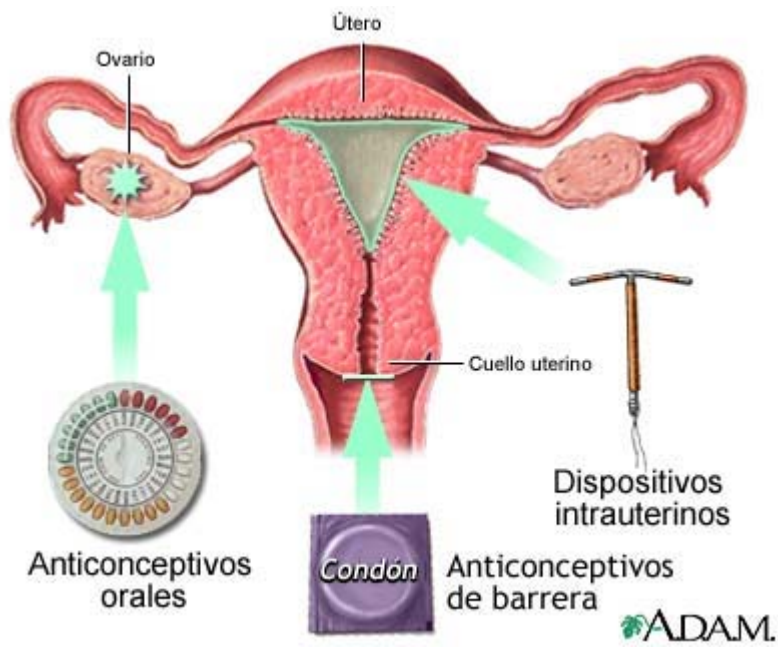
## Anexo 6. "SILUETAS"

### Aparato Reproductor Masculino



## Anexo 7 "ANTICONCEPTIVOS"





**Método de barrera:**  
 El capuchón cervical se ajusta cómodamente sobre el cuello uterino e impide que los espermatozoides penetren en el útero



Método de barrera:  
El diafragma se ajusta  
en el cuello uterino  
e impide que los  
espermatozoides  
entren al útero

 ADAM.



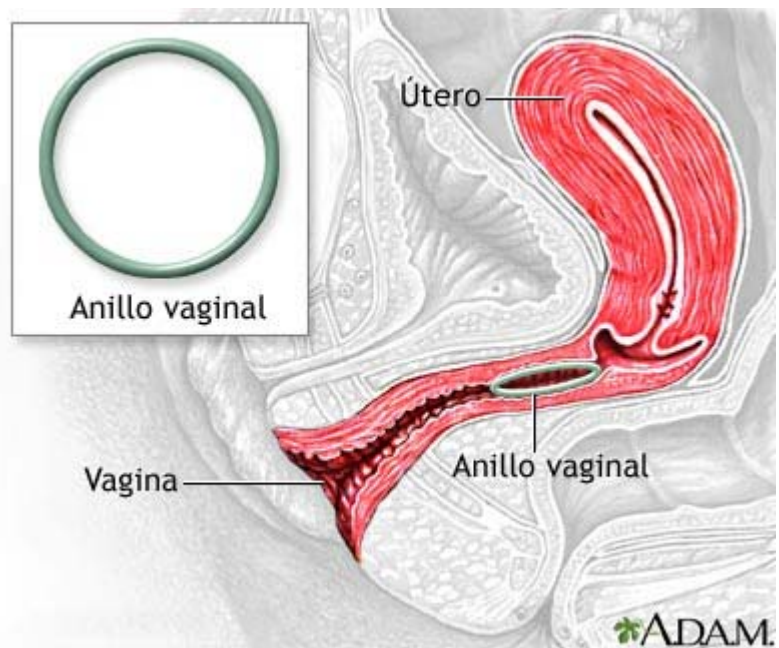
Apretar la punta del condón para  
que no quede aire adentro y  
sujetar la punta mientras  
se desenrolla en condón sobre  
la base del pene



Condón de  
látex  
enrollado

 ADAM.

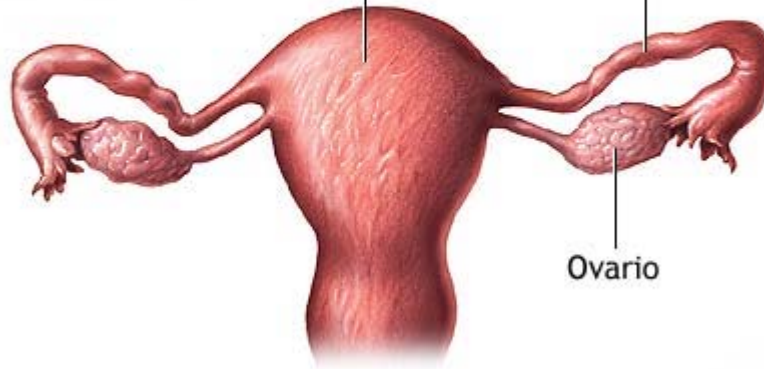






Útero

Trompa de Falopio



Ovario

ADAM.