



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA IBEROAMERICANA S.C.**

---

**INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

**CLAVE DE INCORPORACIÓN 8901-25**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**“SEXO PROBLEMA EDUCATIVO EN ADOLESCENTES Y JOVENES  
DEL NIVEL BASICO Y MEDIO SUPERIOR DE 15 A 19 AÑOS DE  
EDAD”**

**T E S I N A**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A:**

**GUADALUPE JETZIMANI FUENTES CEDANO**

**420526834**

**ASESOR DE TESINA:**

**JORGE NOE GAMEZ MORA**

**XALATLACO, ESTADO DE MÉXICO. AGOSTO 2023**



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**

*Este proyecto va dirigido inicialmente a Jakeline Cedano Clemente y Martin Fuentes Reza mis padres, quienes me han apoyado innumerables veces en mi formación académica y por confiar en mi cuando nadie lo hizo, gracias por enseñarme el significado del sacrificio, gracias por enseñarme el significado de la vida, gracias por enseñarme el significado del amor y gracias por enseñarme el significado de trabajo, gracias por darme una profesión, gracias por creer en mí, gracias mamá por acompañarme en cada larga y agotadora noche de estudio con el fin que entendiera la tarea, gracias por brindarme un techo y comida en la mesa, gracias por trabajar horas extras por solventar mis estudios, gracias por cuidarme en cada momento de mi vida, gracias papá por esas palabras de aliento en mis días difíciles, gracias por privarse de cosas materiales por pagar mis estudios, gracias por trabajar en todos momentos y es por eso que les dedico a ambos este gran logro para mí.*

*A mis hermanos Rivaldo Aldahir Fuentes Cedano por su apoyo incondicional y por guiarme en el camino de la vida y Briam Alan Fuentes Cedano gracias por siempre sacar lo positivo de todo incluso en los momentos más amargos pero que siempre eran menos estresantes contigo.*

*Lilia Clemente Noria y Domingo Cedano López mis abuelos, quienes han sido para mi como mis segundos padres, gracias por su apoyo, comprensión, afecto, amor y respaldo en mi desarrollo tanto académico como de mi vida.*

*Agradezco especialmente a todas aquellas personas que no creyeron a lo largo de mi recorrido de mi vida estudiantil la cual me han impulsado a seguir adelante y a ser una mejor persona y luchar por mis sueños, GRACIAS.*

*Agradezco infinitamente al Ing. Juan Carlos Lara Gordillo mi esposo, Gracias por tu apoyo incondicional en esos días difíciles de desvelos, enojos y de estrés que*

*pasaban constantemente, gracias por tus consejos que me has brindado a lo largo de este proyecto, gracias por tu paciencia en todo momento, gracias por animarme en esos momentos donde el mundo se venía abajo, gracias por estar a mi lado cuando podrías estar en otro lugar, gracias por generarle magia a mi vida, gracias por apoyar mis sueños, gracias por ser mi inspiración, gracias por ser mi gran amigo, mi gran confidente, mi gran amor, gracias por haber llegado a mi vida, gracias por estos días inolvidables, gracias por darme una vida llena de colores, gracias por demostrarme que existe el amor, siempre serás mi más grande héroe y finalmente gracias por tu infinito amor.*

*Y finalmente agradezco a Guadalupe Jetzamani Fuentes Cedano, gracias por no darte por vencida en los momentos más difícil y en los cuales nunca pensaste encontrar solución, gracias por luchar en tus sueños, gracias por creen en ti, gracias por siempre soñar, gracias por tu chispa, gracias por soportar los días los días de dolor, gracias por soportar los momentos de mayor frustración, gracias por superar las pruebas, gracias por lo vivido, gracias por cada experiencia que a lo largo de la vida ha enseñado que eres capaz, fuerte, valiosa e importante y gracias por ser valiente.*

## INDICE

INTRODUCCIÓN .....	1
JUSTIFICACIÓN .....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	4
OBJETIVO GENERAL.....	6
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	6
ANTECEDENTES .....	7
CAPITULO I:.....	10
SEXUALIDAD Y ADOLESCENTES.....	10
1.1 Sexo.....	10
1.2 Género.....	14
1.3 Orientación Sexual E Identidad De Genero .....	16
1.4 Noviazgo .....	19
1.5 Toma De Decisiones, Seguridad Y Privacidad .....	22
1.6 Etapas Del Desarrollo.....	25
1.7 Pirámide de Maslow.....	31
CAPITULO II:.....	34
VIDA SEXUAL .....	34
2.1 Salud Sexual Y Reproductiva .....	34
2.2 Vinculación Afectiva.....	37
2.3 Erotismo.....	39
2.4 Masturbación Y Fases Del Orgasmo .....	42
2.5 Primer Encuentro Sexual .....	48
2.5 Métodos Anticonceptivos .....	51
2.7 Enfermedades De Trasmisión Sexual (ETS) .....	67
2.9 Aborto .....	85
CAPITULO III:.....	87
EDUCACIÓN SEXUAL.....	87
3 1. Deficiencias de la educación sexual a nivel básica y media superior	

3.2 Deficiencia de la educación sexual en entidades de salud .....	90
3.3 Deficiencia de la educación sexual en casa .....	92
<b>CAPITULO IV:</b> .....	93
<b>PROPUESTA DE PLANEACIÓN DE SALUD SEXUAL PARA ADOLESCENTES DE 14 A 18 AÑOS DE EDAD</b> .....	93
4.1 Presentación .....	93
4.2 Justificación .....	94
4.3 Propósito .....	94
4.4 Objetivos .....	95
4.5 Sesión 1: Sexualidad y Adolescentes .....	95
4.6 Sesión 2: Métodos Anticonceptivos y Embarazos No Planeados .....	99
4.7 Sesión 3: Enfermedades de Transmisión Sexual .....	114
4.8 Metodología .....	123
<b>SESIÓN 1</b> .....	126
<b>SESIÓN 2</b> .....	131
<b>SESIÓN 3</b> .....	138
<b>CONCLUSIONES</b> .....	141
<b>FUENTES CONSULTADAS</b> .....	143

## INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo dará pauta a un proyecto de investigación que principalmente iniciará desde la formación educativa del tema de sexualidad dada a adolescentes de 14 a 18 años de edad.

Posterior a esto se centra la investigación en las deficiencias que se tiene en la formación de educación sexual impartida desde casa puesto que a la formación de estereotipos sociales impiden una sana educación y comunicación de padres a hijos por lo cual no existe una adquisición de conocimiento favorable.

Ahora bien, cuando hablamos del sistema educativo básico (secundaria) se puede observar que está rodeado por estereotipos sociales y que también infantilizan el tema de sexo y sexualidad haciéndolo un problema lleno de tabú incluso en un ambiente educativo en donde tiene como fin el adquirir conocimientos para un desarrollo favorable; ¿Por qué el sexo es un problema? En muchas ocasiones al hablar sobre este tema puede considerarse un tema algo prohibido puesto a que la sociedad considera que puede ser inapropiado hablar y comentar este tema con un adolescente debido a que si hablan deliberadamente de este tema puede exponerse el adolescente a iniciar una vida sexual activa y en muchas ocasiones terminar con un embarazo no deseado ahora bien al hablar de sexo y sexualidad con adolescentes no es moralmente inapropiado porque al impartir este tema puede existir hasta cierto punto un método de prevención ante enfermedades de transmisión sexual, un embarazo no deseado y puede mejorar la relación y comunicación de padre a hijo. Ahora bien, en el presente trabajo se propone una planeación educativa dirigida hacia los docentes a nivel básico y medio superior, para modificar y complementar la educación sexual en adolescentes y jóvenes.

A lo largo de la vida humana se puede observar distintos cambios físicos y psicológicos estos pueden varear, pero al igual que existen cambios a lo largo de

la vida también se debe de satisfacer necesidades a lo largo de la vida para sobrevivir, estas necesidades pueden varenar según la situación de cada individuo,

estas pueden ser necesidades fisiológicas, seguridad, afiliación, reconocimiento y por último la autorrealización; cada necesidad es fundamental pero cuando aparecen los cambios físicos viene consigo la satisfacción de necesidades fisiológicas o en otro termino satisfacer la necesidad de sexo, comer, dormir, entre otros.



## JUSTIFICACIÓN

Se optó por este tema de investigación basada en la experiencia obtenida de servicio social que fue realizada en la Escuela Secundaria Oficial 278 “Juan Jacobo Rousseau” CCT:15EES0334E de Guadalupe yancuictlalpan en la cual se pudo identificar la deficiencia que se tiene por la parte de educación sexual, las deficiencias de la misma se puede observar a que no existe como tal una enseñanza eficaz al instante de exponer los temas que engloban sexo y sexualidad dado que infantilizan y minorizan el problema que se crea al no proporcionar información adecuada, precisa y de fácil comprensión, pero haciendo hincapié cuando se proporciona información en cuestión teórica esta se vuelve ambigua y de poco impacto para los adolescentes. Ahora bien, cuando se habla de educación en casa se puede ver que al momento de hablar del tema de sexo y sexualidad de padres a hijos se vuelve un tema lleno de tabús y prejuicios que al final del día no cumplen con el propósito de impartir los temas de sexo y sexualidad haciendo que sean temas socialmente prohibidos y que causan vergüenza al momento de hablar de los mismos.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Como se ha dicho con (CONAPO, 2021) “en la ciudad de México, el 47.32 por cada mil adolescentes son madres antes de los 20 años a diferencia que a nivel nacional 69.5 por cada mil mujeres son madres entre 15 y 19 años.” Dicho de esta forma el problema de embarazo surge principalmente por una serie de factores de riesgo las cuales son por ejemplo el inicio de una vida sexual sin protección, ignorancia, estereotipos y prejuicios lo que provoca un embarazo no planeado, esto se debe a que los adolescentes inician con una vida sexualmente activa pero que en muchas ocasiones no están informados o bien no se encuentran preparados para su primer encuentro sexual y que a causa de esto llegue a terminar en un embarazo no planeado o de lo contrario se enfrentaran con enfermedades de transmisión sexual que como anteriormente se mencionó esto se da por falta de información de cómo se puede llegar a prevenir alguna enfermedad (Secretaría De Las Mujeres,2021).

Como se ha dicho con (La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico) OCDE, (2022) “México ocupa el primer lugar de embarazos adolescentes, 77 de cada mil embarazos son de mujeres menores de 19 años” con respecto a lo anterior mencionado México obtuvo el primer lugar de embarazos adolescentes pero ahora bien ¿Por qué México es el lugar número 1 país? como se sabe México cuenta con deficiencias por parte de la cuestión educativa debido a que cuando se habla del término sexo lo describen de forma teórica y de forma ambigua que en su momento cumplía con el propósito de enseñar y retener la información básica pero con forme va pasando el tiempo las formas de enseñanza se deben ir modificando al igual que información que se va a impartir en instituciones “escuelas” por otra parte la crianza tiene un gran papel significativo puesto a que la forma de crianza tiene que ver con la ideación mexicana a cual se dice que está envuelta meramente de la parte social o bien depende de la cultura y

de la formación tradicional que se tenga de cada familia si es conservadora o está más abierta a diversos temas de discusión.

## **OBJETIVO GENERAL**

Promover y modificar la salud sexual a nivel básico(secundaria), medio superior (preparatoria) y en casa para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos en adolescentes de 14 a 18 años de edad.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Transformar la salud sexual a nivel básico (secundaria) para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos.

Rediseñar la salud sexual a nivel medio superior (preparatoria) para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos

Convertir la salud sexual en casa para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos

## ANTECEDENTES

### Salud Sexual En México

En 1934 el secretario de Educación Pública Narciso Bassols quiso aplicar un proyecto de educación sexual para el nivel básico (primaria) de la ciudad de México, este fue el resultado ante el congreso panamericano del niño en Perú 1930 en el cual se hacía mención que los países latinoamericanos debían promover programa de educación sexual y especificando que debería promoverlos los mismos gobiernos ahora bien al llegar este programa no solo se centraba en la educación sexual sino que incluso se centraba en investigaciones que de igualmente tenían que ver con adolescentes como lo es la tasa embarazos y enfermedades venéreas que se daban en jóvenes y posterior a esto informar al país de la situación que pasaba de la manera más oportuna, pero en cambio diversos grupos conformados por la Unión Nacional de Padres de Familia (unpf) y la Federación de Padres de Familia estuvieron en contra del promover estos programas provocando incluso la renuncia del Secretario de Educación Pública Narciso Bassols en 1934, después de la propuesta del secretario se implementaron algunos programas de salud sexual en otros países pero no fue hasta en 1974 que se incluyó educación sexual en los libros siguiendo con la propuesta de Bassols, hubo un gran cambio en los 70s puesto a que con la llegada de la implementación de educación sexual en los libros se propuso que la educación debería ser obligatoria en el nivel básico o bien en nivel primaria puesto a que su principal objetivo de implementar este programa era disminuir y controlar la reproducción para ello se llevaron varias propuestas como lo son campañas promoviendo el uso de métodos anticonceptivos y por último promoverlo en la educación (Castillo, 2000) y (García, 2001).

Las medidas que se tomaron al momento que se implementaron los programas de salud sexual en México es el cambio de los contenidos de los libros de texto, especificando en el libro de ciencias naturales, estos libros tenían el objetivo de promover la equidad e informaban sobre las relaciones sexuales, los embarazos no deseados y de igual manera se mostraba información intentando advertir sobre la violencia sexual (Sánchez, 2001).

Ahora bien, un punto fundamental que ayudo a impulsar los programas de salud sexual en México fue la implementación del uso de condón para evitar la propagación del SIDA en 1980 puesto a que la tasa de contagio se elevaba y era necesario tomar medidas para evitar la propagación (Fuentes, 2010).

En 1975 se da la primera conferencia sobre la mujer en donde se trataron temas de promover la integridad corporal y la capacidad reproductiva que debe tener cada mujer o bien se puede definir que las mujeres pueden decidir en su vida reproductiva, en 1976 se estableció el pacto internacional de derechos civiles y políticos en la cual se especificó la protección del derecho a la igualdad, seguridad y el derecho a la intimidad, la intimidad es un derecho que se debe tener tanto como hombres como mujeres, 1979 se elimina todo tipo de discriminación hacia la mujer en la cual se resaltó que se debe reconocer a que toda mujer tiene derecho al acceso de cualquier ser servidor público donde pueda informarse ante la planificación de familia, en 1994 la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo reconoció los derechos reproductivos y se les da la misma importancia que a los derechos humanos, en 1995 se da la cuarta conferencia de la mujer donde se resalta los derechos humanos de la mujer, dentro de estos se resalta el control de su sexualidad, en 1999 se dio Declaración Universal de los Derechos Sexuales de Hong Kong el cual tiene gran significado puesto que define que el ser humano tiene la necesidad de satisfacer sus necesidades básicas como lo es el sexo, en el 2000 CEDAW solicita que todos los estados las mujeres ya sea jóvenes y adolescentes reciban el acceso a métodos anticonceptivos, orientación y educación sexual, 2004

la IX Conferencia Regional sobre la Mujer de América Latina y el Caribe donde se implementó la legislación del ejercicio responsable de los derechos sexuales y reproductivos y de igual manera se describe la eliminación de discriminación de los servidores de salud pública en 2013 Primera Reunión de la Conferencia Regional sobre Población y Desarrollo de América Latina y el Caribe se trataron asuntos como lo son el respeto de los derechos sexuales de cualquier persona sin importar su orientación sexual, en 2017 se establecen los principios de Yogyakarta que establece la aplicación de la legislación internacional de los derechos humanos sin importar su orientación sexual e identidad de género (CONAPO, 2021).

# CAPITULO I:

## SEXUALIDAD Y ADOLESCENTES

### 1.1 Sexo

Etimológicamente, la palabra “sexo” proviene del latín *sexus*, que significa “cortar o dividir” esto ya varea según la especie del animar ahora bien con respecto a lo anterior el término “sexo” hace una separación en cuestiones biológicas de distintas especies incluyendo al ser humano (Zapiain,2000). El sexo hace referencia a distintas divisiones que describen a un ser de otro, pero ahora bien “la división y clasificación en machos y hembras se basa a partir de sus características biológicas, tales como los genitales es decir (el pene en los hombres y vagina en las mujeres).” (RAE, 2008)

En efecto el sexo tiene que ver con el origen del ser humano o bien se puede interpretar con lo que nace uno mismo bilógicamente, anatómicamente y cromosómicas; otro punto fundamental que se debe mencionar son las características cromosómicas las cuales tienen que ver con la información genética de cada individuo y posterior a esto da pauta a las características físicas, fisiológicas y bioquímicas que se heredan de padre a hijo, en caso de los hombres corresponde a 1 cromosoma “X” y “Y” en el caso de las mujeres corresponde a 2 cromosomas “X”.

Refiere Fernández y Álvarez, (2011) plantean que “el sexo es una interacción entre componentes biológicos complejos, tales como la genética, las hormonas y las respuestas cerebrales diferenciadas, pero que se manifiestan y desarrollan en el ámbito de lo psicosocial a partir del dimorfismo sexual.”

De igual manera se encuentran distintos significados posibles del término de sexo: “división entre macho-hembra” en esta división se da en caso de diversas



especies, “conjunto de seres pertenecientes a un mismo sexo” se da principalmente cuando se quiere englobar a un grupo que tal vez no sean de la misma especie, pero del sexo igual, “órganos sexuales” en caso de la hembra vagina y en caso del macho pene y “elemento biopsicosocial que le da identidad al individuo” este se basa en 3 aspectos importantes el cual se refiere a el estado de salud biológico, el psicológico y el social. dicho lo anterior mencionado se puede hacer énfasis que el sexo es un compuesto biológico que tiene cada animal o ser humano, se diferencia por los órganos sexuales de cada uno. (RAE,2008)

El "sexo" hace referencia a las características distintas características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres, mientras que el "género" se refiere a los roles, conductas, actividades y atributos construidos socialmente que una cultura determinada considera apropiados para hombres y mujeres (OMS, 2000). Ahora bien, cuando se habla del término “sexo” se refiere a los aspectos biológicos con los que se nace, estos pueden ser en caso de mujer (vagina) y en caso de los hombres (pene y testículos). En muchas ocasiones las personas refieren que el término “sexo” debe hacer referencia al acto coital y dejan a un lado la parte biológica del ser humano.

Dando un enfoque más abierto y de mayor comprensión se menciona que el sexo se puede dar claramente por tres caminos esto según La Metamorfosis De La Pubertad del autor Sigmund Freud el cual menciona que esa combinación de excitación y placer de un individuo que cambia de ser infante a ser parte de la pubertad ahora bien: camino exterior el cual hace referencia a que es un medio por el cual se da principalmente una excitación en las zonas erógenas, interior del organismo en el cual tiene que ver la parte orgánica de cada individuo este puede consistir desde una idea o reacción en el cerebro y por último se tiene vida anímica en el cual consiste en un repositorio de impresiones externas y un receptor el cual tiene como un resultado la misma reacción de excitación. Esta excitación sexual

tiene que ver con algunos signos; Anímicos: alteraciones en los genitales (erección del miembro masculino y la humectación de la vagina). (Freud, 2019)

- Acto Sexual

El acto sexual lo podemos definir como una necesidad del cuerpo, pero dando una perspectiva más amplia se puede definir como “coito” o “relación sexual” que consiste en la penetración del pene estando erecto en la vagina este acto puede consistir en dos individuos de distintos sexos (hombre o mujer) o bien del mismo sexo posterior a esto se implica los órganos reproductores de cada individuo.

Ahora bien, se encuentran dos puntos importantes que se da al momento de tener relaciones sexuales: la finalidad de reproducción, este punto se da principalmente en generaciones pasadas donde al momento de tener el acto sexual solo importaba el fin de tener familia, la otra finalidad es de satisfacción de una necesidad, en la cual se involucra el erotismo de ambos individuos (Rodríguez, 2007).

Las necesidades fisiológicas se caracterizan en las necesidades básicas que ayudan a un ser a sobrevivir estas comprenden en alimento, agua, oxígeno, sueño y sexo. cuando las necesidades biológicas no se cubren de manera adecuada, la persona dirige casi todas sus energías a satisfacerlas. Dicho lo anterior cada individuo siempre buscara satisfacer alguna necesidad, en caso del sexo visto desde un punto de vista “saludable” se puede ver en una disminución de estrés, ayuda a estabilizar en ocasiones el sueño (Doubront y Doubront, 2020).

Otro punto fundamental durante el acto sexual el cuerpo libera mayor cantidad de oxitocina, dopamina, serotonina, noradrenalina y en ocasiones adrenalina; estos neurotransmisores son la principal fuente de felicidad y tranquilidad que experimenta cada individuo.

Inicialmente el individuo debe tener claro que el acto sexual debe tener una serie de procedimientos para lograrlo para lo cual este debe tener un estímulo externo, por ejemplo: tocamiento de la zona erógena o bien las alteraciones genitales lo cual provoca una tensión sexual y si existe mayor tensión sexual existe una elevación de la excitación que provoca el acto sexual. (Freud, 2019).

## 1.2 Género

Según la OMS (2000) refiere “considera que "hombre" y "mujer" son categorías de sexo, mientras que "masculino" y "femenino" son categorías de género.” Ahora bien, cuando se habla de la parte de género se hace énfasis a un concepto social al cual se estipula que cuando nace un individuo sea hombre o mujer deben seguir un patrón dictado por la sociedad, tradicionalmente se piensa que cuando un individuo nace y este sea conocido como “hombre” debe tener ciertas características de vestimenta, de comportamiento hasta incluso del habla ejemplo: si es hombre se debe caracterizar por usar el color azul, debe jugar fútbol, debe reprimir emociones para no mostrar momentos de debilidad frente a otros niños, en caso de que el individuo sea “mujer” debe cumplir con la caracterización de ser delicada, usar el color rosa, tener un tipo de voz delicado y hasta en cierto punto sumiso.

Inicialmente cuando nace un nuevo individuo se pretende la esperada llegada de un nuevo ser, se prepara la ropa y los artículos de limpieza que se utilizaran después del parto, pero habitualmente cuando se sabe el sexo del individuo este debe llevar ciertos patrones ejemplo: si es mujer todos los artículos que se deben llevar son de color rosa y si es hombre se observa que los artículos deben ser azules. (Alfaro,1999).

Cabe resaltar que no siempre el género toma la decisión de cada individuo de cómo actuar y de cómo vestir, es una decisión que se toma a lo largo de la vida

El género se considera que son etiquetas sociales (niño y niña) en la cual tiene que ver la parte superficial de una persona no importa su orientación sexual y lo que realmente importa es cumplir con estas etiquetas que tendrán como resultado la aceptación de la sociedad, esto depende de distintos factores tal como normas, ideas, creencias, valores que tiene una cultura (Campillo y Pérez, 1998).

La construcción de género depende significativamente de una cultura a otra. La construcción de género se relaciona con otras condiciones objetivas y subjetivas en la vida de cada individuo: su cultura, la etnia a la que pertenece, su clase social, su edad, su pertenencia a una comunidad religiosa, su planteamiento político, la historia de su comunidad y su historia familiar hacen a lo cual dependiendo de la cultura donde se esté haya nacido dependerá de que concepción de género se tiene (Alfaro,1999)

El conjunto de creencias, prescripciones y atribuciones construye la diferencia sexual socialmente hablando, la cultura por otra parte se encarga de hacer esta división y clasificación de cada persona, estas clasificaciones tienen que ver con lo propio del hombre y lo propio de la mujer.

Según (Lamas,2007). Refiere que “La cultura es un resultado, pero también una mediación. Lo simbólico es la institución de códigos culturales que, mediante prescripciones fundamentales como las de género, reglamentan la existencia humana”. Se puede decir que la parte simbólica tiene un gran impacto en la sociedad puesto que son creencias e ideas que al final del día toman una decisión al momento en que nace un individuo.

La cultura se puede englobar en dos conjuntos de conocimientos y aprendizajes que permite a una persona desarrollar su juicio crítico a lo largo del crecimiento de una persona posterior a esto puede hacer énfasis que la cultura influye de forma directa la toma de decisiones en un grupo de personas y para finalizar describe la cultura como un conjunto de modos de vida y costumbres, conocimientos, grado de desarrollo artístico, científico, industrial, en una época, grupo social y escuela

### **1.3 Orientación Sexual E Identidad De Genero**

La orientación sexual hace referencia a quién siente atracción romántica, emocional y sexual, mientras que la identidad de género no se trata de hacia quién sientes atracción, sino de la identificación de uno mismo, es decir: hombre o mujer

Cuando se habla de orientación sexual se piensa usualmente que la orientación se da en la adolescencia o bien en un aspecto más grande en la etapa de la juventud en la cual se cree que la persona ya ha madurado y toma decisiones de su sexualidad, pero actualmente las generaciones de ahora tienden a experimentar y a tomar decisiones desde la adolescencia puesto a esto se realizó un estudio hecho por (Cortes et al., 1998) en el cual resalto que los adolescentes antes de los 15 años dan apertura al inicio con su vida sexual dando como resultado una identificación de su orientación sexual desde antes de los 15 años, pero ahora bien será cierto que los adolescentes están preparados para tomar una decisión antes de una maduración psicológica, se puede poner en duda lo antes mencionado pero al igual puede ser objetivo puesto que se puede basar en la experimentación de cada adolescente donde puede llevar a cabo una diversidad de experiencias sexuales a lo cual llevaran una identificación de su sexualidad.

Otro punto fundamental dentro del desarrollo de la orientación sexual es que existen muchos estereotipos y en cierto grado miedo de experimentar otras orientaciones puesto a que dentro del ambiente en donde se encuentre el adolescente, en ocasiones cuando se crece en un lugar donde el ambiente es conservador de tradiciones y creencias donde al tener otro tipo de orientación son discriminados lo cual reprime de tal forma la curiosidad de experimentar fuera de lo común.

Otro tema a considerar es la homofobia dentro del sistema educativo, este tema se ve muy seguido y constante puesto a que en muchas ocasiones los distintos docentes o bien maestros no aceptan o aprueban las distintas orientaciones sexuales que se presentan en un salón de clases y como resultado lo vuelven un tema tabú y prohibido dentro de las aulas o hasta incluso toman otras medidas como el expulsar a los estudiantes, castigos y reprimendas para no volver a tener un comportamiento donde involucre adolescentes bisexuales, homosexuales y/o lesbianas, aunque no solo los docentes presentan esta homofobia sino que los mismos compañeros se encargan de hacer Bull ying esto puede consistir en malos tratos, acoso, gritos y hasta incluso golpes, esto puede provocar de dicha forma que el adolescente acosado tome decisiones extremas de hasta incluso quitarse la vida antes de regresar a las labores de estudiante. (Genérela y Pichardo, 2005).

Según (REA,2023) describe el termino de homosexualidad como “Dicho de una persona: Inclined sexualmente hacia individuos de su mismo sexo” y “Dicho de una relación erótica: Que se produce entre individuos del mismo sexo”. Dicho lo antes mencionado se puede hacer énfasis que las personas homosexuales son aquellas personas que coloquialmente conocemos como lesbiana o bisexuales. Ahora bien, el termino bisexualidad hace referencia a “Inclinación erótica hacia individuos de uno y otro sexo”. Aquí se muestra que es una orientación donde se basa en no solo una atracción de un sexo si no que de dos sexos.

El termino Pansexual refiere “Atracción sexual hacia cualquier individuo u objeto”. Esta orientación se da principalmente en que dicha persona se siente atraída por cualquier persona, no importa si es hombre, mujer, bisexual, transexual, etc. El termino Heterosexual refiere “Dicho de una persona: Inclined sexualmente

hacia individuos del sexo contrario” refiere que dicha persona le atrae el contrario a su sexo se da más en parejas de hombre y mujer.

La identidad de género tiene que ver con lo que la persona siente independientemente de su sexo, puesto a que se puede expresar en la forma de vestir, en el comportamiento, gustos y pensamientos dicho lo anterior se puede decir que la identidad de género tiene que ver con la identidad personal la cual consiste en la esencia de la vida cognitiva, afectiva, emocional y conductual, esta esencia se da principalmente por identificar quién eres, que te gusta, cuáles son tus gustos, tus ideas y tu conducta a lo largo del entorno de cada individuo (Zaro, 1999).

A lo antes mencionado hace referencia que el ser humano pasa por un proceso complejo pero que a su vez cada individuo pasa a lo largo de su vida; el primer aspecto la infancia se basa principalmente en que los padres ayudan a adquirir la idea del género que habitualmente se conoce, después la segunda fase que consiste de infancia a pubertad en el cual ya existe un reconocimiento a simple vista de que es niño y niña y para finalizar la adolescencia donde se muestra la primer crisis de la identidad de cada persona, búsqueda de sí mismo de que le gusta y que le disgusta (Zaro, 1999).



## 1.4 Noviazgo

Etapa de la vida donde pasa cada persona que no solamente se ve en la adolescencia si no se podría decir que después de esta etapa da inicio, posterior a esto el significado de amor siempre tiene que ver con los sentimientos de sinceridad, alegría, amistad, empatía y existe un vínculo; pero ahora bien podemos decir que cuando se habla de un noviazgo de adolescentes puede ser un arma de doble filo puesto que da ternura y a la vez preocupa puesto a que están más expuesto a tener un embarazo no deseado porque se confunde a habitualmente que al tener un noviazgo se debe iniciar o tener una vida sexual activa lo cual es correcto pero en una edad más tardía (Wartenberg, 1999).

Posteriormente a lo antes mencionado se debe mencionar que no siempre una relación de adolescentes tiene que terminar en un embarazo puesto a que el objetivo de tener una relación amorosa se trata que cada persona se sienta acompañado o bien en la experimentación de su sexualidad, la vida sexual no es un tabú ni mucho menos debe dar temor siempre y cuando no se afecte la integridad de los miembros de la pareja.

Según (Straus), (2004). “El noviazgo es una relación diádica que incluye la interacción social entre dos personas que tienen la intención de compartir experiencias en común hasta que alguna de las dos partes decida terminarla, o que se establezca otro tipo de vínculo como la cohabitación o el matrimonio”

Se debe resaltar que cada noviazgo tiene un nivel de afecto, confianza y compromiso, se logra a partir de cada relación y de cada persona pero que usualmente cuando el caso es en adolescentes solo se busca un acompañamiento y nada de formalidades puesto a que buscan el conocimiento de ¿Qué es un noviazgo? Y van formando más experiencia.

Algunos elementos que intervienen al momento de tener una relación de noviazgo son el enamoramiento que se da principalmente por la apariencia física o bien el atractivo de la persona si cumple con las características que se busca, después con características de una congenialidad ideas y creencias en común y para finalizar se busca la congenialidad de la intimación cabe resaltar que en caso de los adolescentes solo se sienten realizados con la búsqueda de una pareja de buen aspecto físico y en algunos casos con la congenialidad de intimar haciendo a un lado el vínculo afectivo.

Ahora bien, otros elementos del noviazgo que se encuentran son

La admiración; que consiste en sentirse orgulloso de aquella persona en la que está interesada. En este punto cada persona debe sentirse orgullosa de su pareja de que ha logrado.

- Humor: este consiste en cualidades de reacción en la mayoría de los casos se da más en risa y diversión. En este punto se busca a una persona que simpatice en diversas situaciones de la vida.
- Apreciación: se basa en que la persona o bien en este caso la pareja exprese los sentimientos a la persona contraria.
- Reconocimiento social: se basa principalmente en la aprobación de logros en el cual de igual manera debe existir un apoyo en nuevos proyectos, pueden ser en el trabajo, profesión y en la familia.

Ahora bien, como se sabe los seres humanos somos sociales por naturaleza entonces por consiguiente el ser humano busca relacionarse con otras personas estas relaciones pueden ser interpersonales estos pueden ser amigos, familia o una relación amorosa en el cual el ser humano necesita acompañamiento, la principal característica de estas relaciones es que existe un vínculo y sentimientos de por

medio y se muestra principalmente la exploración de la sexualidad cuando se trata de una relación de pareja (Márquez et al.,2020).

## 1.5 Toma De Decisiones, Seguridad Y Privacidad

Durante la adolescencia existes números cambios a lo largo de la vida humana pero que pasa con el caso de la sexualidad, como están preparados para llevar a cabo una vida sexual plena puesto a que entre los 12 a 17 años aproximadamente no existe una maduración y una mala toma de decisiones y no retomar las posibles consecuencias de sus actos.

Para cada toma de decisiones es necesario evaluar los siguientes pasos.

- Identificar la situación completamente desde el origen hasta el final de la situación.
- Investigar de forma minuciosa toda la información posible y relevante de la situación.
- Realizar o pensar en distintas soluciones y escenarios posibles qué puede tener cada solución.
- Elegir una solución y llevarla a cabo.
- Responder ante la solución elegida, aquí se puede hacer responsable de las consecuencias (Laoyan, 2022).

Cabe resaltar que la mayoría de personas en este caso adolescentes toman decisiones pero que a su vez no saben qué consecuencias puede tener cada solución.

La adolescencia es una etapa del desarrollo de la vida en la cual están expuestos a practicar relaciones sexuales, consumir alcohol o alguna otra droga puesto que de igual forma vine con una mala toma de decisiones que provocan lo anterior mencionado (Casey, Getz y Galvan, 2008).

Ahora bien, existe una teoría donde puede explicar la inmadurez de toma de decisiones de los adolescentes esta teoría se llama “Modelo del Sistema Dual”, en el cual se plantea que la inmadurez se caracteriza en la interacción entre dos sistemas el primer sistema: un sistema emocional, orientado hacia la búsqueda de recompensas (Sistema Socioemocional), y un sistema de naturaleza lógica y racional (Steinberg, 2008).

Otro punto fundamental son las funciones ejecutivas las cuales son actividades mentales complejas las cuales se dividen en funciones frías: son aquellas funciones que se usan en la solución de problemas de razonamiento abstracto y por otro lado esta las funciones calientes se involucran más en las situaciones donde se viene las emociones (Chambers, Taylor y Potenza, 2003).

La seguridad se considera como parte de una necesidad o como se conoce necesidades de seguridad o de protección en la cual se basa en centra en sentirse seguro y protegido.

La seguridad consiste en dos puntos importantes.

- Se encuentra cómodo o seguro con la pareja sentimental-sexual, esto puede ser al momento de intimar o bien sentirse cómodo con solo estar con la presencia de la otra persona.
- Se encuentra resguardado la privacidad de cada uno de la pareja, puesto que en ocasiones puede llegar a filtrar información privada de la otra persona.

La seguridad y privacidad sexual tiene que ver principalmente con una combinación de comunicación y de valores que se tiene cada persona, la comunicación se basa desde la relación de pareja que está permitido y que no está permitido aun que en la actualidad el uso de redes sociales no ayuda mucho con

las nuevas relaciones de las ultima generaciones puesto a que toda relación intercambia información que a su vez es un gran riesgo y no cumpliría con la función de sentirse

seguro. Ahora dentro de cada relación de pareja debe existir como tal límites y reacciones, estos pueden vareas en tipos de contacto que se da en cada uno, cuanta confianza se tiene uno con el otro y que está aprobado y que está prohibido dentro de la relación (Bain, 2004).

Desde el punto de privacidad se basa más sobre los valores que debe tener cada persona al tener información privada de la otra persona, es decir qué consecuencias se tienen si se usa de forma incorrecta la información; aunque cabe resaltar que cada persona debe ser consciente de que es privado y que es publico aun que como anteriormente se mencionó que se puede manipular la información de la persona en cuestión cada persona tomo una decisión y debe saber cómo resolver maduramente (Bain, 2004).

Pero como se sabe que un adolescente no está apto de tomar maduramente una decisión y más que maduramente lo toma impulsivamente se recomienda lo cual necesita previamente una ayuda o ben un consejo se acerca a encaminar y dar más experiencia al adolescente de cómo resolver un problema de magnitud un poco más grave, pero en dado caso que sea más extremo se podría sugerir la ayuda de los padres.

## 1.6 Etapas Del Desarrollo

La vida es una serie de cambios y procesos que tiene un inicio y un final, ahora bien, dicho de otra forma, se puede decir que las etapas de desarrollo es un procedimiento por el cual va a ir pasando el ser humano desde que nace hasta que muere.

El inicio de la vida o como bien se conoce el nacimiento de un individuo, cada individuo es diferente y tiene un proceso diferente pero relativamente igual.

El comienzo de la vida y de primera infancia (0-2 años).

Inicialmente cuando nace un individuo se observa significativamente un crecimiento físico, la exploración por medio de los sentidos, en algunos casos se puede ver el inicio del gateo, sentarse, caminar y finalmente correr, pero como de igual forma se muestra un crecimiento físico, este crecimiento se da de forma orgánica y de forma organizada puesto que ya está prescrita por la genética del mismo individuo aunque de igual se puede ver un desarrollo psicomotor de cada individuo el cual refiere que es la maduración cerebral por medio de movimientos acciones que hace el individuo, esto dependerá mucho del desarrollo que tenga dentro del vientre de la madre puesto a que si el individuo ha pasado un correcto desarrollo fetal y un parto sin ninguna complicación no presentara problemas de desarrollo psicomotor aunque de igual forma existen complicaciones dentro del nacimiento como problemas respiratorio o problemas en desarrollo fetal puede existir una complicación para el individuo puesto a que puede provocar un desarrollo psicomotor lento (Pérez, 2011).

Al final del primer año de edad el individuo empieza a reconocer los objetos que lo llegan a rodear, llega a reconocer que sus acciones llevan a una reacción, en algunos casos inicia la etapa prelingüística. Ahora conforme en la finalidad del

segundo año de edad el individuo sabe expresarse en algunos casos con frases ya formuladas y por último ya piensa antes de actuar (Pérez, 2011).

➤ Infancia temprana o niñez temprana de (3-5 años)

El individuo sigue desarrollándose rápidamente tanto físicamente, cognitivamente y lingüísticamente cabe resaltar que en esta parte de lingüística tarda un poco más en el dominio de ciertas palabras pero que al paso del tiempo se va dominando, en esta etapa se puede ver que el individuo inicia con el autorreconocimiento y la formación de la personalidad de cada individuo, se adquiere los roles de género, se busca previamente interactuar con otros individuos, es importante la relación con los padres e hijos en esta fase puesto que se decidirá como se asocia con otros individuo (Rice,1997).

Un punto fundamental es el desarrollo emocional la cual tiene que ver con la expresión de sus sentimientos esto puede ser desde la cuestión de familia, amigos y hasta incluso con todas las personas con las que se relaciona diariamente y que a consecuencia de esto da el resultado de una adquisición de personalidad, de su seguridad y confianza (Rice,1997).

Esta etapa se relaciona con la separación de padres e hijos en el cual se puede observar en que los padres dejan a sus hijos en el precolar por primera vez en la cual tiene una reacción de ansiedad por separación pero que al final este apego se rompe y el individuo empieza el proceso de independización (Rice,1997).

Niños intermedia o infancia intermedia (6-11 años).

Aquí se muestra que el individuo posee un mejoramiento en la parte de lectura, escritura y pensamiento matemático, el individuo ahora tiene pensamiento lógico de sus acciones y entiende el ambiente en donde se encuentra (Rice,1997).



En esta etapa desarrollo se le facilita mayormente la realización de ejercer actividad física, se le facilita resolver problemas y mejora la destreza de memoria aumenta e inicia el egocentrismo de cada individuo (Quispe, 2019).

➤ Adolescencia (11-19 años)

Es el periodo que pasa el individuo de niñez a juventud en la cual el individuo sufre la mayor parte de cambios físicos y psicológicos, aquí el individuo conoce la maduración sexual y se busca la separación de los padres (Rice, 1997).

En esta etapa se busca independización de sus emociones y como las expresan, buscan vivir una sexualidad más abierta, pero están más propensos a contraer una enfermedad de transmisión sexual si no se le inculca una educación sexual apropiada, actualizada y de fácil comprensión y para finalizar se busca nuevas experiencias y nuevas emociones (UNICEF, 2002).

➤ Adolescencia temprana

Esta etapa se centra principalmente en el crecimiento y desarrollo acelerado, que da pauta a cambios puberales en el cual individuo se preocupa por los cambios físicos, curiosidad sexual, búsqueda de autonomía, existen con más frecuencia conflictos con la familia u otros adultos (Pérez & Santiago, 2002).

➤ Adolescencia tardía

Aquí se toman decisiones importantes como la educación. Se alcanza un control de los impulsos y la maduración de su propia identidad hasta incluso en su vida sexual, y da principales síntomas de estar iniciando la etapa de juventud (Pérez & Santiago, 2002).

Según (Pérez & Santiago, 2002). Describen *“Características generales de la adolescencia. 1. Crecimiento corporal dado por aumento de peso, estatura y*

*cambios de la forma y dimensiones corporales. Al momento de mayor aceleración de la velocidad de crecimiento en esta etapa, se le denomina estirón puberal”.*

2. "Se produce un aumento de la masa muscular y de la fuerza muscular, más marcado en el varón, acompañado de un aumento en la capacidad de transportación de oxígeno, incremento de los mecanismos amortiguadores de la sangre, que permiten neutralizar de manera más eficiente los productos químicos derivados de la actividad muscular, también se produce un incremento y maduración de los pulmones y el corazón, teniendo por tanto un mayor rendimiento y recuperación más rápida frente al ejercicio físico”.

3. "El incremento de la velocidad de crecimiento, los cambios en la forma y dimensiones corporales, los procesos endocrino-metabólicos y la correspondiente maduración, no siempre ocurren de manera armónica, por lo que es común que presenten torpeza motora, incoordinación, fatiga, trastornos del sueño, que pueden generar trastornos emocionales y conductuales de manera transitoria”.

4. "El desarrollo sexual está caracterizado por la maduración de los órganos sexuales, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y el inicio de la capacidad reproductiva”.

5. "Los aspectos psicosociales están integrados en una serie de características y comportamientos que en mayor o menor grado están presentes durante esta etapa, que son:

- *Búsqueda de sí mismos y de su identidad, necesidad de independencia.*
- *Tendencia grupal”*

➤ La pubertad

Se muestran cambios somáticos a consecuencia de los cambios físicos como lo es el crecimiento y desarrollo, aparece una maduración sexual que se da principalmente por los cambios biológicos, psicológicos y sociales (Pérez & Santiago, 2002).

➤ Juventud (20-35 años)

En esta etapa el individuo debe resolver problemas de distintos índoles que decidirán su futuro dentro de estas se encuentra la vocación profesional, matrimonio, la elección de una pareja y posiblemente ser padres (Rice, 1997).

La juventud va ligada a los algunos procesos de interacción social, en la cual se ha definido su identidad y ahora toma responsabilidades, la juventud varía de acuerdo al grupo social que se considere. (Pérez y Santiago, 2002).

➤ Adultes (36-50)

En esta etapa el individuo busca saciar necesidades básicas, pero ahora bien necesidades básicas de su hogar, trabajo, salud física, salud mental y familia, ahora el individuo tiene más responsabilidades y tiene que resolver problemas de grandes índoles (Monreal, Macarro y Muñoz, 2001).

Al igual que en esta etapa está en el máximo esplendor de buena condición física puesto a que tiene una gran fuerza y energía, de igual forma se puede observar que se presenta el sentimiento de paternidad en el cual se cría y educar. Se busca la superación en el campo laboral inicia el sentimiento de competitividad, en algunos casos se puede alcanzar una meta o proyectos que se tienen en mente (Monreal, Macarro y Muñoz, 2001).

Igualmente, en esta etapa se ve más reflejado el estrés y presiones al no poder satisfacer sus necesidades y más de la parte económica.

➤ La vejez o edad madura (delante de 60)

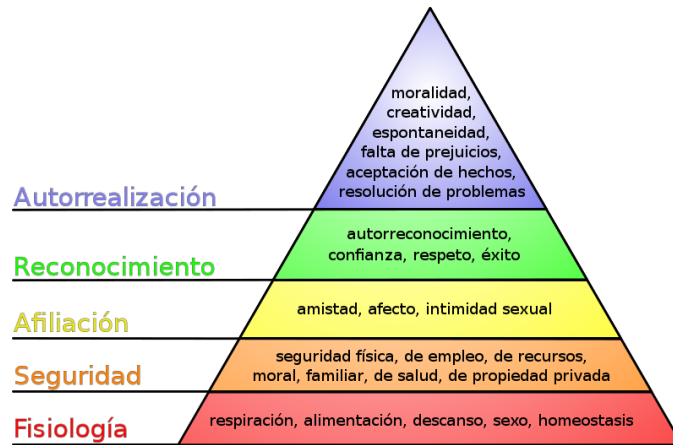
En esta etapa se muestra una disminución de capacidades físicas y cognitivas por ejemplo se da la pérdida de memoria, disminuye la velocidad y la fuerza del cuerpo, se presenta el sentimiento de inutilidad en el entorno social y se da más en la parte familiar puesto que los adultos mayores se consideran estorbos para sus familiares, el individuo hace un retroceso de su vida y tiene sentimiento de nostalgia

En muchas ocasiones el organismo se vuelve más sensibles a cambios esto puede ser desde el consumo de alimentos o cambios de ambiente, en la parte física tienden a disminuir la estatura, disminuye la vista, oído, gusto y colágeno en la piel

## 1.7 Pirámide de Maslow

La pirámide de necesidades fue propuesta por Abraham Maslow en la cual tiene por objetivo jerarquizar las necesidades que necesita el ser humano y de ahí el nombre de la corriente humanista.

*Figura 1.  
Pirámide de Maslow.*



*Nota. Descripción de las necesidades según Maslow. Recuperado:*  
[https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Pir%C3%A1mide\\_de\\_Maslow.svg](https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Pir%C3%A1mide_de_Maslow.svg)

Esta pirámide cuenta con 5 niveles.

Necesidades fisiológicas

Son aquellas necesidades que podrían ser consideradas como insignificantes pero que son necesarias para vivir las cuales son (Muñoz y Fuente, 2010).

- Alimento
- Sueño y reposo
- Eliminar los desechos
- Evitar el dolor
- Sexo

Se pueden considerar que son las necesidades que debemos tener para poder sobrevivir, es supervivencia (Muñoz y Fuente, 2010).

Las necesidades de seguridad

Este nivel se busca profundamente el sentirse seguro, buscar una estabilidad y protección (Muñoz y Fuente, 2010).

- Seguridad física y salud.
- Seguridad de tener una fuente de ingresos y recursos.
- Seguridad familiar y privada.

Necesidades de afiliación

Este nivel tiene que ver con el desarrollo afectivo del individuo (Muñoz, 2010).

- Asociación
- Participación
- Aceptación

Un punto importante a resaltar es que el ser humano es social lo cual refiere que por lógica buscara relacionarse con un grupo de personas donde exista un fin en común este puede ser deporte, religión o algún hobby (Muñoz y Fuente, 2010).

- Necesidades de estima

Este nivel describe previamente como se ve el individuo y como se evalúa así mismo, estas necesidades se pueden dividir en dos. (Muñoz y Fuente, 2010).

- La estima alta, significa la necesidad de respeto hacia uno mismo, pueden influir algunos sentimientos como lo es confianza, independencia, libertad, entre otros. (Muñoz y Fuente, 2010).
- La estima baja hace referencia al respeto de las demás personas, se pueden encontrar sentimientos como lo es el reconocimiento, la atención, aprecio, entre otros más (Muñoz, 2010).
- Esta necesidad tiene una gran importancia puesto que puede mantener un equilibrio y una estabilidad para el individuo y así lograr las metas que se proponga (Muñoz y Fuente, 2010).

➤ Autorrealización

Por último, se tiene la cima de la pirámide que constituye la necesidad más elevada del individuo, se puede llegar a este nivel si se ha cumplido con los demás niveles anteriores de la pirámide, se pueden encontrar (Muñoz y Fuente, 2010).

- Creatividad
- Resolución de problemas
- Moralidad
- Educación
- Valores

#### Ciclo de proceso

La pirámide se centra en las necesidades básicas del individuo, colocando las necesidades más básicas o en la parte inferior de la pirámide y las necesidades más relevantes o bien importantes en la punta de la pirámide, conforme se van satisfaciendo las necesidades va escalando el individuo hasta que busca la autorrealización en la cual se encuentra la fase de felicidad y de armonía con uno mismo (Muñoz y Fuente, 2010).

## **CAPITULO II:**

### **VIDA SEXUAL**

#### 2.1 Salud Sexual Y Reproductiva

Inicialmente como se sabe el ser humano tiende a ser un ser sexuado puesto a que desde el nacimiento hasta la muerte se consideran seres sexuados. La sexualidad es una parte crucial e importante de la personalidad de cada individuo puesto que depende de la satisfacción de necesidades fisiológicas y de afiliación las cuales son contacto físico, intimidad, amor, expresión emocional y el placer (Boluda e Izquierdo, 2016).

Ahora bien, la salud sexual es un estado de completo bienestar físico, emocional y social que está relacionado con el ejercicio del acto sexual, la salud sexual tiene que ver con un enfoque positivo en el sexo puesto a que se busca garantizar la salud e integridad de ambas personas. En algunos casos pueden llegar a presentarse dos tipos de problemas de salud sexual (Boluda & Izquierdo, 2016).

##### ➤ Problemas psicológicos

Se dan principalmente por ideas y creencias erróneas que se tiene al hablar de sexo, como se lleva a cabo, se hará énfasis en este punto puesto a que existe muchos individuos tiene la idea que el sexo es considerado como un miedo y prohibición y este miedo aumenta en gran forma si el individuo es un adolescente que quiere iniciar con su vida sexual pero aquí un punto fundamental el sexo se puede considerar como un acto de diversión y disfrute del individuo lo que no debe provocar miedo, muchas ocasiones uno de los principales miedos de los individuos es que el sexo debe ser como la pornografía con la misma duración y con los mismos actos(Boluda e Izquierdo, 2016).



## Problemas de salud o físicos

Se da principalmente por problemas orgánicos desde el interior del organismo como por ejemplo enfermedades de transmisión sexual, problemas cardiacos entre otros. Ahora bien, la salud sexual se puede considerar como un derecho humano básico para los seres humanos (Boluda & Izquierdo, 2016).

Según OMS-OPS-WAS (2000). Refiere los siguientes derechos sexuales

- *“El derecho a la libertad sexual. La libertad sexual abarca la posibilidad de la plena expresión del potencial sexual de los individuos. Sin embargo, esto excluye toda forma de coerción, explotación y abuso sexuales en cualquier tiempo y situación de la vida”.*
- *“El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo. Este derecho incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual dentro del contexto de la ética personal y social. También están incluidas la capacidad de control y disfrute de nuestros cuerpos, libres de tortura, mutilación y violencia de cualquier tipo”.*
- *“El derecho a la privacidad sexual. Este involucra el derecho a las decisiones y conductas individuales realizadas en el ámbito de la intimidad siempre y cuando no interfieran en los derechos sexuales de otros”.*
- *“El derecho a la equidad sexual. Este derecho se refiere a la oposición a todas las formas de discriminación, independientemente del sexo, género, orientación sexual, edad, raza, clase social, religión o limitación física o emocional”.*
- *“El derecho al placer sexual. El placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual”.*

- *“El derecho a la expresión sexual emocional. La expresión sexual va más allá del placer erótico o los actos sexuales. Todo individuo tiene derecho a expresar su sexualidad a través de la comunicación, el contacto, la expresión emocional y el amor”.*
- *“El derecho a la libre asociación sexual. Significa la posibilidad de contraer o no matrimonio, de divorciarse y de establecer otros tipos de asociaciones sexuales responsables”.*
- *“El derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables. Esto abarca el derecho a decidir tener o no hijos, el número y espaciamiento entre cada uno, y el derecho al acceso pleno a los métodos de regulación de la fecundidad”.*
- *“El derecho a información basada en el conocimiento científico. Este derecho implica que la información sexual debe ser generada a través de la investigación científica libre y ética, así como el derecho a la difusión apropiada en todos los niveles sociales”.*
- *“El derecho a la educación sexual integral. Este es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida y que debería involucrar a todas las instituciones sociales”.*
- *“El derecho a la atención de la salud sexual La atención de la salud sexual debe estar disponible para la prevención y el tratamiento de todos los problemas, preocupaciones y trastornos sexuales”*

Todo individuo tiene derecho a tener una vida sexual, pero en muchas ocasiones los individuos no la llegan a ejercer por lo mismo de ideaciones y creencias erróneas que impiden tener una vida activa

## 2.2 Vinculación Afectiva

La vinculación afectiva tiene que ver con la cuestión de apego, en el cual tiene por objetivo buscar la seguridad, confianza y estabilidad emocional de la figura de apego, la vinculación da inicio desde el momento de nacimiento de cada individuo puesto a que desde pequeños se busca el contacto físico con la madre en la cual la relacionamos con el ser que nos brindará protección y cuidados. Ahora bien, se dice que el apego y la vinculación afectiva son relativamente iguales puesto a que en ambos casos se busca el refugio, acompañamiento y claro el contacto físico (Zapiain,2000).

La vinculación afectiva se da principalmente con la familia, amigos y/o pareja, aquí un punto fundamental de la vinculación afectiva se da por partes de los padres a hijos o viceversa muchas veces se ha escuchado que los padres se apegan demasiado a sus hijos en los cuales no permiten hasta cierto punto dejar el nido como coloquialmente se conoce pero ahora en el caso de hijos con apego a sus padres en el cual se han presentado diversos casos en los que los hijos no quieren alejarse de los padres y enfrentarse por sí mismos al mundo exterior.

En caso de los amigos se ha visto previamente en ocasiones en las escuelas donde el individuo no puede llegar a realizar ninguna actividad si no se llega a presentar su amigo o que incluso depende de él para llevar a cabo un trabajo de mucha importancia y al final se encuentra la vinculación en pareja está a comparación de las anteriores se da más seguido y con mayor frecuencia en las relaciones de pareja, se dice que se da mayormente el apego después de una vinculación afectiva puesto a que se dice que se busca la protección, los cuidados y el contacto físico que no se dio cuando era niño y entonteces se busca lo antes mencionado en las parejas (Zapiain,2000).

Muchos individuos confunden la vinculación afectiva con el amor y el enamoramiento puesto a que carecen de afecto y sufren de soledad lo cual buscan de tal forma a una persona; Debe quedar en claro que la vinculación afectiva tiene que ver con un sentimiento, si no existe un sentimiento previo hacia la otra persona no se llevara a cabo el vínculo (Zapiain,2000).

## 2.3 Erotismo

El termino erotismo se describe como la actividad sexual en donde se muestran los gustos personales de cada individuo, aquí se ven juegos sexuales que estimulen la actividad sexual pero que tienes como objetivo el deseo y el placer, cabe resaltar que el erotismo es una decisión de pareja que por lo general este tema está lleno de tabú por lo que es un tema que se calla por ser cuestionado (Bataille et al,1997).

Ahora bien se puede decir que el erotismos es un fenómeno humano caracterizado por el deseo, epistación y el orgasmo en el cual va acompañado por fenómenos mentales e imaginarios, la formación de experiencia erótica vienen desde el número de encuentros sexuales de un individuo en donde se involucre un disfrute y un gocé de los mismos, muchas ocasiones algunas parejas tienen la creencia del erotismo son las relaciones sexuales mecánicas y llanas o bien dicho acciones apresuradas en donde no existe pasión ni emoción, el erotismos de igual forma se considera como la preparación del encuentro sexual ahora bien desde un punto de vista más amplio se puede diferir que la excitación de hombre y mujeres son muy diferentes pero en caso de los hombres es más fácil, rápido llegar a excitarse y estar listo para el encuentro sexual, en cambio las mujeres requiere una preparación en donde se debe estimular y requiere tiempo para llegar a excitarse(Bataille et al,1997).

Posterior a lo anterior se refiere que es mayormente recomendado saber que las parejas deben experimentar lo que llamamos relaciones eróticas en las cuales se presenta entre los dos cuerpos y se desnuda el alma (se conocen ambos cuerpos y sale a relucir las fantasías, deseos, entre otros) (Bataille et al,1997).

Existen problemas para llevar a cabo el erotismo que comúnmente se piensa que son por cuestiones biológicas pero la realidad es que son cuestiones de educación: en caso de los hombres se va preparando desde una edad más

pequeña y se da principalmente por la sociedad de forma indirecta, mientras que en caso de las mujeres es más lenta y en ocasiones pausada (Bataille et al,1997).

Uno de los causantes del miedo a ser cuestionados es la religión y la cultura de cada individuo o donde este se encuentre puesto a que se cree que el sexo solo tiene que tener un fin y ese fin es la reproducción y no verlo como una necesidad que el cuerpo requiere como es el sueño y el comer (Bataille et al,1997).

¿Porque es importante tener relaciones eróticas? Porque es uno de los principales problemas de los matrimonios que a pesar que tienen un sustento económico, excelente comunicación y atención no podrán salir adelante puesto a que el sexo es un punto muy importante puesto a que es la unión de la pareja y la unión de ambas almas, ahora bien si no se da la importancia que se estima el matrimonio terminara en separarse, otro punto crucial es la monotonía del sexo que como se conoce entre las parejas que es la repetición de la actividad sexual o como se conoce cotidianamente “la repetición de poses sexuales” que al paso del tiempo la pareja cae en cotidianidad y se pueden ver casos de infidelidades (Peralta, 2012).

Algo que influye el erotismo son los sentidos, como se sabe los seres humanos cuentan con mecanismos fisiológicos que se activan por medio de estimulación de los sentidos

El olfato: este sentido ayuda de forma inmediata a entrar a un clima erótico puesto a que los aromas, aceites o hasta incluso el mismo aroma de la pareja misma exista de tal forma a la pareja (Ómicron, 2015).

El oído: este sentido es una parte fundamental dentro del acto sexual puesto a que el escuchar gemidos, gritos o música excita y aumenta el placer (Ómicron, 2015).

El tacto: sentido fundamental e importante puesto a que es la parte inicial del acto sexual puesto a que el contacto físico como son las caricias en distintas partes del cuerpo eleva relativamente la excitación de la pareja (Ómicron, 2015).

La vista: este sentido al igual que el olfato incide a una excitación visual que provoca al ver en este caso la otra persona desnuda o realizando movimientos eróticos (Ómicron, 2015).

El gusto: este sentido en ocasiones se puede ver o considerar absurdo para algunas personas, pero si es posible llegar a una excitación por medio del gusto, se puede llegar por medio de algunos alimentos que inhiben el deseo sexual (Ómicron, 2015).

En la antigüedad se consideraba que se distinguía al hombre de los animales por el deseo sexual, los animales solo buscan el fin de reproducción que como sabemos es uno de los principales objetivos del desarrollo de la vida, los cuales son nacer, crecer, reproducirse y morir por otra parte los hombres tienen esa diferencia de sentir placer y deseo por el cual el tema de reproducción queda a un lado (Bataille et al,1997).

Pero porque las personas consideran el erotismo como una prohibición y/o una necesidad, a lo cual se puede mencionar que el miedo se inicia principalmente por el saber del nuevo conocimiento provocando estremecimiento a aquellos que no comprende (Castrejón, 2011).

## 2.4 Masturbación Y Fases Del Orgasmo

Se considera que la masturbación es la estimulación de los genitales con el objetivo de llegar a una excitación y de placer ahora bien en muchos casos pueden o no llegar a un orgasmo (Burgos, 2012).

Se conocía anteriormente que la masturbación era violencia manual que se hacía cada individuo, se creía que este acto era malo para la salud física puesto que provocaba lesiones en los genitales, eyaculación precoz e infertilidad (Burgos, 2012). Igualmente se creía que existían problemas mentales como el principal causante de depresión y psicosis (Sierra, Perla & Gutiérrez, 2009).

Muchas ocasiones se creía que la masturbación era un tema algo prohibido, lleno de tabúes y de ideas erróneas, una de ellas es que esta acción solo era realizada por hombres y que las mujeres estaban de cierta cuestión exentas de este tema, pero al paso del tiempo se pudo observar que fue cambiando completamente esta idea (Sierra, et al, 2009).

Algunas ventajas de practicar la masturbación, ayuda al bienestar físico, espiritual, satisface el placer sexual y ayuda a tratar problemas sexuales (Sierra, et al, 2009).

Estimulación sexual: por lo regular se dice que en la etapa de la adolescencia se inicia la primera experiencia sexual de un individuo este puede ser hombre o mujer, pero antes de ello el adolescente experimenta por primera vez la masturbación que es la bienvenida al mundo sexualmente hablando, pero ahora como se llega esto, los adolescentes tienden a saciar una necesidad de buscar en televisión, revistas, internet, libros, entre otros medios imágenes o en algunos casos videos donde se muestra actividad sexual lo cual provoca una excitación en el cual el adolescente empieza experimentar y a indagar sus genitales provocando un orgasmo (Cryan y Cimas, 2018).



Componentes eróticos: por lógica la masturbación debe tener erotismo, por medio de algún estímulo sensorial en el cual ponga a prueba la imaginación de como sería su primer encuentro o bien como sería su vida sexual activa (Mendoza, 2006).

La masturbación masculina: se refiere a la estimulación de genitales masculinos del individuo que tiene por objetivo la satisfacción y el placer, inicia previamente con la erección del pene, la excitación consiste en el bloqueo de la sangre que entra en los cuerpos cavernosos y se da principalmente ante estímulos sensoriales que se ha expuesto el individuo y en este caso que le produzca placer o una excitación, cabe resaltar que se puede estimular por otras zonas del cuerpo, por ejemplo: cuello, cintura, contacto oral, pecho y piernas (Dean y Lue, 2005).

Para finalizar el individuo llega al punto final el cual es el orgasmo y con ello se da la expulsión de semen, cabe resaltar que produce una sensación de liberación y relajación del cuerpo (Coleman y Bocking, 2003).

Masturbación femenina: se refiere a la estimulación de genitales en este caso femeninos y que tiene por objetivo satisfacción y el placer, inicia previamente con la excitación por medio de estímulos sensoriales aquí se puede notar que cuando existe una excitación intensa los labios inferiores y mayores se anchan, el útero inicia a elevarse y la vagina empieza a llenarse de lubricante, de igual manera se puede estimular por diferentes zonas del cuerpo, por ejemplo, el cuello, los pechos, los hombros, las piernas, el abdomen, la cadera, la cintura y contacto oral (Guarín et al, 2017).

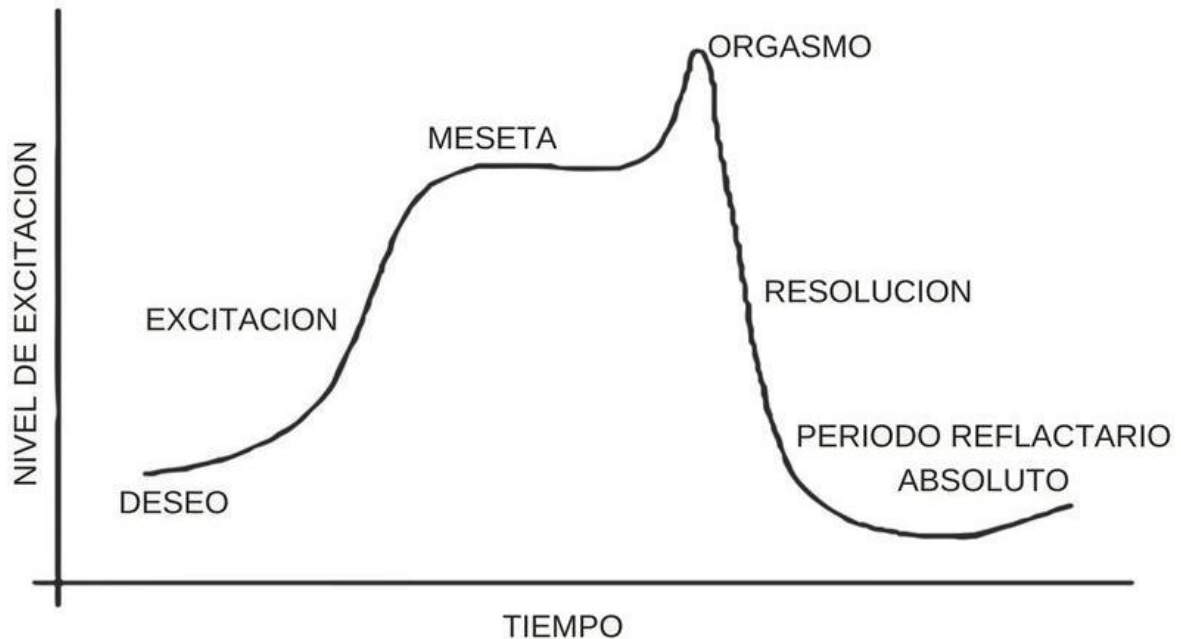
Para finalizar se llega al orgasmo, es un estado de relajación y liberación del cuerpo ahora bien el orgasmo consiste en los músculos cerca de la vagina se contraen, el útero elevado se contrae y hay contracciones vaginales (Guarín et al, 2017).

Un punto fundamental y que se debe de mencionar es dentro del tema de masturbación tuvo un impacto en las generaciones pasadas puesto a que era un tema de prohibición y censurado que en muchas ocasiones era castigado si se encontraba a un adolescente practicando lo anterior mencionado, pero al paso del tiempo va cambiando de una u otra forma las ideas y creencias erróneas por la aceptación e incluso a hacer la invitación de incitar que lo lleguen a intentar para explorar su propio cuerpo y saber identificar lo que les gusta y lo que no (Cordón, 2008).

### Fases Del Orgasmo

Las fases del orgasmo o bien como se conoce las fases de la respuesta sexual en donde se puede ver reflejado la fisiología que pasa el individuo, para lo cual se explicarán cuatro etapas en las que se pasa este proceso

*Figura 2:*  
Fases Del Orgasmo



Nota: descripción grafica de las fases del orgasmo desde el inicio hasta el final.

Recuperado: de <https://www.ethospsicologos.es/la-conducta-sexual/>

Ahora bien, cada etapa del acto sexual o bien las fases de la respuesta sexual humana tiene un cambio significativo físico que ayudará a darle continuidad al acto sexual previo, con el objetivo principal de saciar las necesidades de cada individuo, en este procedimiento puede existir una vinculación afectiva con la otra persona o simplemente no existe esto dependerá de cada persona y su toma de decisiones (Ramírez, 2018).

La excitación: en esta etapa se puede ver que tanto para hombres como para mujeres puede durar desde minutos hasta una hora (Ramírez, 2018).

En los hombres se presenta: Erección del pene, aumento de tamaño y la elevación de testículos, secreción mucoide, prostática y seminal, en las mujeres: se da la lubricación de la vagina, se eleva el clítoris, se da el estiramiento de la vagina,

se hinchan los labios menores y el clítoris las glándulas de Skene producen secreción (Ramírez, 2018).

La meseta se refiere a la estimulación que se tiene cada individuo, la excitación aumenta los cambios físicos siguen como en la fase de excitación tanto como en hombres como en mujeres, esto dura hasta que se llega al orgasmo (Ramírez, 2018).

En la etapa del orgasmo el cuerpo del hombre y de la mujer se empieza la contracción de músculos, aumenta la presión arterial, aumenta la frecuencia cardíaca y finalmente la respiración aumenta con rapidez (Ramírez, 2018).

En los hombres: se contrae la próstata, se contraen las vesículas, se da una contracción del musculo bulbo y finalmente se contrae el musculo isquiocaernos el cual da salida al líquido seminal, en el caso de las mujeres existe una contracción uterina, se contrae la plataforma vaginal y finalmente se contrae el esfínter anal. (Ramírez, 2018).

Cabe resaltar que en el caso de las mujeres pueden llegar a experimentar más de un orgasmo en un promedio de una hora, ahora bien se puede resaltar un punto importante en caso de las mujeres que es la eyaculación femenina que se puede describir como un mayor placer y excitación, se puede dar por la estimulación intensa del clítoris esta eyaculación se da por una expulsión de un fluido blanquecino, espeso y escaso que se expulsa por la próstata femenina, ahora bien de igual manera podemos decir que las mujeres pueden experimentar como coloquialmente conocemos un squirt al que podemos definir que un fluido diluido y acuoso que se expulsa por la vejiga urinaria y a comparación de la eyaculación femenina el squirt sale con mayor cantidad de fluido y con fuerza (Gilliland, 2009).

➤ La resolución

Se da principalmente en la disminución de la presión cardíaca, disminuye la presión arterial, disminuye la respiración rápida y se experimenta un placer y bienestar tanto físico como mental (Ramírez, 2018).

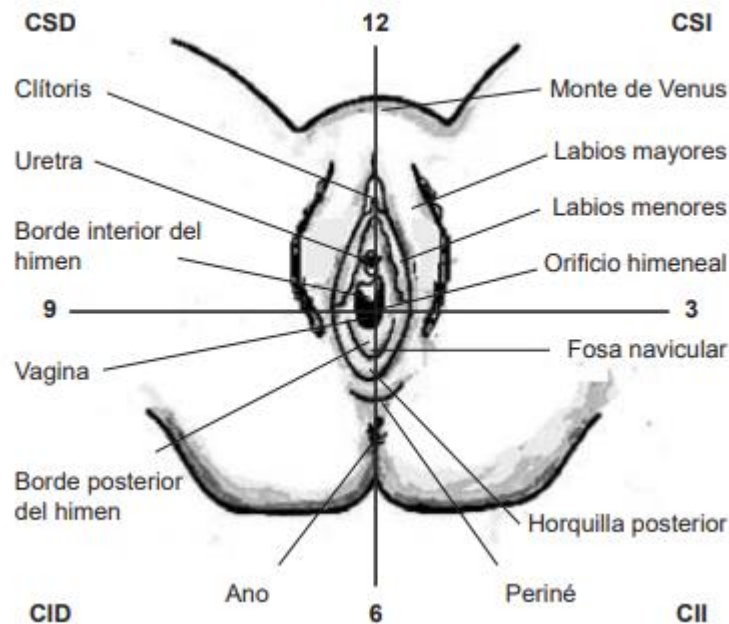
En los hombres: se da la disminución de la erección del pene e inicia el periodo refractario cabe resaltar que tarda una hora para poder tener otro encuentro sexual en caso de las mujeres disminuye la congestión pélvica, disminuye la hinchazón del clítoris y labios menores (Ramírez, 2018).

## 2.5 Primer Encuentro Sexual

Perder la virginidad, cada vez que se habla de este tema tenemos un sinfín de temas controversiales que ponen a duda si está preparado el cuerpo y de igual manera si está preparado mentalmente para llevar a cabo este primer encuentro, ahora bien, los temas que se pueden presentar en el primer encuentro sexual es el miedo este tema es redundante puesto que es algo nuevo en el cual no se tiene una experiencia y en la mayoría de los casos no se tiene una preparación correcta del tema lo que provoca este miedo por lo desconocido entonces que sucede cuando se presenta un problema, pues se acude con personas que han tenido experiencia con el tema, muchos pensarán que se dirigen con los padres pero la realidad es que se acude con amigos o conocidos que en ocasiones dan consejos equivocados y se vuelve una cadena de malos conocimientos ante la primera experiencia sexual, otro tema a considerar es la virginidad que afecta mayormente a las mujeres (Ruiz y Díaz, 2012).

Se relaciona muchas veces con el primer estiramiento de himen de la vagina o bien el dichoso dolor al introducir el pene a la vagina pero lo que no se sabe es que no en todos los casos no solo el estiramiento produce dolor si no que no existe una lubricación correcta la cual se puede producir con una estimulación previa evitando el dolor, pero ahora como se relaciona con la virginidad, se puede definir que es un conjunto de creencias que tradicionalmente se tiene de generación a generación, que usualmente se sabe que describe a una mujer retraída y restringida ante una vida sexual activa y/o pensamientos de su deseo sexual aun que en la actualidad se puede ver un cambio drástico en el término de virginidad puesto a que se dirigen ahora como un estado de pureza (Ruiz y Díaz, 2012).

*Figura 3:*  
Partes De La Vagina



*Nota: exposición de las partes de la vagina,  
recuperado de:*

<https://www.medigraphic.com/pdfs/ginobs/mex/gom-2008/gom087h.pdf>

En la actualidad no solo es un problema visto desde las mujeres si no que hasta incluso lo hombres ya usan el término “soy virgen” pero en ese caso no es muy común el expresar este término por creencias que describen debilidad ante la vista de otros hombres por lo cual su primer encuentro sexual puede formularse por el desconocimiento y tiende provocar dolor a la mujer, contagiarse de enfermedades de trasmisión sexual o en otros casos un embarazo no planeado

Para tener un primer encuentro sexual es necesario contar con varios elementos, como lo son la relajación es un punto fundamental aun que para el primer encuentro suele ser muy difícil puesto que suele influir el nerviosismo y el miedo lo cual provocara una acomodación dando como resultado una mala experiencia, otro

punto fundamental es la mala información visualizada por la dichosa pornografía en la cual provoca una mala experiencia puesto a que la pornografía tiene un 95% falsa o bien es todo lo contrario a tener relaciones sexuales, en primer lugar el tiempo es totalmente exagerado puesto a que se muestra que un video tarda en ocasiones hasta una hora en las cuales expresan una variedad de agresividad, violencia y victimización y posterior a se cree que el primer encuentro debe ser como un video pornográfico con las mismas características, ahora para tener una experiencia favorable al primer encuentro es necesario saber que debe existir una comunicación entre ambas personas con respecto a que está permitido hacer, que cosas no están permitidas en el encuentro.

¿Por qué es importante tener un primer encuentro sexual? Es sumamente importante tener un primer encuentro puesto a que será el inicio de una vida sexual, ayuda a impulsar una vida sexual con mayor seguridad y ayuda principalmente a distinguir tu orientación sexual, debe quedar claro que iniciar o bien tener el primer encuentro sexual no debe ser juzgado ni mucho menos visualizarlo como un delito hasta cierto punto lo podemos considerar como un acto que todos los seres humanos llegan a hacer.

Se debe normalizar este tema ante los adolescentes puesto a que se estará evitando un listado de consecuencias que pueden afectar gravemente e incluso se debe hacer énfasis a que si existe más información ante el primer acto sexual se podría evitar embarazos no deseados y evitar el contagio de enfermedades de transmisión sexual (Menkes et al, 2019).



## 2.5 Métodos Anticonceptivos

Son estrategias que ayudan a impedir un posible embarazo y hasta en algunos casos enfermedades de transmisión sexual, su principal función es el evitar el embarazo de forma hormonal, transitorio y permanente, se recomienda previamente usar el método anticonceptivo más adecuado para el tipo de cuerpo que se tenga o bien cuál es el mejor según su condición física, esto lo decidirá un especialista en cuestión de la salud(Díaz y Schiappacasse,2017).

De igual forma se debe considerar que al usar un método anticonceptivo es una decisión individual y en algunos casos en pareja, cada persona debe tomar una decisión de si quiere tener hijos, como quiere cuidarse, cuantas parejas sexualmente quiere tener a lo largo de la vida, ahora bien es necesario saber qué tipo de método anticonceptivo se debe usar y para esto se debe saber las principales características de cada método, por ejemplo la seguridad que tiene, si cumple su funcionalidad, si evita contraer enfermedades de trasmisión sexual, si ayudan previamente al cuerpo en este pues es importante saber que en algunos caos los métodos anticonceptivos hormonales ayudan a la regulación de ciclo menstrual, y hasta incluso ayudan a los cólicos del ciclo menstrual(Díaz y Schiappacasse,2017).

La eficacia en este punto va más dirigido hacia la mujer puesto a que significa si el método anticonceptivo cumple su finalidad de evitar un embarazo, pero aquí otro punto fundamental se debe presenciar que no todo depende del método si no en cómo se usa, si se ha seguido correctamente el instructivo del método, otro punto fundamental es que tan recurrente se usa el mismo método puesto que en algunos casos suele verse que pierden su eficacia, facilidad de uso aquí se basa principalmente si es de fácil colocación, esto puede evitar que se use incorrecto puesto a que si es de fácil colocación es más sencillo usarlo y existen menos posibilidades de usarlo mal, disponibilidad en este punto es donde la mayoría de

personas y especialmente jóvenes y adolescentes tienen el problema de adquirir el método lo cual provoca que lleven a cabo el encuentro sexual sin ninguna protección, cabe resaltar que en ocasiones los métodos son en ocasiones costosos o es necesario acudir al médico para solicitarlo, o llega a pasar que cuando son métodos gratuitos por alguna entidad de salud suelen ser de mala calidad haciendo que su efectividad sea menor y produzca el efecto contrario, la reversibilidad este se basa en la restauración de fertilidad en ambos caso de los hombres y en de las mujeres (Díaz y Schiappacasse,2017).

Los métodos anticonceptivos se basan en diferentes anticonceptivos.

➤ Anticonceptivos hormonales

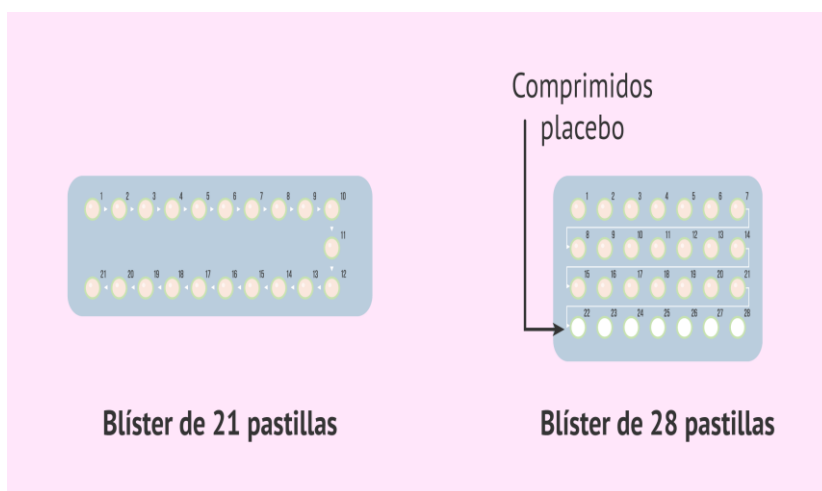
Aquellos métodos contienen estrógenos y progesterona los cuales son hormonas que tienen el propósito de regular el ciclo menstrual, estas hormonas se producen en el ovario impiden la ovulación, algunos anticonceptivos hormonales son. (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Las pastillas combinadas

Son pastillas de uso diario que tienen como fin el evitar un embarazo o bien impide el paso del semen (espermatozoides) de la vagina al útero, las pastillas combinadas se usan dependiendo a la presentación de cada paquete, el paquete de 21 pastillas se deben ingresar de forma oral por 21 días consecutivos cuando se termine el paquete se debe tomar un descanso de una semana y después se puede consumir otro paquete de pastillas, se debe hacer énfasis que no es posible consumir las pastillas durante la semana(7 días) de descanso sino hasta el octavo día, ahora bien las pastillas de 22 días se debe consumir por 22 días consecutivos, aquí la diferencia es el tiempo de descanso que deben tener antes de consumir otro paquete, el tiempo de descanso es de 6 días y al séptimo se consume otro paquete y por último el paquete de 28 pastillas que de igual forma se consume de forma constante durante 28 días pero aquí no tendrá un descanso, acabando el

paquete se debe consumir al siguiente día otro nuevo paquete, un punto fundamental es que se debe consumir cada 12 horas puesto a que puede perder su efectividad si tarda más de 12 horas al consumir, este método se recomienda que no sea de uso en el primer ciclo menstrual de la mujer puesto a que el cuerpo no está preparado para adquirir la cantidad de hormonas (Díaz y Schiappacasse,2017).

Figura 4.  
*Pastillas Combinadas.*



*Nota. Diferencias de presentación entre pastillas combinadas de 21 días y pastillas de 28 días, el consumo debe ser continuo.*

*Recuperado:* <https://www.reproduccionasistida.org/wp-content/pildora-anticonceptiva-21-28-pastillas-768x326.png.webp>

Riesgos que se dan cuando se consume las pastillas combinadas es tener algunos malestares como náuseas, vómitos, cambios de humor, aumento de peso, insomnio, cansancio y dolor de cabeza, cada uno de estos síntomas pueden varear según el tipo de cuerpo (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Anticonceptivos Combinados Inyectables Mensuales

Al igual que las pastillas combinadas las inyecciones mensuales tienen dos hormonas estrógenos y progesteronas que evitan el embarazo puesto que las inyecciones provocan un moco que se instala en el cuello de la matriz impidiendo el paso de los espermatozoides, este método consiste en aplicar dos dosis si son inyecciones de forma mensual, la primera debe ser aplicada en el ciclo menstrual especialmente entre el día 1 al 5 y después las siguientes dosis se deben aplicar cada 30 días, no puede pasar más de 3 días pues pierde eficacia ahora si son de forma trimestral es necesario aplicar la inyección en el ciclo menstrual del día 1 al 7 y posterior a esto se aplicaran las siguientes inyecciones cada 90 días y de igual forma sin dejar pasar después de 3 días puesto a que pierde su eficacia (IMSS, 2015).

Los riesgos que se tienen cuando se aplica son el adelanto del ciclo menstrual, en ocasiones la desaparición del ciclo menstrual, náuseas, vómitos, sensibilidad en pechos, inflamación del vientre, aumento de peso, insomnio, cansancio y dolor de cabeza (IMSS, 2015).

➤ Anillo vaginal

Este método tiene dos tipos de hormonas etonogestrel y etinilestradiol que inhibe la ovulación, el anillo vaginal es un aro transparente, flexible y blando que su colocación es sencilla y fácil, se toma el anillo con los dedos previamente limpios y en la posición más cómoda en la cual se va a ir introduciendo lentamente el aro en la vagina asegurándose que quede en su lugar (Díaz y Schiappacasse, 2017).

Figura 5.  
*Colocación Del Anillo Vaginal.*



*Nota: colocación del anillo vaginal entre la vagina y el útero, ayuda de los dedos pulgar e índice.*

*Recuperado:*

<https://www.reproduccionasistida.org/anillo-vaginal-anticonceptivo/anillo-vaginal-2/>

Después de haberlo introducirlo se puede sufrir algunos efectos secundarios como lo son dolor de cabeza, náuseas, sensibilidad en los pechos, puede afectar el periodo menstrual, cambios de humor y vómitos (IMSS, 2015).

➤ **Parche Transdérmico Combinado**

Es un parche anticonceptivo que contiene hormonas como lo son norelgestromin y etinilestradiol que son liberados para impedir la ovulación provocando que el moco del cuello uterino se vuelva más espeso y así evitar el paso de los espermias, cada parche se puede usar en un promedio de 3 semanas y posterior a eso tiene un tiempo de descanso de 1 semana, el parche se debe colocar el primer día de ciclo menstrual el segundo parche se coloca en el día 8 de la menstruación y se retira el primer parche, después en el día 15 se debe retirar el segundo parche, el tercer parche se debe retirar en el día 22 después de este día se debe descansar una semana (7 días) sin parche, después de esta semana se puede usar de nuevo el parche (Díaz y Schiappacasse,2017).

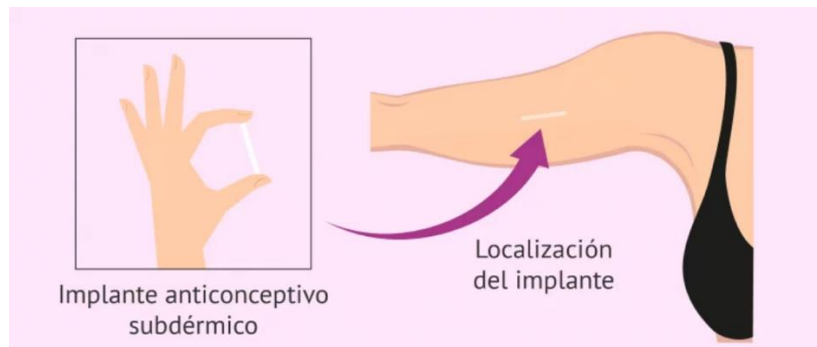
Se puede usar en diferentes partes del cuerpo, por ejemplo, en el glúteo, abdomen, en el brazo parte superior y espalda, efectos secundarios que se presentan dolor de cabeza, sensibilidad en los pechos, afecta al ciclo menstrual, náuseas, vomito, irritación de piel donde se encuentra el parche (IMSS, 2015).

➤ Implantes Subdérmicos De Progestágeno

Es un método que contiene progestágeno que evita la ovulación haciendo que el moco del cuello del útero sea más espeso y así impidiendo el paso de los espermatozoides, el ímplate es una capsula de plástico en el cual se colocan en la parte del brazo interno, tiene una duración de 3 años para su aplicación es necesario acudir con un médico, los efectos secundarios son dolor de cabeza, en ocasiones puede desaparecer el ciclo menstrual, afecta el ritmo del ciclo menstrual, náuseas, vomito y malestar en los pechos(Díaz y Schiappacasse,2017).

Figura 6.

*Implante Subdérmico*



*Nota: demostración de colocación del implante anticonceptivo bajo el brazo en la parte interior. Recuperado: <https://www.reproduccionasistida.org/wp-content/localizacion-implante-anticonceptivo-780x332.png.webp>*

- Anticonceptivos De Barrera
  - Dispositivo Intrauterino DIU

Es un dispositivo que se coloca en el útero en el cual evita el paso de los espermatozoides, la principal función de este dispositivo es disminuir la movilidad de los espermatozoides al igual que ayuda a alterar el moco cervical que evita tener un embarazo no deseado, existen dos tipos de DIU (Díaz y Schiappacasse,2017).

*Figura 7*  
*Colocación Del DIU*



*Nota: para la colocación del dispositivo es necesario acudir al médico, el cual colocara siguiendo los siguientes pasos, 1 se introduce a través del cuello uterino con un aplicador, 2 se fija en el fondo del útero y 3 debe se retira el aplicador. Recuperado: <https://www.reproduccionasistida.org/wp-content/colocacion-del-diu-670x285.jpg.webp>*

- DIU De Cobre

Este método se puede aplicar en el primer día del ciclo menstrual o un día antes del ciclo menstrual que a comparación del DIU hormonal este contiene cobre en la parte vertical del dispositivo que repeló los espermatozoides tiene una duración de 10 años, los efectos secundarios del dispositivo son en ocasiones afecta el ciclo menstrual, dolor de cabeza y cólicos (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ DIU Hormonal

Este método se centra principalmente en la liberación de hormonas lo cual provoca que el moco cervical sea más espeso y por ende impide el paso de los espermatozoides, tiene una duración de 3 a 5 años y los efectos secundarios se basan en cólicos, afecta el ciclo menstrual, sensibilidad en pechos, aumento de peso, aparición de acné, dolor de cabeza y en ocasiones provoca anemia (IMSS, 2015).

➤ Condón Masculino

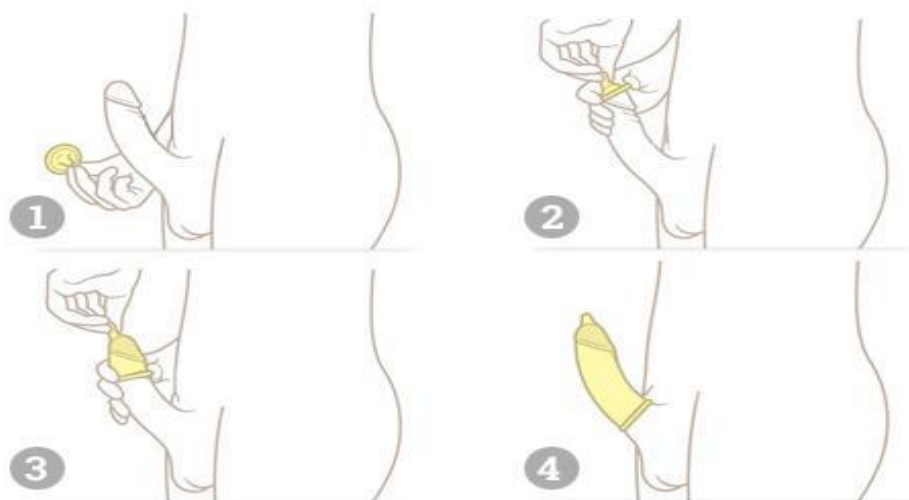
Se describe como una funda de látex en el cual se coloca en el pene del hombre y este a su vez recolecta el semen evitando el encuentro del ovulo y el espermatozoide, se le llama anticonceptivo de barrera porque evita el contacto de piel a piel con el fin de evitar enfermedades de trasmisión sexual, existen distintos condones como lo son con lubricante, de distintos tamaños, texturas, estimulantes, sin látex y con sabor (Díaz y Schiappacasse,2017).

Este método puede resultar el más confiable siempre y cuando se tome en cuenta la fecha de caducidad y colocar de forma correcta(antes de cualquier contacto sexual es necesario que de forma cuidadosa se debe destapar con las manos y no con dientes, identificar la punta del preservativo e identificar el lado correcto del preservativo, después se debe ir desenrollando sin dejar aire hasta llegar a la base, cuando ya ha pasado el acto sexual y hubo eyaculación es necesario retirar el pene de la vagina cuidadosamente sin que salga el semen del preservativo y para finalizar si existe otro encuentro sexual es necesario usar otro preservativo (Díaz y Schiappacasse,2017).



Figura 8.

*Colocación del condón*



*Nota. Identificar la punta del preservativo e identificar el lado correcto del preservativo, después se debe ir desenrollando sin dejar aire hasta llegar a la base, cuando ya ha pasado el acto sexual y hubo eyaculación es necesario retirar el pene de la vagina cuidadosamente sin que salga el semen del preservativo y para finalizar si existe otro encuentro sexual es necesario usar otro preservativo. Recuperado: <https://www.webconsultas.com/embarazo/metodos-anticonceptivos/como-ponerse-el-preservativo-masculino>*

➤ Condón femenino

Se describe como una funda de látex que a comparación del condón masculino este es regularmente más grande, tiene forma cilíndrica y contiene dos anillos flexibles su finalidad es evitar el contacto de piel a piel, este método puede resultar muy recomendable puesto a que evita tener un embarazo no planeado y evita tener enfermedades de transmisión sexual (Díaz y Schiappacasse,2017).

Para su colocación es necesario revisar la fecha de caducidad del condón y si está en buenas condiciones el condón con su empaque para su colocación es necesario tener las manos limpias previamente, cuidadosamente abrir el empaque del condón con las manos y no con dientes, ubicar el anillo interno del condón y doblarlo de forma que sea cómoda e ir ingresándolo poco a poco, para ingresarlo

es necesario adquirir la posición más cómoda (en cuclillas o acostada), después del acto sexual es necesario retirar de forma lenta y en una posición cómoda ir jalando el condón poco a poco (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Los espermicidas

Este método se caracteriza por ser sustancias químicas untables o bien que se introducen al cuerpo evitando un embarazo, los espermicidas repelen y descomponen los espermatozoides, se presentan por geles, cremas, tabletas, supositorios y espuma (Díaz y Schiappacasse,2017).

- Este método no es muy recomendable puesto que su efectividad es de 72% y por consiguiente existe la posibilidad de un embarazo y de igual manera existe la posibilidad de contraer una enfermedad de transmisión sexual y finalmente algunos efectos secundarios son la irritación al momento de aplicación (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Geles/cremas: se introduce el gel o crema en la vagina especialmente en el cuello uterino (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Espuma: en caso de la espuma se recomienda agitar varias veces y en una posición cómoda colocar la espuma en el cuello uterino (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Tabletillas/supositorios: con las manos limpias es necesario introducir la tableta o bien supositorios según sea el caso en la vagina y después poco a poco ir introduciendo lo más profundo que se pueda, se necesita esperar aproximadamente diez minutos a que se disuelva completamente la tableta o el supositorio (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Métodos Naturales

#### Método Del Ritmo O Calendario

Este método consiste en identificar los días fértiles y abstenerse de tener encuentros sexuales durante dichos días, para llevar a cabo este método es

necesario contabilizar los ciclos menstruales de aproximadamente 6 meses es decir las fechas de ciclo a ciclo, para llevar a cabo este método es necesario realizar una fórmula para identificar los días fértiles (Díaz y Schiappacasse,2017).

Al periodo más corto se le debe restar 18, mientras que el periodo más largo se le resta 11, ejemplo: Los periodos de una mujer en los próximos seis meses corresponden a el primer mes 28, segundo mes 30, tercer mes 31, cuarto mes 30, quinto mes 31 y el sexto mes 29 (Díaz y Schiappacasse,2017).

- El mes más corto fue de 28 al cual se le va a restar 18 que da como resultado 10
- El mes más largo fue de 31 al cual se le va a restar 11 que da como resultado 20

Entonces se puede considerar que los días fértiles de la mujer podrían ser del día 10 al día 20, cabe resaltar que este dato es necesario la opinión profesional para llevarse a cabo, los riesgos de este método son que en la mayoría de los casos termina con un embarazo y tiene más probabilidades de contraer una enfermedad de transmisión sexual (Díaz y Schiappacasse,2017).

#### ➤ Temperatura Basal

Es aquel método que consiste en la toma de temperatura del cuerpo mientras este se encuentre en absoluto descanso ahora bien cuando se encuentra en los días de ovulación o bien los días fértiles la temperatura del cuerpo aumenta muy bruscamente y se considera que entre más calor es más probabilidad pueda provocar un embarazo ahora entre menos calor se tenga en el cuerpo existe menos probabilidad de que no quede en un embarazo (Díaz y Schiappacasse,2017).

Este método no es recomendable puesto a que como no se usa otro método anticonceptivo de segundo refuerzo se puede decir que esta a expuesto a tener un embarazo o una enfermedad (Díaz y Schiappacasse,2017).

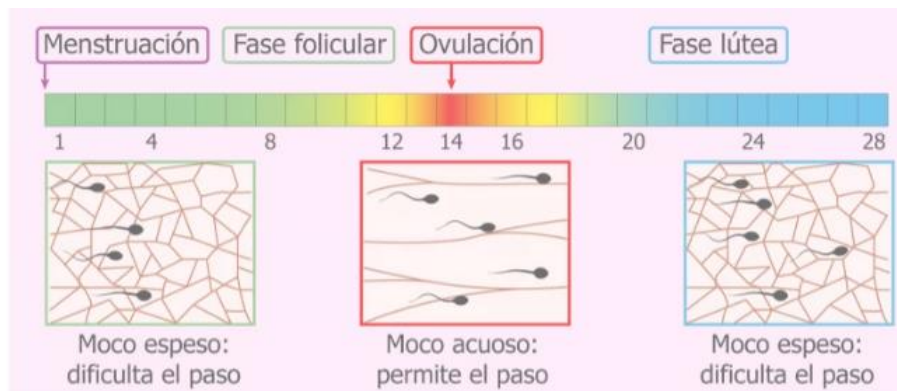
➤ Moco cervical

El moco cervical se puede describir como una sustancia que proviene de la vagina que se hace presente después del ciclo menstrual que toda mujer ha experimentado. El método del moco cervical considerado como método natural puesto a que resalta que se puede saber cuándo es más probable tener relaciones sexuales, consiste en descifrar por medio de características cualitativas del moco cervical, para identificar los días fértiles es necesario saber meses antes la continuidad que se tiene entre cada ciclo menstrual, ejemplo en un ciclo menstrual de cada 28 días (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Fases del moco cervical

Día 1-12 se considera que es la fase folicular en la cual no resulta fácil que llegue a tener el encuentro del esperma al útero, del día 13-15 se considera que es la etapa en donde el moco cervical cambia completamente(el moco se vuelve transparente, cambia su color blanquecino a transparente y se vuelve más pegajoso) con el fin de para facilitar la entrada del esperma al útero, del día 16 – 28 se considera que es la fase lútea que consiste en volver a su forma original es decir vuelve a ser blanquecino, espeso y pegajoso aquí es poco probable tener el encuentro entre el esperma y el útero (Díaz y Schiappacasse,2017).

Figura 9.  
Fases del moco cervical



*Nota.* La fase folicular es poco probable el encuentro del espermia y el útero, en la fase de ovulación cambia las características del moco para permitir el paso de los espermias y finalmente en la fase lútea el moco vuelve a su forma de origen evitando el encuentro del espermia y el útero. Recuperado. <https://www.reproduccionasistida.org/wp-content/cambios-en-el-moco-cervical-durante-el-ciclo-menstrual-768x326.png.webp>

Este método se puede usar de igual forma tener un embarazo y no solamente evitarlo, a pesar que es un método técnicamente sencillo y fácil de llevar a cabo es recomendable el usar otro método de refuerzo como lo son los métodos de barrera especialmente el condón femenino y masculino que ayudan a no contraer enfermedades y no tener un embarazo (Ruiz, 2018).

#### ➤ Coito interrumpido

Este método se puede considerar que es el primer causante de embarazos puesto a que en muchas ocasiones se cree que puede quedar en un embarazo si se eyacula dentro de la vagina, pero la realidad es que no necesariamente puede referirse en la evacuación puesto a que cuando el pene se encuentre erecto este produce fluidos que de igual forma pueden tener espermias aunque por otro lado se puede ver después del acto sexual y de la eyacuación se vuelve a introducir el pene dentro de la vagina este puede contener espermia en la uretra y poder darse

el encuentro de espermatozoide y ovulo, este método tiene un porcentaje del 76% de efectividad y esta propenso a contraer alguna enfermedad de transmisión sexual (Ruiz, 2018).

- Métodos permanentes
- Vasectomía (tradicional y sin bisturí)

Es un procedimiento quirúrgico en el cual se localizan los conductos de deferentes donde pasa los espermatozoides a lo cual cortan de tal forma que no pueda existir el encuentro del espermatozoide y el ovulo, ahora bien algo importante que se debe saber en especialmente a la población en general es que el hombre nunca dejara de eyacular pero el semen no podrá contener espermatozoides, la diferencia de vasectomía tradición y sin bisturí es que la vasectomía tradicional si existe un corte y sin bisturí no existe un corte, cabe resaltar que el semen no solo está compuesto de espermatozoides si no también contiene carbohidratos, ácido cítrico y espermicidas(Olguin y Rojas, 2019)

- OTB (Oclusión Tubárica Bilateral) o Salpingoclasia

Este método es ocupado la mayoría de veces por mujeres que ya han tenido un cierto número de hijos determinados en la cual toman la decisión de ya no tener más hijos, este procedimiento quirúrgico se puede llevar a cabo en una cesárea o de igual manera se puede programar, para este procedimiento se debe ubicar las trompas de Falopio y posterior a eso son ligadas y son cortadas para así evitar el paso de los espermatozoides al ovulo (Ruiz, 2018).

- Anticonceptivo hormonal de emergencia

Consiste en pastillas anticonceptivas que son especiales puesto a que contienen una dosis específica para prevenir un embarazo, este método se usa por lo general cuando ubo un encuentro sexual sin protección o método

anticonceptivo, se le conoce como pastilla del día siguiente, existen dos tipos de presentación de pastillas (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Presentación de 1 pastilla: se ingresa de forma oral, se debe consumir aproximadamente en las primeras 24 horas después del acto tiene una eficacia de hasta 95% de efectividad (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Presentación de 2 pastillas: se ingresa de forma oral, pero a comparación de la presentación de 1 pastilla esta se debe ingresar una cada 12 horas (Díaz y Schiappacasse,2017).

En ambas presentaciones se debe considerar que existen muchos efectos secundarios que se pueden ver en la afectación del ritmo del ciclo menstrual, dolores de cabeza, aumento de peso, acné, cambios de humor, náuseas, vómitos, insomnio, sangrado, entre otros se recomienda acudir al médico (Ruiz, 2018).

Después de haber resaltado los métodos anticonceptivos se debe resaltar que existe una importancia respecto al uso de estos ahora bien es importante usar métodos anticonceptivos y en especial para los adolescentes puesto a que ayuda a evitar tener hijos no deseados este punto es primordial puesto a que como es el inicio a una vida sexual y más cuando se encuentra en una edad aproximada de entre 14 a 16 años en la cual no está planeado ni un futuro estable ni una planeación de familia y por ende es importante prevenir un embarazo, ayuda a prevenir riesgos en la salud individual este punto es primordial puesto a que los adolescentes inicial a conocer los riesgos que puede tener al no usar protección en cuestiones de salud(Ruiz, 2018).

El informarse sobre métodos anticonceptivos tiene que ver con creencia que vienen desde casa estos pueden ser positivos o negativos, los positivos tienen que ver con la impartición de información sobre cada uno y como usarlos pero desde otro punto se puede decir que usar métodos anticonceptivos es un tema

tabú en el cual no existe una impartición de información y se vuelve como un tema prohibido que a lo largo de la vida de cada individuo ira descubriendo cada uno de los métodos anticonceptivos vistos desde su propia experiencia, cabe resaltar que en tiempos actuales se van rompiendo más y más estos temas prohibidos, se debe resaltar que los métodos anticonceptivos no son malos y que cualquier persona de cualquier edad puede usar siempre y cuando sea con responsabilidad y con asesoría médica para adecuar que método es apropiado para cada individuo, algunas ventajas que tiene al usar estos métodos es que ayuda a fortalecer la confianza de uno mismo y en pareja, ayuda a crear nuevos hábitos de higiene persona, crea la responsabilidad sexual, crea confianza, crea vínculos y crea el respeto hacia otras personas, dentro del respeto hacia otra persona se debe presentar que nunca se debe faltar a la integridad de la persona que se compartirá el encuentro y para eso se debe conocer las posibles enfermedades que se pueden contraer si no se usa algún método anticonceptivo (Ruiz, 2018).



## 2.7 Enfermedades De Trasmisión Sexual (ETS)

Inicialmente se puede comprender que una enfermedad de transmisión sexual está expuesto un sinfín de problemáticas y más cuando se habla de adolescentes puesto a que como están expuestos a la apertura a su vida sexual no saben identificar como se ve una ETS, sin embargo se puede decir que muchas de estas afecciones y/o enfermedades son asintomáticas o bien que no existen síntoma a plena vista y que al paso de los días esto empieza a aumentar rigurosamente y es ahí cuando el individuo percibe en el algo que no es normal, existen varias variable que pueden describir el causante de contraer una ETS entre ellas está la falta de información que tiene bajos recursos, en cuestiones educativas se debe hacer un mayor énfasis en el problema de contraer una ETS(Calderón,1999).

Otra variable que se puede ver es la falta de usar algún método anticonceptivo en especial de barrera, otra variable es el ser víctima de algún abuso sexual en el cual pudo haberse contraído, otra variable es la horadación de la enfermedad esta hace referencia de la madre tiene una ETS y se encontraba embarazada este lo puede heredar ahora bien se estima que más de 500 millones de personas (de 15 a 49 años) tienen una infección genital por el virus del herpes simple (VHS o herpes) (Calderón,1999).

### ➤ Ulceras Genitales

Se puede describir que esta infección se caracteriza y se centra principalmente en ulceras en las zonas genitales, o bien como se conoce como ampollas, no se pueden identificar en los primeros días después del acto sino después de siete días después empiezan a presentarse sintomatología que en hombres se presenta por lesiones enrojecida, dolor progresivo, ardor y en algunos casos sangrado en mujeres se observa la misma sintomatología, pero aquí aumenta la sintomatología de tipo urinaria que puede identificar la infección, en los hombres pueden ubicarse las ulceras en el frenillo, prepucio y el glande por el lado de las mujeres se pueden

ubicarse en los labios, vagina y cérvix, para un diagnóstico confiable es necesario acudir al médico y seguir un tratamiento decidido por el médico, pero ahora bien se debe tener un tratamiento desde la primera consulta puesto a que podría empeorar y provocar otro tipo de úlceras como son Chancro y Herpes (Calderón,1999).

➤ Chancro

Este tipo de úlcera se describe en un rango mayor de dolor a comparación de las úlceras genitales “normales” esta aumenta el tamaño y existe sangrado en las zonas genitales, son más fáciles de identificar por lo general es necesario usar fármacos otorgados por el médico, en los hombres pueden ubicarse las úlceras en el frenillo, prepucio y el glande por el lado de las mujeres se pueden ubicarse en los labios, vagina y cérvix algunas recomendaciones que se le dan a las personas infectadas son la realización de estudios para descartar otro tipo de enfermedad y si este tiene y si es necesario realizar estudios con las personas que se tuvo un acto sexual(Calderón,1999).

➤ Virus Del Herpes Simplex (VHS)

Se describe como una infección de transmisión sexual incurable a consecuencia de no usar algún método anticonceptivo en especial de barrera, algunas de las características de esta enfermedad se describen como úlceras que se ubican en los genitales o cerca de los mismos, son sensibles al contacto lo cual podemos resaltar que es notoria la aparición de la enfermedad puesto a que tiene que ver con molestias urinarias, en ocasiones los infectados describen las úlceras con un gran rango de dolor elevado, ardor quemante y en la mayoría de los casos si se llega a tocar estas pueden sangrar y el dolor aumenta(Calderón,1999).

El periodo de incubación se calcula de 2 a 7 días en las cuales se pueden presentar la sintomatología que anterior se menciona es necesario saber que el tratamiento debe ser al instante de presentar sintomatología puesto a que corre con

el riesgo de contagiar, el riesgo puede afectar no solo a las personas que tuvieron el encuentro sexual sino que de igual forma afecta a los productos si es que se encuentra en un embarazo, existe la probabilidad que el producto contraiga (VHS) la probabilidad aumenta si está en fase terminal pero si es a inicios de embarazo la probabilidad disminuye, pero es necesario la evaluación médica para determinar un tratamiento adecuado la recomendación que se tiene a las personas infectadas es la abstinencia de tener relaciones sexuales y si en caso de tener un episodio de herpes es necesario darle a conocer al médico o si es el caso hacerle saber al obstetra (Calderón,1999).

*Figura 10.*  
Llagas genitales



ADAM.

*Nota: diferencia de las enfermedades de transmisión sexual como lo son el chancro y herpes.*

*Recuperado:*

[https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp\\_ima\\_gepages/17066.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_ima_gepages/17066.htm)

## ➤ Sífilis

Es una enfermedad de transmisión sexual que consiste en úlceras que generalmente se puede contraer por contacto directo con alguna úlcera o bien contacto de piel a piel, generalmente se puede decir que la población con más posibilidades de contraer esta enfermedad es la población joven que están en constante cambios de pareja que no usen algún método anticonceptivo de barrera para hacer más específico condón masculino y femenino, esta enfermedad es muy perjudicial para salud puesto a que si no existe un tratamiento ante esta enfermedad podemos decir que afecta al paso del tiempo al cuerpo e incluso si es el caso afecta de tal forma a los embarazos en especial al producto puesto a que puede contraer la enfermedad provocando algunas complicaciones en especial cuando entra en labor y puede producir malformaciones o puede hacerse la presencia de las úlceras en manos y pies pero la observación aquí es que no existe ninguna sintomatología por lo cual será difícil reconocer la enfermedad (Calderón, 1999).

La sífilis puede desglosarse en varios tipos como lo son la fase primaria donde se presentan chancro y úlceras en el sitio donde hubo contacto, fase secundaria donde el infectado presenta se presenta lesiones de tonalidad rojiza en la cual se puede percibir al momento del tacto se puede notar un bulto inflamado endurecido pero sin dolor al igual se hace presente la mucosa oral, nasal y rectal, fase terciaria es importante saber que esta fase se da principalmente a consecuencia de falta de tratamiento y a descuido del infectado, de igual forma se puede decir que es la etapa más silenciosa puesto a que no existe un malestar pero en por la parte interior puede llegar a afectar el cerebro, nervios, ojos, corazón, hígado, huesos y articulaciones cabe resaltar que el periodo de incubación dura aproximadamente 3 semanas después del contacto aunque se puede considerar que esta enfermedad es muy difícil de percibir y detectar a simple vista por lo cual se recomienda que se haga una inspección después de algunos días de tener el encuentro sexual para cerciorarse que no padezca algunos síntomas (Calderón, 1999).

### ➤ Gonorrea

Es una enfermedad de transmisión sexual que se caracteriza por producir secreciones de aspecto verdoso y amarillento que sale por la vagina y por el pene, dicha enfermedad está más expuesta a contraer en adolescentes y en jóvenes activamente sexuales o que tienen numerosa parejas sexuales cabe resaltar que el contagio es por medio de sexo vaginal y anal o bien solo se puede contraer por medio de genital a genital y no por contacto casual (por medio del tacto, usar baños públicos, nadar en una piscina pública, entre otros) esta enfermedad se produce en caso de las mujeres por la vagina, las trompas de Falopio y en el cuello uterino se puede presentar alguna sintomatología como lo es el ardor y dolor al orinar se presenta secreción vaginal abundante, se presenta sangrado y picazón en el ano mientras que en los hombres se produce en la uretra y se presenta algunos síntomas como lo son ardor, dolor al orinar, secreción parecida a la pus, inflamación y sensibilidad de testículos al tacto, ahora desde otro punto se puede decir que si no se llega a un tratamiento constante dado por un médico este puede ser perjudicial a largo plazo como por ejemplo puede provocar infertilidad en la mujeres y que al igual puede provocar embarazos de alto riesgo al igual es un alto riesgo un embarazo puesto a que puede contraer la enfermedad de madre a hijo o puede contraer esta enfermedad al momento de parto y puede ser perjudicial para el producto (García et al, 2016).

### ➤ Uretritis Gonocócica (UG)

Es una enfermedad de transmisión sexual que solo el ser humano es el único portador de esta infección, se da principalmente por el contagio de cuerpo a cuerpo es decir de genital a genital, esta enfermedad por lo general se da más en hombres que en mujeres, pero ambos están expuestos a contraer esta enfermedad, alguna sintomatología que presentan los hombres es el dolor al orinar, se presenta secreción en el pene, se presenta sensibilidad al contacto y esta aumenta ante

tener relaciones sexuales y finalmente se presenta sangrado en la orina y en el semen, en el caso de las mujeres se presentan infecciones urinarias, secreción abundante, se presenta ardor al momento de orinar, presenta fiebre, escalofríos, dolor en los genitales y finalmente se presenta ardor en la uretra (Figuroa 2013) y (Calderón,1999).

Es muy importante acudir a un médico si se presentan esta sintomatología puesto que se evitaría el contagio a la demás población, pero ahora bien si la pareja sexual presenta alguna sintomatología es necesario acudir con un médico para descartar la enfermedad, cabe resaltar que esta enfermedad se puede transmitir de mama a hijo puesto a que está expuesto a la zona infectada, las zonas que puede llegar a infectarse en los hombres es la uretra, recto, epidídimo y conjuntivo en caso de las mujeres se presenta la uretra, la glándula de bartolina, el cérvix, trompas de Falopio y la capsula hepática (Figuroa 2013) y (Calderón,1999).

#### ➤ Uretritis No Gonocócico (UNG)

Es una enfermedad de transmisión sexual que se centra principalmente en la inflamación de la uretra y su periodo de incubación es de 2 a 5 días después de la exposición de piel a piel o es decir de genital a genital pero cuando en realidad se presenta la sintomatología de esta enfermedad es 5 semanas después del acto sexual, se presenta regularmente más en hombres que en mujeres puesto a que la uretra del hombre tienen más posibilidad de contagiarse que la uretra de la mujer, algunos de los síntomas de que se presentan es dolor al orinar, sensibilidad al tacto, dolor en la ingle y picor en la ingle al presentar la sintomatología es recomendable acudir a un médico para realizarse estudios de forma físicos y de laboratorio para descartar o identificar la enfermedad y así iniciar un tratamiento adecuado para el infectado(Ortega, 2021).

Algunas recomendaciones que se dan cuando se ha identificado la enfermedad es seguir con el tratamiento al pie de la letra para evitar alguna complicación, otra

recomendación que se hace ante esta enfermedad es el uso del condón, evitar el tener o cambiar constantemente de parejas sexuales y por ultimo lavar los genitales después de cada encuentro sexual (Ortega, 2021).

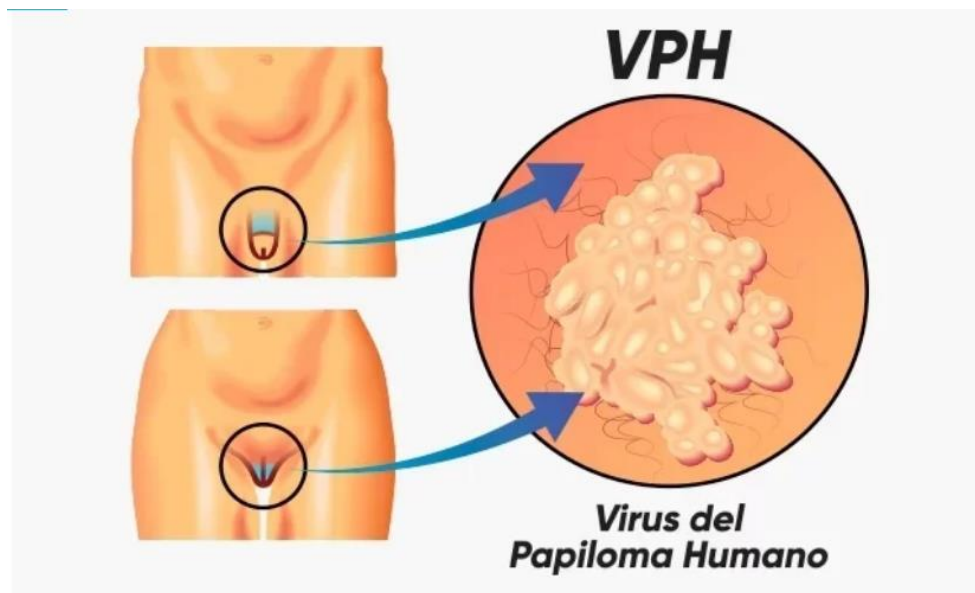
➤ Tricomoniasis

Es una enfermedad de transmisión sexual que se da de genital a genital, se presenta la sintomatología después de 3 semanas después del encuentro sexual y su periodo de incubación es de 5 a 29 días después del encuentro en caso de las mujeres afecta las partes de la uretra, vagina y la vulva en el caso de los hombres afecta a la uretra y próstata, ahora bien la sintomatología que presenta la mujer es irritación, inflamación, picazón, ardor, enrojecimiento y dolor en los genitales, malestar al orinar, secreción con color trasparente, blanquecino, amarillento o verdecido con olor en el caso de los hombres se presenta picazón después de orinar o de eyacular y se presenta secreción del pene se recomienda que para evitar esta enfermedad de transmisión sexual es el uso del condón y asistir constantemente al médico para revisiones y descartar esta enfermedad u otras enfermedades(Calderón,1999).

➤ Infección Por Los Virus Del Papiloma Humano (VPH)

El virus del papiloma humano se describe como una infección venérea que se trasmite por contacto directo, pero cabe resaltar que en algunos casos no siempre se llega a contraer de genital a genital si no que muchas ocasiones se puede contraer por sexo oral o sexo anal puesto que las principales zonas de contagio son aquellas que contienen células mucosas por ejemplo la vagina, cuello uterino, vulva, ano, prepucio, uretra, garganta, la boca, tráquea y el interior de la nariz ahora bien algunos síntomas que se pueden presentar son la aparición de verrugas, pueden aparecer en los genitales, manos, pies, boca, en el ano entre otras partes(Wessel et al.,2020).

Figura 11.  
Verrugas genitales



*Nota: Ejemplificación de verrugas genitales de hombre y mujer a causa del Virus Del Papiloma Humano. Recuperado. [https://static.tuasaude.com/media/article/ac/zg/vph-cura-transmision-sintomas-y-tratamiento\\_391\\_1.webp](https://static.tuasaude.com/media/article/ac/zg/vph-cura-transmision-sintomas-y-tratamiento_391_1.webp)*

➤ VPH cutáneo

Este tipo de virus corresponde a la aparición de verrugas en la piel y que no es necesario que salgan en los genitales, pueden salir en (Wessel et al.,2020).

- Brazos
- Pechos
- Manos
- Pies

➤ VPH Mucosos o bien genitales

Esta clasificación consiste en las partes que contienen células mucosas son infectadas, por ejemplo (Wessel et al.,2020).



- Ano
- Los genitales (pene y vagina)

Ahora viendo desde otra perspectiva se pueden dividir en VPH Mucosos De Bajo Riesgo que se caracteriza por la aparición de verrugas, pero que no tienen riesgo de contraer cáncer y VPH Mucosa de Alto Riesgo se puede caracterizar por la aparición de Cáncer, por ejemplo (Wessel et al.,2020).

- Cáncer del cuello uterino
- Cáncer de orofaringe
- Cáncer de ano
- Cáncer de pene
- Cáncer de vagina y vulva

Un tema fundamental que se puede ver reflejado es la falta de información respecto a esta infección venérea puesto a que muchas ocasiones cuando se presenta los síntomas se descuida y evita la visita del médico lo cual provocara que empeore, otro punto importante es el cómo se puede llegar a contagiar una persona, muchas personas tienen la creencia que este virus se puede contraer por una mala higiene personal, hacer necesidades en baños públicos, abrazar a una persona que tenga el virus y hasta incluso nadar en una alberca con una persona que tenga el virus se tiene la idea que el virus se puede contagiar al contacto cuando en realidad se contagia por medio de contacto de genitales o bien sexo vaginal, sexo oral y/o sexo anal, algunas recomendaciones que se dan son el limitar el número de encuentros sexuales con diversas personas, usar condón correctamente se refiere el

usar el condón antes de cualquier encuentro sexual puesto a que si existe contacto sin penetración puede llegar a contagiarse puesto a que está en contacto con la zona genital y el condón evitara cualquier contacto (Wessel et al.,2020).

### ➤ Clamidia

Es una enfermedad bacteriana contagiosa de transmisión sexual que principalmente su fuente de contagio es a través del sexo anal, vaginal y oral, como se sabe esta enfermedad es muy contagiosa puesto a que puede contagiar no solo los genitales si no que de igual manera se puede contagiar los ojos y la garganta, esta enfermedad puede afectar a mujeres y a hombres pero los síntomas pueden ser diferentes y se presentan distinto como por ejemplo en el caso de las mujeres tiene más facilidad de identificación puesto a que la sintomatología se vuelve de tipo urinaria provocando dolor y ardor al orinar pero de igual manera se presentan más síntomas que son más detectables como lo son el sangrado después de un encuentro sexual acompañado de dolor y ardor, se presenta hinchazón alrededor de la vagina y flujo vaginal abundante.

En el caso de los hombres es más complicado identificar los síntomas puesto que el nivel de dolor es menor que en la mujer por ejemplo en los hombres se puede presentar ardor, dolor y picazón al momento de orinar, se puede presentar secreción en el pene y finalmente puede presentarse sensibilidad de testículos al tacto. Esta enfermedad puede provocar otro tipo de infecciones en el cuerpo como lo son infecciones respiratorias, infecciones intestinales e infecciones oculares estas enfermedades se pueden contraer no solo por contacto sexual si no que puede transmitirse de madre a hijo que puede ser perjudicial al momento de nacimiento o bien en el desarrollo prenatal, se puede evitar esta enfermedad por medio del uso de condón que evita el contacto directo de genital a genital pero en ocasiones se puede contraer por sexo oral o estar en contacto con el genital infectado lo cual explicaría las infecciones oculares e infecciones intestinales.

### ➤ VIH y Sida

El VIH o como se conoce virus de inmunodeficiencia humana es un virus que ataca y debilita el sistema inmunitario provocando la debilitación de defensas del humano provocando que sea más propenso a contraer Cáncer de todo tipo, su forma de transmisión no solo es de genital a genita puesto a que se ha demostrado que la transmisión es por medio de otros medios como lo son la sangre, leche materna, el semen y en algunos casos se presenta el contagio por una mala esterilización de instrumentos en el área de salud, es contagioso para todos los seres humanos no importa el sexo, género y edad todo ser está expuesto a contraer el virus ahora bien algunos síntomas que se pueden presentar síntomas similares a la influenza (gripe de temporada, dolor de articulaciones, debilidad, cansancio y dolor de cabeza) se presenta fiebre, dolor de garganta, sarpullido, úlceras bucales, escalofríos, sudor, fatiga, síntomas similares a mononucleosis (Ganglios linfáticos inflamados en el cuello y las axilas e hígado o bazo inflamado) entre otros, es importante identificar esta enfermedad puesto a que si la persona no entra a un tratamiento es posible que pueda empeorar y puede evolucionar en sida pero para llegar hasta este punto es necesario saber que existen fases (Fajardo y Rivero, 2001).

➤ Fase 1 infección aguda

En esta fase se hace la presencia de los síntomas más habituales que son enfermedad de temporada, cansancio, fatiga, dolor de cabeza, escalofríos, sarpullido, ganglios inflamados entre otros, cabe resalta que muchos infectados no presentan ningún síntoma en la primera fase de la enfermedad pero pueden llegar a aparecerse en la segunda etapa de la enfermedad, algo importante que se debe saber resaltar es que en esta etapa puede durar una década sin que haya sido diagnosticada ante un profesional de la salud (Fajardo y Rivero, 2001).

➤ Fase 2 infección crónica

En esta etapa el virus se reproduce con más rapidez en el cuerpo y aumenta gravemente la cantidad de VIH en la sangre y es necesario iniciar con un tratamiento puesto que puede llegar a la tercera etapa provocando SIDA (Fajardo y Rivero, 2001).

➤ Fase 3 Síndrome De Inmunodeficiencia Adquirida SIDA

En esta etapa destruye los linfocitos, se destruye el sistema inmunitario, el cuerpo esta vulnerable a distintos canceres y se estima que solo puede tener tres años (Fajardo y Rivero, 2001).

Esta enfermedad es considerada incurable pero con tratamiento que puede hacer que las personas infectadas vivan más años, pero actualmente en México se está poniendo a prueba un método preventivo ante VIH, lleva el nombre de PrEP o bien Profilaxis Pre Exposición en el cual consiste en consumir una píldora diariamente y siguiendo las indicaciones correspondientes para tener una mayor eficacia, esta píldora se debe consumir antes de ponerse en contacto con el virus, algo importante que se debe saber que las píldoras son para aquellas personas que no tienen VIH pero que están más expuestas a contraer el virus, esta píldora reduce hasta un 90% de riesgo de contraer VIH siempre y cuando siga con las recomendaciones médicas pero cabe resaltar que esta píldora no protege de otras enfermedades de trasmisión sexual y se recomienda el uso de condón para evitar alguna enfermedad de trasmisión sexual ahora otro punto fundamental de esta píldora es que solo se puede conseguir de forma privada es decir que no está disponible en alguna entidad de salud, pero actualmente esta píldora se está aprobando para que sea de facilidad comercial o hasta incluso sea un servicio gratuito (OPS, 2017).

Es importante saber cuáles son las enfermedades de trasmisión sexual, saber cómo se pueden prevenir y saber identificar alguna sintomatología para poder

acudir al médico, cuando se habla de la vida sexual activa de un adolescente se imagina que no conocen un conocimiento previo de las enfermedades de transmisión sexual que se puede contraer a una falta de información desde casa, escuela y en algunas entidades de salud que hasta cierto punto no cumplen con el objetivo de causar el impacto que se tiene este tema y tener como resultado la prevención de cada adolescente.

## 2.8 Embarazo

El embarazo adolescente siempre ha sido un problema de distintas índoles en cuestiones de salud puesto a que como se sabe una adolescente no está preparada físicamente para tener un hijo el cual a su vez provocara tener un embarazo de alto riesgo o incluso un aborto y tiende a padecer problemas en un futuro al volver a embarazarse, es de cuestión social puesto a que cumple con los estereotipos del mexicano que se acostumbra en algunas comunidades por ejemplo el dejar de estudiar en el caso de los hombres como en el de las mujeres puesto a que buscan un sustento para la nueva familia, en el caso de las mujeres dedicarse al hogar y no conseguir un trabajo por su propia cuenta, en el caso de los hombres se inicia una vida de trabajos mal pagados por no tener un nivel más alto de estudios y conformarse con una vida de obrero sin aspirar a más y al final tener una vida sin sueños(Núñez et al., 2003).

La adolescencia es una etapa de la vida en donde el individuo busca nuevas experiencias de vida incluyendo la introducción a su primer encuentro sexual y de igual manera esta etapa es donde se presentan más oportunidades de adquisición de nuevo conocimiento pero la parte negativa de esta etapa refiere que al momento en el que el adolescente empiece a tener sus propias experiencias puede traer otro tipo de complicaciones en este caso si el adolescente se encuentra en su primer encuentro sexual y comete el error de no usar método anticonceptivo o colocar mal el método anticonceptivo provocando un embarazo ahora esto puede cambiar con ayuda de orientación y ayuda con el objetivo de explotar su vida sexual seguros e informados(Núñez et al., 2003).

Existen algunos factores que podrían describir el ¿Cuáles son los factores de los embarazos adolescentes?: la economía que en muchas ocasiones puede ser fundamental cuando se quiere adquirir un método anticonceptivo tanto como la mujer como el hombre esto se da desde un alto costo de cada método, factor de

localidades marginadas en donde se puede ver existen pocos recursos relacionados a la salud provocando una mala educación sexual, factor de crianza se refleja principalmente en las tradiciones y creencias que se tiene en cada familia, educación

impartida por padres sugiriendo y provocando miedo ante el sexo provocando que se vuelva un tema tabú, la toma de responsabilidades a temprana edad se puede considerar como un factor secundario puesto a que cuando se le incluye a un adolescente tomar ciertas actividades que debe realizar un adulto lo cual provocara que el adolescente inicie otra fase de la vida la cual podría referirse como el trabajar y tener una familia y por último el factor de medios de comunicación y redes sociales que actualmente se consideran una ventaja y una fuente de información de fácil acceso para los adolescentes pero en ocasiones puede encontrarse información falsa siendo perjudicial; ahora bien el embarazo se puede definir que es el estado de la mujer fisiológica en donde inicialmente comienza con la unión del espermatozoide y el ovulo, posterior a esto continuara un desarrollándose, el embarazo consiste en diferentes fases como son (Núñez et al., 2003).

➤ Primer mes

En este primer mes se puede describir que el embrión inicia la formación de extremidades, se forman los órganos y el corazón, en la mujer se puede identificar algunos síntomas que ayudan a identificar el embarazo, se presenta inestabilidad de emociones, ausencia del periodo menstrual, hinchazón del vientre, estrés y frecuencia al orinar (Núñez et al., 2003).

➤ Segundo mes

Se empieza a formar el aparato muscular, el aparato nervioso, el cerebro, medula espinal, brazos y piernas en la mujer se presentan síntomas como son la fatiga, náuseas, presión arterial baja y es más probable que tenga infecciones vaginales (Núñez et al., 2003).

➤ Tercer mes

Se ha formado completamente el sistema nervio, se puede observar el latido del corazón, inicia el movimiento, formación de casi todos los órganos y se definen los pies y manos, en la mujer se presenta mareos, aumento de peso, empieza a extenderse el vientre (Núñez et al., 2003).

➤ Cuarto mes

El feto empieza a moverse poco y responde ante el tacto en la mujer se presentan la desaparición de las náuseas y vomito, el vientre empieza a crecer, la frecuencia de orinar es mayor (Núñez et al., 2003).

➤ Quinto mes

El feto crece más rápido, empieza a producir calor por propia cuenta, los movimientos son más constantes y puede escuchar, en la mujer se presenta a presentar los niveles de colesterol y triglicéridos son más altos de lo habitual, puede provocar en ocasiones diabetes gestional (Núñez et al., 2003).

➤ Sexto mes

Se reconoce el sexo del feto, tienen mayor facilidad de movimiento empieza a pigmentar la piel, en la mujer se presenta el aumento de peso, aumenta la fatiga y el cansancio, aumenta el crecimiento del vientre y finalmente tiene dificultades para dormir (Núñez et al., 2003).

➤ Séptimo mes

El feto es más fuerte, sus movimientos tienen más fuerza, el feto puede sobrevivir fuera del útero, la placenta está terminada y empieza a formarse el bello del cuerpo en las mujeres aparecen las estrías, el diafragma se eleva, aumenta el cansancio y empieza a perder el cabello (Núñez et al., 2003).

➤ Octavo mes



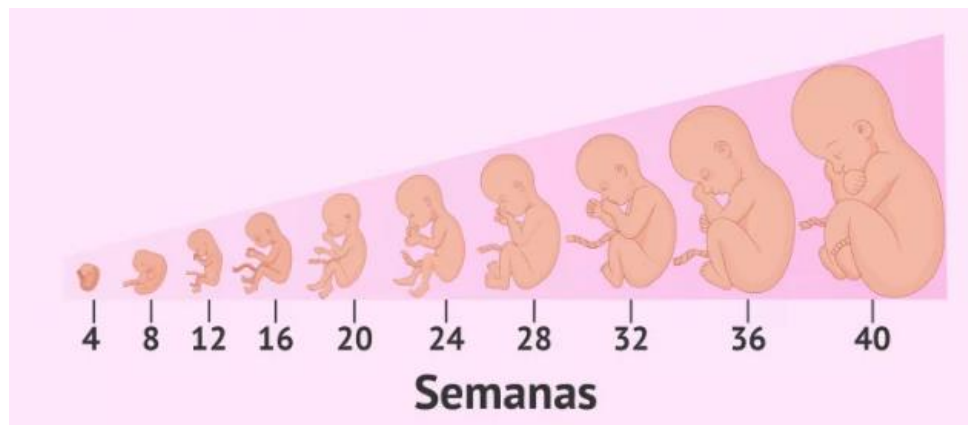
Aumenta el tamaño del feto, empieza a cambiar de posición y los movimientos son más notables para la madre, en la mujer se presenta los pies hinchados, el ombligo sobre sale y se presenta secreción de la vagina (Núñez et al., 2003).

➤ **Noveno mes**

El feto empieza a cambiar de posición preparándose para el parto, empieza la expansión de caderas y se presenta la dilatación en la mujer se presenta dolor, cansancio, fatiga y se puede estimar la fecha posible del parto (Núñez et al., 2003).

*Figura 12.*

**Etapas del Embarazo**



*Nota: ejemplificación del desarrollo fetal, desde la semana cuatro (mes uno) hasta la semana cuarenta (noveno mes). Recuperado. <https://www.reproduccionasistida.org/wp-content/embarazo-mes-a-mes1-768x326.jpg.webp>*

El embarazo adolescente puede existir muchas complicaciones dependiendo de cada adolescente como por ejemplo si se habla de una adolescente con poco peso se puede decir que puede contraer anemia, hemorragias y puede que el feto puede nacer con poco peso y puede ser más propenso a contraer una enfermedad, para evitar estos tipos de problemas se recomiendan la planeación de familia evitando embarazos no deseados y evitando un enlistado de problemáticas y situaciones que se podría evitar si se planifica correctamente.

## 2.9 Aborto

El aborto es un problema de diversos indoles en su mayoría sociales y de cuestión de salud, México uno de los países que actualmente se menciona que tiene un grado de fanatismo extremo derivado a ciertos caracteres como son deportes y la religión, en este caso cuando se habla de la religión o bien que la mayoría de las personas son se consideren católicas o en su defecto otras religiones, ahora algunas ideas y creencias relacionada de estos temas son el término “el aborto te llevara al infierno” o “el aborto es para las mujeres de la calle” y demás términos que juzgan y en su defecto solo provocan miedo de distintos indoles, el aborto se sabe que es una decisión que debe tomar en su defecto la mujer, esta decisión se debe considerar con sí misma y estar preparada para las distintas complicaciones que se pueden presentar durante el proceso o bien después de esto (Lamas, 2009).

Anteriormente el realizarse un aborto era de forma clandestina y de alto riesgo de contraer una infección puesto a que es realizaba de forma clandestina se realizaba la interrupción de una mala calidad y sin proteger al paciente pero actualmente en México es 100% legal la interrupción del embarazo en la cual se puede acudir a una entidad de salud para la interrupción o bien el asesoramiento del aborto si es de forma de ingesta de medicamento siempre y cuando este en un periodo menos de 12 semanas para poder interrumpir sin tener una perjudicarían más adelante al paciente, estén dos tipos de aborto que se recomiendan por su eficacia y seguros (Lamas, 2009).

➤ Aspiración Endouterina

Este tipo de aborto se debe realizar en un establecimiento de salud pública el procedimiento consiste en la succión del embrión usando una cánula en donde se ubicará en el cuello uterino, ahora para este procedimiento es necesario aplicar anestesia local para evitar cualquier tipo de dolor y es un procedimiento técnicamente rápido que puede durar un día y su efectividad es del 98% de eficacia siempre y cuando no exceda las 12 semanas (Lamas, 2009).

➤ Aborto con uso de medicamento

Este método de aborto se aconseja que sea supervisado en una entidad de salud para salvaguardar la salud, ahora bien, este procedimiento consiste en ingerir píldoras de los medicamentos de Misoprostol y Mifepristona, al ingerir estas píldoras provocaran la expulsión del embrión por medio del útero, ahora este tipo de aborto tiene una eficacia del 95% a 98% de eficacia, pero esto puede cambiar dependiendo si se sigue correctamente las indicaciones del personal de salud (Lamas, 2009).

Cabe resaltar que este tema debe meditarse con calma y estar preparado para las posibles consecuencias que podrían conllevar el aplicarse un aborto

## **CAPITULO III:**

### **EDUCACIÓN SEXUAL**

#### **3 1. Deficiencias de la educación sexual a nivel básica y media superior**

Cuando se habla de nivel básico y nivel medio superior hablamos de adolescentes y de jóvenes en donde están más vulnerables a cometer errores y en donde el ser humano busca el nuevo conocimiento en el cual intervienen las dos fuentes de información más cerca y de confianza que pueden tener a la mano lo cual son los padres y la escuela pero intervienen varios factores los cuales son mala proporción de la información e información antigua que impide al adolescente adquirir el conocimiento para llevarlo a cabo de la vida, en este caso la educación no cumple con el objetivo principal el cual es la enseñanza puesto a que en muchas ocasiones los docentes encargados de enseñar el tema de sexo y sexualidad no están capacitados para impartir una clase que provoque impacto y ayude al alumnado o en algunos casos imparten información antigua que como se sabe cada año se debe actualizar puesto a que relucen nuevas investigaciones y estudios que pueden de gran ayuda a los alumnos, es importante proporcionar la información adecuada.

Actualmente en México se han promovido diversos programas de sexualidad en los cuales no han tenido el éxito que se pretende puesto a que actualmente la educación sexual se considera como conservadora la cual describe que las entidades educativas intentan controlar y prevalecer la “pureza sexual”, se enfoca en las consecuencias de tener relaciones sexuales y por ultimo ve como única alternativa la abstinencia para evitar que inicien una vida sexual activa, es importante mencionar que la educación sexual tiene el objetivo de buscar el bienestar del ser humano y más en el ámbito de salud sexual, al igual que se debe mencionar que impartir correctamente un programa de salud sexual ayudara en varios aspectos

como ejemplo (rompe la desigualdad de género, implementa el valor de respeto, aumenta la posibilidad de usar algún método anticonceptivo y disminuye el riesgo de contraer una enfermedad de transmisión sexual y un embarazo adolescente) (Pérez, 2013).

Un elemento fundamental que se intentó implementar en los libros específicamente el libro de ciencias naturales en las cuales se intentó implementar los temas de placer, amor, diversidad sexual y el orgasmo en la cual no hubo un éxito como tal puesto a que distintos grupos de personas que consideraban que se incitaba a iniciar la vida sexual antes de tiempo, aquellos grupos se conforman por grupos de ciudadanos civiles o bien “padres de familia”, grupos religiosos y gobierno federal que no cree apto la implementación de estos temas en un libro (Pérez, 2013).

Actualmente los libros de ciencias naturales resaltan los conocimientos más básicos sobre la información del sexo, algunos temas que se pueden presentar son las consecuencias de un embarazo, imágenes que describen la desigualdad que se tiene hacia la mujer, anatomía del cuerpo humano, algunos métodos anticonceptivos, algunas enfermedades de transmisión sexual. Un punto resaltante que se debe mencionar es que un factor de que impide impartir la salud sexual es si el docente está capacitado para impartir estos tipos de temas puesto a que en ocasiones algunos docentes se mantienen en el tipo de educación conservadora que se impartía en otro tiempo y comenten el error de no actualizarse correctamente, el docente debe estar capacitado para impartir este tema correctamente e identificar que no es un problema, ni un tema de miedo el tener sexo por placer, otro punto importante que se debe resalta es la cuestión de padres puesto a que en algunas situaciones el docente implementa estos temas de sexo y sexualidad pero en ocasiones los padres de familia muestran inconformidad de la implementación de estos temas y aconsejan que se evite el tocar temas

relacionados al sexo, estos casos se ven más seguidos en lugares marginados que aún no se normaliza el hablar de sexo (Pérez, 2013).

Un punto importante de la educación sexual es romper con la educación de generaciones pasadas puesto a que en tiempo atrás las personas crecieron con ignorancia relacionada al tema, silencio, tabúes, miedos y prejuicios que en su momento eran difíciles de romper pero que en la actualidad existe medios de información que permiten explorar más a profundidad y se cuenta con la expresión de libertad que facilita la adquisición de conocimiento (Rodríguez, 2007).

### **3.2 Deficiencia de la educación sexual en entidades de salud**

Inicialmente el problema de las entidades de salud es el no proporcionarle información ni el conocimiento de los métodos anticonceptivos a la población en general lo que provoca el riesgo de contraer una enfermedad de Trasmisión Sexual y un embarazo no planeado, ahora bien, este problema se enfoca en los métodos anticonceptivos puesto que si no existe una impartición del conocimiento funcional de todo lo que conlleva cada método puede ser perjudicial para la población en general en este caso los adolescentes que al momento de pedir información más extensa y completa de los métodos y/o la aplicación de algún método estas entidades se niegan o bien piden la autorización de algún tutor o padre de familia para proporcionarles el método, ahora otro principal problema es el solo brindar los métodos anticonceptivos tradicionalista como lo es el condón masculino o hasta incluso el método femenino dejando a un lado otros tipos de métodos que pueden funcionar en caso de emergencia(Meneses et al, 2014)

Esta información debe proporcionarse a mujeres que con edades fértiles y no solamente a mujeres que anteriormente ya han tenido 1 o 3 hijos excluyendo a mujeres que están iniciando una vida sexual en el cual su objetivo principal es no tener un embarazo o bien una enfermedad de trasmisión sexual, toda persona tienen derecho a conocer, acceder a información y a la aplicación de métodos anticonceptivos en cualquier entidad de salud lo que se puede referir a que se puede acudir de forma gratuita a la adquisición de información y a la aplicación de métodos pero un punto en que se resalta que la responsabilidad de informarse y de aplicarse un método es de forma individual de la persona interesada en la cual debe presentarse motivado a adquirir información(Meneses et al, 2014)

Actualmente siguen existiendo muchas complicaciones para que un menor de edad adquiera información básica de cómo usar métodos anticonceptivos no tradicionales por los cuales su siguiente alternativa es pedir esta ayuda de forma



privada que tiene un costo sumamente elevado y más para un menor de edad que no cuenta ni con la economía necesaria puesto a que aún no tienen un trabajo se le dificulta pedir ayuda provocando que se use el método de forma errónea provocando consecuencias de una enfermedad sexual y embarazo no planeado, se dice que las entidades de salud no brindan información más amplia puesto que se respalda con las entidades educativas en las cuales se pretende que los adolescentes quieran la información más adecuada y en las entidades de salud solo se llega a aplicar el método o a proporcionar, pero la realidad es que cada entidad debe proporcionar de la manera más adecuada y si en este caso se habla de una entidad de salud se debe ser más específico y brindarles más atención que en una entidad de educación (Gobierno de la República, 2014).

Actualmente si una persona acude a una entidad de salud en la cual se le aplica un método anticonceptivo por ejemplo el implante subdérmico el personal de salud debe proporcionarle información y asesoramiento durante la aplicación, la orientación que debe tener las entidades de salud ha mejorado esto desde 2014 en las cuales se le presenta un cuestionario donde pueden expresar como fue su atención dirigida a la aplicación del método. Entre esas preguntas se encuentran ¿Le explicaron sobre los métodos anticonceptivos que podía utilizar?, ¿Le explicaron sobre las molestias que podía tener?, ¿Le dijeron que regresara en caso de cualquier molestia?, ¿Le dedicaron el tiempo suficiente para darle toda la información que necesitaba? Y ¿Le aclararon sus dudas respecto al método? Entre otras preguntas que tienen con el fin de brindar información a la mujer y darle otra alternativa, la información de métodos anticonceptivos es para cualquier persona (ENADID, 2014).

### **3.3 Deficiencia de la educación sexual en casa**

La adolescencia es la etapa del ser humano más difícil puesto a que los adolescentes buscan orientación el apoyo del primer núcleo que es la familia, la sexualidad debe presentarse desde la infancia puesto a que se debe enseñar el conocimiento de su cuerpo, la intimidad el respeto entre otros ahora bien cuando inicie la etapa de la adolescencia se debe tocar diversos temas tanto como lo son la fisiología (partes del cuerpo, cambios físicos, crecimiento de vello, entre otros), parte afectiva (noviazgo, amor, sentimientos, relaciones interpersonales y emociones), si se imparte la salud sexual desde la infancia provocara tener una comunicación y se romperá los estereotipos que se han formado, ahora bien el principal problema de tener una mala educación sexual son los estereotipos y los tabúes puesto a que en generaciones pasados su forma de crianza diferente, a pesar que son otros tiempos y que la información está al alcance de la mano en muchas ocasiones no se acude por distintos temas como lo son la vergüenza o por ignorancia con el objetivo de seguir contrayéndola virginidad hasta el matrimonio y cabe resaltar que muchos padres resaltan la parte negativa de tener relaciones sexuales y dejan a un lado que es una necesidad provocando miedo en caso de las mujeres mientras que en los hombre esta desde una postura más patriarcal en el cual consiste en ideas de superioridad y la mala asesoría de no usar métodos en cada encuentro sexual y por ello es necesario acabar con la mala información, romper con los estereotipos con los que se han criado los padres y enseñarle de forma correcta todo lo que conlleva tener una relación sexual tanto como ventajas como lo son las consecuencias de cada acto que pueden llevar (López, 2016).

## **CAPITULO IV:**

### **PROPUESTA DE PLANEACIÓN DE SALUD SEXUAL PARA ADOLESCENTES DE 14 A 18 AÑOS DE EDAD**

#### **4.1 Presentación**

En el presente trabajo dará pauta a una propuesta de planeación de salud sexual que principalmente iniciará desde la formación educativa del tema de sexualidad dada a adolescentes de 14 a 18 años de edad. Ahora bien, cuando hablamos del sistema educativo básico (secundaria) y medio superior (preparatoria) se puede observar que está rodeado por estereotipos sociales y que también infantilizan el tema de sexo y sexualidad haciéndolo un problema lleno de tabú incluso en un ambiente educativo en donde tiene como fin el adquirir conocimientos para un desarrollo favorable; ¿Por qué el sexo es un problema?

En muchas ocasiones al hablar sobre este tema puede considerarse un tema algo prohibido puesto a que la sociedad considera que puede ser inapropiado hablar y comentar este tema con un adolescente debido a que si hablan deliberadamente de este tema puede exponerse el adolescente a iniciar una vida sexual activa y en muchas ocasiones terminar con un embarazo no deseado ahora bien al hablar de sexo y sexualidad con adolescentes no es moralmente inapropiado porque al impartir este tema puede existir hasta cierto punto un método de prevención ante enfermedades de transmisión sexual, un embarazo no deseado y puede mejorar la relación y comunicación de padre a hijo a lo cual se hará una propuesta de planeación que ayudara a adquirir información adecuada para los alumnos que deseen iniciar una vida sexual.

Por lo cual la propuesta se basa cada sesión será 1 día a la semana, se llevará a cabo 3 sesiones de 3 horas dando como resultado 9 horas, cada sesión se llevará a cabo con distintas técnicas de enseñanza como la expositiva, demostrativa y

participativa que ayudara a los alumnos a adquirir nuevo conocimiento, Las sesiones serán dirigidas en entorno de aula y fuera de ella (patio principal) el cual son excelentes para que el alumno adquiriera conocimiento y no sea tedioso al largo de la sesión.

## **4.2 Justificación**

Actualmente se puede identificar la deficiencia que se tiene en la educación básica (secundaria) y media superior(preparatoria) por la parte de educación sexual, las deficiencias de la misma se puede observar a que no existe como tal una enseñanza eficaz al instante de exponer los temas que engloban sexo y sexualidad dado que infantilizan y minorizan el problema que se crea al no proporcionar información adecuada, precisa y de fácil comprensión, pero haciendo hincapié cuando se proporciona información en cuestión teórica esta se vuelve ambigua y de poco impacto para los adolescentes. Ahora bien, cuando se habla de educación en casa se puede ver que al momento de hablar del tema de sexo y sexualidad de padres a hijos se vuelve un tema lleno de tabús y prejuicios que al final del día no cumplen con el propósito de impartir los temas de sexo y sexualidad haciendo que sean temas socialmente prohibidos y que causan vergüenza al momento de hablar de los mismos, dicho esto no existe una educación completa o bien de fácil comprensión de este tema.

## **4.3 Propósito**

Esta propuesta tiene el fin de brindar nuevos conocimientos a los alumnos y es una herramienta que puede ayudar a los docentes a mejorar o impartir ese tema que cuenta con nueva información, nuevas alternativas que pueden poner en práctica para obtener un puesto mejor resultados al momento de aprendizaje de los alumnos.

## 4.4 Objetivos

### Objetivo general

- Promover y modificar la salud sexual a nivel básico(secundaria), medio superior (preparatoria) y en casa para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos en adolescentes de 14 a 18 años de edad.

### Objetivos específicos

- Transformar la salud sexual a nivel básico (secundaria) para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos.
- Rediseñar la salud sexual a nivel medio superior (preparatoria) para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos
- Convertir la salud sexual en casa para vivir una sexualidad responsable, reproductiva y libre de estereotipos

## 4.5 Sesión 1: Sexualidad y Adolescentes

### Objetivo

- Identificar y reconocer los conceptos de sexo, sexualidad, genero, orientación sexual e identidad de genero

### Descripción de actividad

**ACTIVIDAD:** Se les pedirá a los alumnos que escriban en su cuaderno la pregunta ¿Quién soy? Y se le pedirá que la guarden hasta que se les vuelva a pedir

**ACTIVIDAD:** Presentación del video:

<https://www.youtube.com/watch?v=x6SV5GkmKVU>

**ACTIVIDAD:** Se le pedirá al alumno que escriba su opinión respecto a la pregunta ¿el sexo es malo?

**ACTIVIDAD:** Se le pedirá su participación al azar

**EXPOSICIÓN:** Se les explicará los conceptos básicos y se hará énfasis en las diferencias que existen entre el acto sexual y el sexo biológico

### **Sexo biológico**

El sexo hace referencia a distintas divisiones que describen a un ser de otro, o bien las características fisiológicas que corresponde a cada individuo (vagina o pene), hace referencia a las características con las que se nace

### **Acto sexual**

Se puede definir como una necesidad del cuerpo, pero dando una perspectiva más amplia se puede definir como “coito” o “relación sexual” que consiste en la penetración del pene estando erecto en la vagina este acto puede consistir en dos individuos de distintos sexos (hombre o mujer) o bien del mismo sexo posterior a esto se implica los órganos reproductores de cada individuo.

**ACTIVIDAD:** Se les pedirá a los alumnos que participen, lo que han escrito en la primera pregunta que se le hizo al inicio.

## **1.2 Género**

**EXPOSICIÓN:** del tema de género, estereotipos, prejuicios y órganos reproductores de cada individuo.

### **Género**

Según la OMS (2000) refiere “considera que "hombre" y "mujer" son categorías de sexo, mientras que "masculino" y "femenino" son categorías de género.” Ahora bien, cuando se habla de la parte de género se hace énfasis a un concepto social

al cual se estipula que cuando nace un individuo sea hombre o mujer deben seguir un patrón dictado por la sociedad, tradicionalmente se piensa que cuando un individuo nace y este sea conocido como “hombre” debe tener ciertas características de vestimenta, de comportamiento hasta incluso del habla ejemplo: si es hombre se debe caracterizar por usar el color azul, debe jugar futbol, debe reprimir emociones para no mostrar momentos de debilidad frente a otros niños, en caso de que el individuo sea “mujer” debe cumplir con la caracterización de ser delicada, usar el color rosa, tener un tipo de voz delicado y hasta en cierto punto sumiso.

### **Estereotipos**

Los estereotipos se basan principalmente en las características tanto como ideas, cualidades y características que deben seguir una persona para ser aceptada ante una sociedad,

### **Prejuicios**

Se puede definir como pequeños juicios que se hacen ante una persona o una situación por lo general suele ser negativa, estos juicios suelen ser antes de saber la verdad

**ACTIVIDAD:** Se les pedirá a los alumnos que elaboren un cuadro comparativo, en el lado derecho se escribirá niña y el lado izquierdo se escribirá niño en la cual escribirán los prejuicios y estereotipos que ven día a día

<b>NIÑO</b>	<b>NIÑA</b>

### 1.3 Orientación Sexual

**ACTIVIDAD:** Se la pedirá a los alumnos que observen los videos sin hacer anotaciones:

<https://www.youtube.com/watch?v=ecwwjyEVrgE>

<https://www.youtube.com/watch?v=OcoKzs-g4fU>

**EXPOSICIÓN:** Se le dará la explicación de cada video.

**ACTIVIDAD:** Se les pedirá a los alumnos que salgan de forma ordenada, después se le pedirá que hagan un círculo y se elegirá al azar 10 personas en las cuales se les asignara una orientación sexual e ira pasando al centro del círculo, los demás alumnos deberán mencionar las características que conforman a cada orientación

### 1.4 Identidad De Genero

**ACTIVIDAD:** Se anotará en el pizarrón la siguiente pregunta ¿Qué me gusta?, después se les pedirá a los alumnos que escriban lo que más le gusta

**EXPOSICIÓN:** Se les dará la explicación de tema y por qué se relaciona con el tema

**EXPOSICIÓN:**

#### Identidad de genero

La identidad de género tiene que ver con lo que la persona siente independientemente de su sexo, puesto a que se puede expresar en la forma de vestir, en el comportamiento, gustos y pensamientos dicho lo anterior se puede decir que la identidad de género tiene que ver con la identidad personal la cual consiste en la esencia de la vida cognitiva, afectiva, emocional y conductual, esta esencia se da principalmente por identificar quién eres, que te gusta, cuáles son tus gustos, tus ideas y tu conducta a lo largo del entorno de cada individuo (Zaro, 1999).



**RETROALIMENTACIÓN:** resolución de dudas de los alumnos

**DESPEDIDA:** despedida de los alumnos y docente, se les pide a los alumnos que la próxima clase consigan un paliacate para la siguiente clase

#### **4.6 Sesión 2: Métodos Anticonceptivos y Embarazos No Planeados**

##### **Objetivo**

- Analizar y distinguir los tipos de métodos anticonceptivos, así como los efectos secundarios que conlleva usarlos.

**INSTRUCCIONES:** Se les pedirá a los alumnos que saquen el paliacate que se le pidió la sesión pasada.

**ACTIVIDAD:** se le pedirá que se venden los ojos con el paliacate y se les pedirá a los alumnos que agachen la cabeza, después se les preguntará a los alumnos una serie de preguntas en donde si responden si deben subir la mano y si la respuesta es no la mano abajo, no debe permitir ningún sonido

- ¿Quién ha usado un condón?
- ¿Sabes que es el implante subdérmico?
- ¿Has tenido sexo sin condón?
- ¿Sabes para que sirve el DIU?

**EXPOSICIÓN:** de tipos de métodos anticonceptivos, la eficacia de cada uno, donde conseguirlo, efectos secundarios, edad más apropiada para usarla y consecuencias.

## **Métodos anticonceptivos**

Son estrategias que ayudan a impedir un posible embarazo y hasta en algunos casos enfermedades de transmisión sexual, su principal función es el evitar el embarazo de forma hormonal, transitorio y permanente, se recomienda previamente usar el método anticonceptivo más adecuado para el tipo de cuerpo que se tenga o bien cuál es el mejor según su condición física, esto lo decidirá un especialista en cuestión de la salud (Díaz y Schiappacasse,2017).

### **Anticonceptivos hormonales**

Aquellos métodos contienen estrógenos y progesterona los cuales son hormonas que tienen el propósito de regular el ciclo menstrual, estas hormonas se producen en el ovario impiden la ovulación, algunos anticonceptivos hormonales son. (Díaz y Schiappacasse,2017).

#### Las pastillas combinadas

Son pastillas de uso diario que tienen como fin el evitar un embarazo o bien impide el paso del semen (espermatozoides) de la vagina al útero, las pastillas combinadas se usan dependiendo a la presentación de cada paquete, el paquete de 21 pastillas se deben ingresar de forma oral por 21 días consecutivos cuando se termine el paquete se debe tomar un descanso de una semana y después se puede consumir otro paquete de pastillas, se debe hacer énfasis que no es posible consumir las pastillas durante la semana(7 días) de descanso sino hasta el octavo día, ahora bien las pastillas de 22 días se debe consumir por 22 días consecutivos, aquí la diferencia es el tiempo de descanso que deben tener antes de consumir otro paquete, el tiempo de descanso es de 6 días y al séptimo se consume otro paquete y por último el paquete de 28 pastillas que de igual forma se consume de forma constante durante 28 días pero aquí no tendrá un descanso, acabando el paquete se debe consumir al siguiente día otro nuevo paquete, un punto fundamental es que se debe consumir cada 12 horas puesto a que puede perder

su efectividad si tarda más de 12 horas al consumir, este método se recomienda que no sea de uso en el primer ciclo menstrual de la mujer puesto a que el cuerpo no está preparado para adquirir la cantidad de hormonas (Díaz y Schiappacasse,2017).

### **Anticonceptivos Combinados Inyectables Mensuales**

Al igual que las pastillas combinadas las inyecciones mensuales tienen dos hormonas estrógenos y progesteronas que evitan el embarazo puesto que las inyecciones provocan un moco que se instala en el cuello de la matriz impidiendo el paso de los espermias, este método consiste en aplicar dos dosis si son inyecciones de forma mensual, la primera debe ser aplicada en el ciclo menstrual especialmente entre el día 1 al 5 y después las siguientes dosis se deben aplicarse cada 30 días, no puede pasar más de 3 días pues pierde eficacia ahora si son de forma trimestral es necesario aplicar la inyección en el ciclo menstrual del día 1 al 7 y posterior a esto se aplicaran las siguientes inyecciones cada 90 días y de igual forma sin dejar pasar después de 3 días puesto a que pierde su eficacia (IMSS, 2015).

#### **Anillo vaginal**

Este método tiene dos tipos de hormonas etonogestrel y etinilestradiol que inhibe la ovulación, el anillo vaginal es un aro transparente, flexible y blando que su colocación es sencilla y fácil, se toma el anillo con los dedos previamente limpios y en la posición más cómoda en la cual se va a ir introduciendo lentamente el aro en la vagina asegurándose que quede en su lugar (Díaz y Schiappacasse,2017).

#### **➤ Parche Transdérmico Combinado**

Es un parche anticonceptivo que contiene hormonas como lo son norelgestromin y etinilestradiol que son liberados para impedir la ovulación provocando que el moco del cuello uterino se vuelva más espeso y así evitar el paso de los espermias,

cada parche se puede usar en un promedio de 3 semanas y posterior a eso tiene un tiempo de descanso de 1 semana, el parche se debe colocar el primer día de ciclo menstrual el segundo parche se coloca en el día 8 de la menstruación y se retira el primer parche, después en el día 15 se debe retirar el segundo parche, el tercer parche se debe retirar en el día 22 después de este día se debe descansar una semana (7 días) sin parche, después de esta semana se puede usar de nuevo el parche (Díaz y Schiappacasse,2017).

Se puede usar en diferentes partes del cuerpo, por ejemplo, en el glúteo, abdomen, en el brazo parte superior y espalda, efectos secundarios que se presentan dolor de cabeza, sensibilidad en los pechos, afecta al ciclo menstrual, náuseas, vomito, irritación de piel donde se encuentra el parche (IMSS, 2015).

#### ➤ Implantes Subdérmicos De Progestágeno

Es un método que contiene progestágeno que evita la ovulación haciendo que el moco del cuello del útero sea más espeso y así impidiendo el paso de los espermatozoides, el implante es una capsula de plástico en el cual se colocan en la parte del brazo interno, tiene una duración de 3 años para su aplicación es necesario acudir con un médico, los efectos secundarios son dolor de cabeza, en ocasiones puede desaparecer el ciclo menstrual, afecta el ritmo del ciclo menstrual, náuseas, vomito y malestar en los pechos(Díaz y Schiappacasse,2017).

#### Anticonceptivos De Barrera

#### ➤ Dispositivo Intrauterino DIU

Es un dispositivo que se coloca en el útero en el cual evita el paso de los espermatozoides, la principal función de este dispositivo es disminuir la movilidad de los espermatozoides al igual que ayuda a alterar el moco cervical que evita tener un embarazo no deseado, existen dos tipos de DIU (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ DIU De Cobre

Este método se puede aplicar en el primer día del ciclo menstrual o un día antes del ciclo menstrual que a comparación del DIU hormonal este contiene cobre en la parte vertical del dispositivo que repeló los espermatozoides tiene una duración de 10 años, los efectos secundarios del dispositivo son en ocasiones afecta el ciclo menstrual, dolor de cabeza y cólicos (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ DIU Hormonal

Este método se centra principalmente en la liberación de hormonas lo cual provoca que el moco cervical sea más espeso y por ende impide el paso de los espermatozoides, tiene una duración de 3 a 5 años y los efectos secundarios se basan en cólicos, afecta el ciclo menstrual, sensibilidad en pechos, aumento de peso, aparición de acné, dolor de cabeza y en ocasiones provoca anemia (IMSS, 2015).

➤ Condón Masculino

Se describe como una funda de látex en el cual se coloca en el pene del hombre y este a su vez recolecta el semen evitando el encuentro del ovulo y el espermatozoide, se le llama anticonceptivo de barrera porque evita el contacto de piel a piel con el fin de evitar enfermedades de transmisión sexual, existen distintos condones como lo son con lubricante, de distintos tamaños, texturas, estimulantes, sin látex y con sabor (Díaz y Schiappacasse,2017).

Este método puede resultar el más confiable siempre y cuando se tome en cuenta la fecha de caducidad y colocar de forma correcta(antes de cualquier contacto sexual es necesario que de forma cuidadosa se debe destapar con las manos y no con dientes, identificar la punta del preservativo e identificar el lado correcto del preservativo, después se debe ir desenrollando sin dejar aire hasta

Llegar a la base, cuando ya ha pasado el acto sexual y hubo eyaculación es necesario retirar el pene de la vagina cuidadosamente sin que salga el semen del preservativo y para finalizar si existe otro encuentro sexual es necesario usar otro preservativo (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Condón femenino

Se describe como una funda de látex que a comparación del condón masculino este es regularmente más grande, tiene forma cilíndrica y contiene dos anillos flexibles su finalidad es evitar el contacto de piel a piel, este método puede resultar muy recomendable puesto a que evita tener un embarazo no planeado y evita tener enfermedades de transmisión sexual (Díaz y Schiappacasse,2017).

Para su colocación es necesario revisar la fecha de caducidad del condón y si está en buenas condiciones el condón con su empaque para su colocación es necesario tener las manos limpias previamente, cuidadosamente abrir el empaque del condón con las manos y no con dientes, ubicar el anillo interno del condón y doblarlo de forma que sea cómoda e ir ingresándolo poco a poco, para ingresarlo es necesario adquirir la posición más cómoda(en cucullas o acostada), después del acto sexual es necesario retirar de forma lenta y en una posición cómoda ir jalando el condón poco a poco (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Los espermicidas

Este método se caracteriza por ser sustancias químicas untables o bien que se introducen al cuerpo evitando un embarazo, los espermicidas repelen y descomponen los espermatozoides, se presentan por geles, cremas, tabletas, supositorios y espuma (Díaz y Schiappacasse,2017).

- Este método no es muy recomendable puesto que su efectividad es de 72% y por consiguiente existe la posibilidad de un embarazo y de igual manera existe la posibilidad de contraer una enfermedad de transmisión sexual y
- finalmente algunos efectos secundarios son la irritación al momento de aplicación (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Geles/cremas: se introduce el gel o crema en la vagina especialmente en el cuello uterino (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Espuma: en caso de la espuma se recomienda agitar varias veces y en una posición cómoda colocar la espuma en el cuello uterino (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Tabletas/supositorios: con las manos limpias es necesario introducir la tableta o bien supositorios según sea el caso en la vagina y después poco a poco ir introduciendo lo más profundo que se pueda, se necesita esperar aproximadamente diez minutos a que se disuelva completamente la tableta o el supositorio (Díaz y Schiappacasse,2017).
- Métodos Naturales

#### Método Del Ritmo O Calendario

Este método consiste en identificar los días fértiles y abstenerse de tener encuentros sexuales durante dichos días, para llevar a cabo este método es necesario contabilizar los ciclos menstruales de aproximadamente 6 meses es decir las fechas de ciclo a ciclo, para llevar a cabo este método es necesario realizar una fórmula para identificar los días fértiles (Díaz y Schiappacasse,2017).

Al periodo más corto se le debe restar 18, mientras que el periodo más largo se le resta 11, ejemplo: Los periodos de una mujer en los próximos seis meses corresponden a el primer mes 28, segundo mes 30, tercer mes 31, cuarto mes 30, quinto mes 31 y el sexto mes 29 (Díaz y Schiappacasse,2017).

- El mes más corto fue de 28 al cual se le va a restar 18 que da como resultado 10
- El mes más largo fue de 31 al cual se le va a restar 11 que da como resultado 20

Entonces se puede considerar que los días fértiles de la mujer podrían ser del día 10 al día 20, cabe resaltar que este dato es necesario la opinión profesional para llevarse a cabo, los riesgos de este método son que en la mayoría de los casos termina con un embarazo y tiene más probabilidades de contraer una enfermedad de transmisión sexual (Díaz y Schiappacasse,2017).

- Temperatura Basal

Es aquel método que consiste en la toma de temperatura del cuerpo mientras este se encuentre en absoluto descanso ahora bien cuando se encuentra en los días de ovulación o bien los días fértiles la temperatura del cuerpo aumenta muy bruscamente y se considera que entre más calor es más probabilidad pueda provocar un embarazo ahora entre menos calor se tenga en el cuerpo existe menos probabilidad de que no quede en un embarazo (Díaz y Schiappacasse,2017).

Este método no es recomendable puesto a que como no se usa otro método anticonceptivo de segundo refuerzo se puede decir que esta a expuesto a tener un embarazo o una enfermedad (Díaz y Schiappacasse,2017).

- Moco cervical

El moco cervical se puede describir como una sustancia que proviene de la vagina que se hace presente después del ciclo menstrual que toda mujer ha experimentado. El método del moco cervical considerado como método natural puesto a que resalta que se puede saber cuándo es más probable tener



relaciones sexuales, consiste en descifrar por medio de características cualitativas del moco cervical, para identificar los días fértiles es necesario saber meses antes la continuidad que se tiene entre cada ciclo menstrual, ejemplo en un ciclo menstrual de cada 28 días (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Fases del moco cervical

Día 1-12 se considera que es la fase folicular en la cual no resulta fácil que llegue a tener el encuentro del espermatozoides al útero, del día 13-15 se considera que es la etapa en donde el moco cervical cambia completamente (el moco se vuelve transparente, cambia su color blanquecino a transparente y se vuelve más pegajoso) con el fin de para facilitar la entrada del espermatozoides al útero, del día 16 – 28 se considera que es la fase lútea que consiste en volver a su forma original es decir vuelve a ser blanquecino, espeso y pegajoso aquí es poco probable tener el encuentro entre el espermatozoides y el útero (Díaz y Schiappacasse,2017).

Este método se puede usar de igual forma tener un embarazo y no solamente evitarlo, a pesar que es un método técnicamente sencillo y fácil de llevar a cabo es recomendable el usar otro método de refuerzo como lo son los métodos de barrera especialmente el condón femenino y masculino que ayudan a no contraer enfermedades y no tener un embarazo (Ruiz, 2018).

➤ Coito interrumpido

Este método se puede considerar que es el primer causante de embarazos puesto a que en muchas ocasiones se cree que puede quedar en un embarazo si se eyacula dentro de la vagina, pero la realidad es que no necesariamente puede referirse en la evacuación puesto a que cuando el pene se encuentre erecto este produce fluidos que de igual forma pueden tener espermatozoides aunque por otro lado se puede ver después del acto sexual y de la eyaculación se vuelve a introducir el pene dentro de la vagina este puede contener espermatozoides en la uretra y poder darse el encuentro de espermatozoides y ovulo, este método tiene un porcentaje del 76%

de efectividad y esta propenso a contraer alguna enfermedad de transmisión sexual (Ruiz, 2018).

➤ Métodos permanentes

Vasectomía (tradicional y sin bisturí)

Es un procedimiento quirúrgico en el cual se localizan los conductos de deferentes donde pasa los espermatozoides a lo cual cortan de tal forma que no pueda existir el encuentro del espermatozoide y el ovulo, ahora bien algo importante que se debe saber en especialmente a la población en general es que el hombre nunca dejara de eyacular pero el semen no podrá contener espermatozoides, la diferencia de vasectomía tradición y sin bisturí es que la vasectomía tradicional si existe un corte y sin bisturí no existe un corte, cabe resaltar que el semen no solo está compuesto de espermatozoides si no también contiene carbohidratos, ácido cítrico y espermicidas(Olguin y Rojas, 2019)

➤ OTB (Oclusión Tubárica Bilateral) o Salpingoclasia

Este método es ocupado la mayoría de veces por mujeres que ya han tenido un cierto número de hijos determinados en la cual toman la decisión de ya no tener más hijos, este procedimiento quirúrgico se puede llevar a cabo en una cesárea o de igual manera se puede programar, para este procedimiento se debe ubicar las trompas de Falopio y posterior a eso son ligadas y son cortadas para así evitar el paso de los espermatozoides al ovulo (Ruiz, 2018).

➤ Anticonceptivo hormonal de emergencia

Consiste en pastillas anticonceptivas que son especiales puesto a que contienen una dosis específica para prevenir un embarazo, este método se usa por lo general cuando ubo un encuentro sexual sin protección o método anticonceptivo, se le conoce como pastilla del día siguiente, existen dos tipos de presentación de pastillas (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Presentación de 1 pastilla: se ingresa de forma oral, se debe consumir aproximadamente en las primeras 24 horas después del acto tiene una eficacia de hasta 95% de efectividad (Díaz y Schiappacasse,2017).

➤ Presentación de 2 pastillas: se ingresa de forma oral, pero a comparación de la presentación de 1 pastilla esta se debe ingresar una cada 12 horas (Díaz y Schiappacasse,2017).

En ambas presentaciones se debe considerar que existen muchos efectos secundarios que se pueden ver en la afectación del ritmo del ciclo menstrual, dolores de cabeza, aumento de peso, acné, cambios de humor, náuseas, vómitos, insomnio, sangrado, entre otros se recomienda acudir al médico (Ruiz, 2018).

Después de haber resaltado los métodos anticonceptivos se debe resaltar que existe una importancia respecto al uso de estos ahora bien es importante usar métodos anticonceptivos y en especial para los adolescentes puesto a que ayuda a evitar tener hijos no deseados este punto es primordial puesto a que como es el inicio a una vida sexual y más cuando se encuentra en una edad aproximada de entre 14 a 16 años en la cual no está planeado ni un futuro estable ni una planeación de familia y por ende es importante prevenir un embarazo, ayuda a prevenir riesgos en la salud individual este punto es primordial puesto a que los adolescentes inicial a conocer los riesgos que puede tener al no usar protección en cuestiones de salud(Ruiz, 2018).

El informarse sobre métodos anticonceptivos tiene que ver con creencia que vienen desde casa estos pueden ser positivos o negativos, los positivos tienen que ver con la impartición de información sobre cada uno y como usarlos pero desde otro punto se puede decir que usar métodos anticonceptivos es un tema tabú en el cual no existe una impartición de información y se vuelve como un tema prohibido que a lo largo de la vida de cada individuo ira descubriendo cada uno

de los métodos anticonceptivos vistos desde su propia experiencia, cabe resaltar que en tiempos actuales se van rompiendo más y más estos temas prohibidos, se debe resaltar que los métodos anticonceptivos no son malos y que cualquier persona de cualquier edad puede usar siempre y cuando sea con responsabilidad y con asesoría médica para adecuar que método es apropiado para cada individuo, algunas ventajas que tiene al usar estos métodos es que ayuda a fortalecer la confianza de uno mismo y en pareja, ayuda a crear nuevos hábitos de higiene persona, crea la responsabilidad sexual, crea confianza, crea vínculos y crea el respeto hacia otras personas, dentro del respeto hacia otra persona se debe presentar que nunca se debe faltar a la integridad de la persona que se compartirá el encuentro y para eso se debe conocer las posibles enfermedades que se pueden contraer si no se usa algún método anticonceptivo (Ruiz, 2018).

**ACTIVIDAD:** Se les demostrara a los alumnos la colocación correcta de los métodos anticonceptivos,

**ACTIVIDAD:** Se le pedirá a 5 alumnos (2 hombres y 3 mujeres) que pasen al frente, los alumnos serán elegidos al azar, después el docente a cargo se les proporcionara a cada alumno 1 condón masculino y femenino (los hombres se le dará condón masculino y a las mujeres condón femenino), se les proporcionara un pepino a los hombres y a las mujeres se les proporcionara un prototipo de plastilina con forma de vagina) posterior a esto se le indicara las instrucciones al alumno que consisten en, lo siguiente .... Imaginen que están con una chica guapísima o en su defecto chico guapísimo y resulta que los besos se vuelven un poco más intensos y cada vez va subiendo la temperatura más y más hasta que deciden tener sexo entonces les pregunta su pareja ¿tienes condones? Ustedes dicen “SI”, entonces sacan su condón rápidamente. Ahora ustedes tienen que poner el condón en el pepino lo más rápido porque las ganas se van

## 2.2 Embarazo Y Aborto

**EXPOSICIÓN:** del tema, responsabilidades, cuidados, riesgos, fases del embarazo, dilatación y cesárea

El embarazo adolescente siempre ha sido un problema de distintas indoles en cuestiones de salud puesto a que como se sabe una adolescente no está preparada físicamente para tener un hijo el cual a su vez provocara tener un embarazo de alto riesgo o incluso un aborto y tiende a padecer problemas en un futuro al volver a embarazarse, es de cuestión social puesto a que cumple con los estereotipos del mexicano que se acostumbra en algunas comunidades por ejemplo el dejar de estudiar en el caso de los hombres como en el de las mujeres puesto a que buscan un sustento para la nueva familia, en el caso de las mujeres dedicarse al hogar y no conseguir un trabajo por su propia cuenta, en el caso de los hombres se inicia una vida de trabajos mal pagados por no tener un nivel más alto de estudios y conformarse con una vida de obrero sin aspirar a más y al final tener una vida sin sueños(Núñez et al., 2003).

### ➤ Primer mes

En este primer mes se puede describir que el embrión inicia la formación de extremidades, se forman los órganos y el corazón, en la mujer se puede identificar algunos síntomas que ayudan a identificar el embarazo, se presenta inestabilidad de emociones, ausencia del periodo menstrual, hinchazón del vientre, estrés y frecuencia al orinar (Núñez et al., 2003).

### ➤ Segundo mes

Se empieza a formar el aparato muscular, el aparato nervioso, el cerebro, medula espinal, brazos y piernas en la mujer se presentan síntomas como son la fatiga, náuseas, presión arterial baja y es más probable que tenga infecciones vaginales (Núñez et al., 2003).

➤ Tercer mes

Se ha formado completamente el sistema nervio, se puede observar el latido del corazón, inicia el movimiento, formación de casi todos los órganos y se definen los pies y manos, en la mujer se presenta mareos, aumento de peso, empieza a extenderse el vientre (Núñez et al., 2003).

➤ Cuarto mes

El feto empieza a moverse poco y responde ante el tacto en la mujer se presentan la desaparición de las náuseas y vomito, el vientre empieza a crecer, la frecuencia de orinar es mayor (Núñez et al., 2003).

➤ Quinto mes

El feto crece más rápido, empieza a producir calor por propia cuenta, los movimientos son más constantes y puede escuchar, en la mujer se presenta a presentar los niveles de colesterol y triglicéridos son más altos de lo habitual, puede provocar en ocasiones diabetes gestional (Núñez et al., 2003).

➤ Sexto mes

Se reconoce el sexo del feto, tienen mayor facilidad de movimiento empieza a pigmentar la piel, en la mujer se presenta el aumento de peso, aumenta la fatiga y el cansancio, aumenta el crecimiento del vientre y finalmente tiene dificultades para dormir (Núñez et al., 2003).

➤ Séptimo mes

El feto es más fuerte, sus movimientos tienen más fuerza, el feto puede sobrevivir fuera del útero, la placenta está terminada y empieza a formarse el bello del cuerpo en las mujeres aparecen las estrías, el diafragma se eleva, aumenta el cansancio y empieza a perder el cabello (Núñez et al., 2003).

➤ Octavo mes

Aumenta el tamaño del feto, empieza a cambiar de posición y los movimientos son más notables para la madre, en la mujer se presenta los pies hinchados, el ombligo sobresale y se presenta secreción de la vagina (Núñez et al., 2003).

➤ Noveno mes

El feto empieza a cambiar de posición preparándose para el parto, empieza la expansión de caderas y se presenta la dilatación en la mujer se presenta dolor, cansancio, fatiga y se puede estimar la fecha posible del parto (Núñez et al., 2003).

**ACTIVIDAD:** Se les mostrara a los alumnos como son las fases de dilatación cuando se da a luz

**EXPOSICIÓN:** de que es el aborto, como se lleva a cabo, legalidad, recuperación, porque es bueno, porque es malo y tipos de aborto

El aborto es un problema de diversos indoles en su mayoría sociales y de cuestión de salud, México uno de los países que actualmente se menciona que tiene un grado de fanatismo extremo derivado a ciertos caracteres como son deportes y la religión, en este caso cuando se habla de la religión o bien que la mayoría de las personas son se consideren católicas o en su defecto otras religiones, ahora algunas ideas y creencias relacionada de estos temas son el término “el aborto te llevara al infierno” o “el aborto es para las mujeres de la calle” y demás términos que juzgan y en su defecto solo provocan miedo de distintos indoles, el aborto se sabe que es una decisión que debe tomar en su defecto la mujer, esta decisión se debe considerar con sí misma y estar preparada para las distintas complicaciones que se pueden presentar durante el proceso o bien después de esto(Lamas, 2009).

➤ Aspiración Endouterina

Este tipo de aborto se debe realizar en un establecimiento de salud pública el procedimiento consiste en la succión del embrión usando una cánula en donde se

ubicará en el cuello uterino, ahora para este procedimiento es necesario aplicar anestesia local para evitar cualquier tipo de dolor y es un procedimiento

técnicamente rápido que puede durar un día y su efectividad es del 98% de eficacia siempre y cuando no exceda las 12 semanas (Lamas, 2009).

➤ Aborto con uso de medicamento

Este método de aborto se aconseja que sea supervisado en una entidad de salud para salvaguardar la salud, ahora bien, este procedimiento consiste en ingerir píldoras de los medicamentos de Misoprostol y Mifepristona, al ingerir estas píldoras provocaran la expulsión del embrión por medio del útero, ahora este tipo de aborto tiene una eficacia del 95% a 98% de eficacia, pero esto puede cambiar dependiendo si se sigue correctamente las indicaciones del personal de salud (Lamas, 2009).

Cabe resaltar que este tema debe meditar con calma y estar preparado para las posibles consecuencias que podrían conllevar el aplicarse un aborto

**ACTIVIDAD:** los alumnos se les pedirá que hagan un cuadro comparativo de las ventajas y desventajas de abortar

Ventajas	Desventajas

**DESPEDIDA:** Se despide de los alumnos y se les pide a los alumnos que en la siguiente sesión vistan de forma cómoda, de preferencia con una camiseta que puedan ensuciar o en su caso manchar y por último un paliacate

### 4.7 Sesión 3: Enfermedades de Transmisión Sexual



## Objetivo

- Reconocer y analizar el riesgo que conlleva cada enfermedad de transmisión sexual en el cuerpo

**BIENVENIDA:** Se les da la bienvenida a los alumnos

*Figura 13:  
Ulceras genitales*

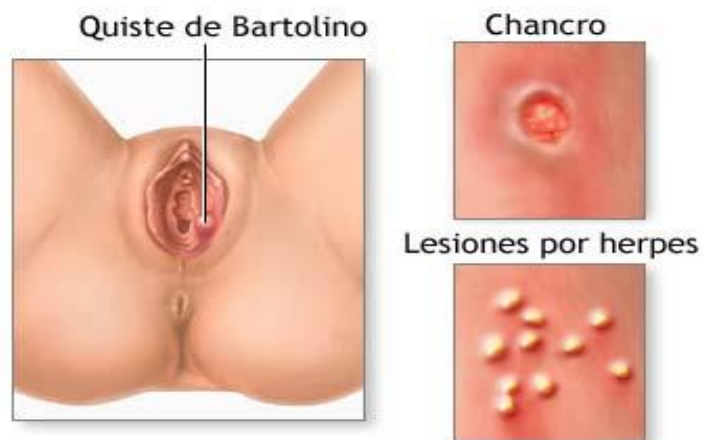


*Nota: demostración de úlceras genitales a consecuencia de no usar un método anticonceptivo. Recuperado de: <https://urologoenvigo.com/ets/granuloma-inguinal-donovanosis-ets/#>*

**ACTIVIDAD:** Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS

**Chancro y Virus del herpes simplex (VHS)**

*Figura 10.*  
Llagas genitales



ADAM.

*Nota: diferencia de las enfermedades de transmisión sexual como lo son el chancro y herpes. Recuperado: [https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp\\_imagepages/17066.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/17066.htm)*

**ACTIVIDADES:** Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS

**Sífilis**

*Figura 14.  
Sífilis*



*Nota: demostración de la ETS en diferentes partes del cuerpo. Recuperado de: <https://efesalud.com/la-sifilis-existe-y-permanece-silente-en-tu-cuerpo-durante-decenios/>*

**ACTIVIDAD:** Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS

**Gonorrea**

*Figura 15:*

*Gonorrea*



*Nota: demostración de la ETS en el pene. Recuperado de: <https://idermumbert.com/dermatologia/gonorrea/>*

**ACTIVIDAD:** Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS

### **Infección por Virus del Papiloma Humano (VPH)**

*Figura 17:*

*Infección por Virus del Papiloma Humano*



*Nota: demostración de la ETS, se caracteriza por verruga en diferentes partes del cuerpo. Recuperado de:*

*<https://www.findhealthclinics.com/GT/Guatemala-City/1780936678854645/Dr.-Manuel-Garc%C3%ADa---Proct%C3%B3logo---Especialista-en-Colon-y-Recto.>*

**ACTIVIDAD:** Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS

## Clamidia

*Figura 18:  
Clamidia*



*Nota: demostración del contagio en diferentes partes del cuerpo. Recuperado de: <https://www.tunota.com/honduras-hoy/articulo/choluteca-se-reportan-26-casos-de-sifilis-en-mujeres-embarazadas-y-recien-nacidos-2023-04-26>*

### 3.2 Contagio y como evitarlo

**ACTIVIDAD:** Se les pide a los alumnos que se enumeren del número 1 al 2, después se les pedirá a los alumnos que formen dos grupos, se les indica que hagan una fila, después se les pedirá que con ayuda del paliacate que se les pedio en la sesión pasada y por último se les indicara lo siguiente “se les pasara un bastón el cual contendrá pintura en donde tendrán que pasar rápidamente uno en uno hasta llegar al último integrante de la fila, deben hacerlo rápido puesto a que la pintura se secura y quedara descalificado el equipo”.

1.- Se les pedirá a los alumnos que hagan un círculo, después se les explicara que observen detalladamente su ropa que tan manchada se encuentra de la pintura e iniciara la explicación” las enfermedades de trasmisión sexual son como las manchas de pintura que si se está expuesto sin ningún preservativo de barrera que son los condones se infectaran no solo los genitales sino cualquier parte del cuerpo que este al contacto de la zona infectada”

2.- Después se les pedirá que vuelvan a formar sus grupos, las filas, se indicara la misma temática e instrucciones, pero con la diferencia de que cambiara el color de la pintura y ahora tendrá un condón que evitara el contacto de la pintura con las manos.

**EXPLICACIÓN:** Se dará la explicación del ¿Por qué el condón? “observen su ropa y perciban que no hubo manchado puesto a que el condón ayuda a no tener contacto directo o bien podemos decir que al usar condón están protegidos a no contraer una enfermedad de trasmisión sexual”

**EXPOSICIÓN:** de tema iniciando con la frase “el sexo no es malo, solo ten cuidado”.

Los tipos de contagio puede contagiarse por medio de sexo oral: cuando una persona este infectada y le realicen sexo por vía oral este puede contraer la ETS en la boca y esta misma persona puede contagiar si besa a otra persona, sexo anal:

tiene que ver con el tener sexo con una persona que contenga una ETS, pero puede infectarse la zona del ano y por último sexo vaginal: es el más común puesto a que la exposición es de genital a genital.

**DESPEDIDA:** Se les pedirá a los alumnos que realicen preguntas o dudas que tengan en papelitos de los temas que se han visto



## 4.8 Metodología

La metodología es participativo-activa, en donde el alumnado serán los protagonistas de su propio aprendizaje. Se basará en

- Dialogo y discusión
- Dinámicas
- Videos
  - El curso tendrá una duración de 2 horas.
  - En la sesión se pondrá a práctica los conocimientos adquiridos, en donde los alumnos deberán participar activamente.
  - Se realizarán actividades de dinámica donde participarán todos los alumnos.

Sesión 1 Tema: Sexualidad y adolescentes				
Temas	Cronograma	Descripción de actividad	Técnica	Materiales
Inicio	➤ Actividad 5 min.	➤ Se les pedirá a los alumnos que escriban en su cuaderno la pregunta ¿Quién soy? Y se le pedirá que la guarden hasta que se les vuelva a pedir	➤ Demostrativas ➤ Expositiva ➤ Participativa	➤ Proyector ➤ Cuaderno ➤ Lapiceros ➤ Pintaron ➤ Písalon
1.1 Sexo biológico y acto sexual	➤ Visualización de video 10 min. ➤ Actividad 5 min. ➤ Actividad de participación 5 min. ➤ Exposición 15 min.	➤ Presentación del video: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=x6SV5GkmKVU">https://www.youtube.com/watch?v=x6SV5GkmKVU</a> ➤ Se le pedirá al alumno que escriba su opinión respecto a la pregunta ¿el sexo es malo? ➤ Se le pedirá su participación al azar ➤ Se les explicará los conceptos básicos y se hará énfasis en las diferencias que existen entre el acto sexual y el sexo biológico		
1.2 Genero	➤ Actividad 10 min. ➤ Exposición 15 min. ➤ Actividad 10 min	➤ Se les pedirá a los alumnos que participen, lo que han escrito en la primera pregunta que se le hizo al inicio. ➤ Exposición del tema de género, estereotipos y prejuicios ➤ Se les pedirá a los alumnos que elaboren un cuadro comparativo, en el lado derecho se escribirá niña y el lado izquierdo se escribirá niño en la cual escribirán los prejuicios y estereotipos que ven día a día		
<b>RECESO: 20 min.</b>				

<b>1.3 Orientación Sexual</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Visualización de videos 10 min.</li> <li>➤ Explicación de los videos 20 min.</li> <li>➤ Actividad fuera del aula 10 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se la pedirá a los alumnos que observen los videos sin hacer anotaciones: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ecwwjyEVrgE">https://www.youtube.com/watch?v=ecwwjyEVrgE</a> y <a href="https://www.youtube.com/watch?v=OcoKzs-q4fU">https://www.youtube.com/watch?v=OcoKzs-q4fU</a></li> <li>➤ Se le dará la explicación de cada video.</li> <li>➤ Se les pedirá a los alumnos que salgan de forma ordenada, después se le pedirá que hagan un círculo y se elegirá al azar 10 personas en las cuales se les asignara una orientación sexual e ira pasando al centro del círculo, los demás alumnos deberán mencionar las características que conforman a cada orientación</li> </ul>		
<b>1.4 Identidad De Genero</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Actividad del pizarrón 15 min.</li> <li>➤ Explicación 5 min.</li> <li>➤ Exposición 20 min.</li> <li>➤ Retroalimentación 10 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se anotará en el pizarrón la siguiente pregunta ¿Qué me gusta?, después se les pedirá a los alumnos que escriban lo que más le gusta</li> <li>➤ Se les dará la explicación de tema y por qué se relaciona con el tema</li> <li>➤ Exposición del tema</li> <li>➤ Realizar una retroalimentación de todo lo visto</li> </ul>		
<b>Cierre</b>	<b>Despedida 5 min.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ despedida de los alumnos y docente, se les pide a los alumnos que la próxima clase consigan un paliacate para la siguiente clase</li> </ul>		

# SESIÓN 1

## SEXUALIDAD Y ADOLESCENTES

### ELEMENTOS DE APOYO PARA EL DOCENTE:

#### Conceptos Básicos

##### Sexo biológico

El sexo hace referencia a distintas divisiones que describen a un ser de otro, o bien las características fisiológicas que corresponde a individuo (vagina o pene), hace referencia a las características con las que se nace

##### Acto sexual

Se puede definir como una necesidad del cuerpo, pero dando una perspectiva más amplia se puede definir como “coito” o “relación sexual” que consiste en la penetración del pene estando erecto en la vagina este acto puede consistir en dos individuos de distintos sexos (hombre o mujer) o bien del mismo sexo posterior a esto se implica los órganos reproductores de cada individuo.

##### Genero

Según la OMS (2000) refiere “considera que "hombre" y "mujer" son categorías de sexo, mientras que "masculino" y "femenino" son categorías de género.” Ahora bien, cuando se habla de la parte de género se hace énfasis a un concepto social al cual se estipula que cuando nace un individuo sea hombre o mujer deben seguir un patrón dictado por la sociedad, tradicionalmente se piensa que cuando un individuo nace y este sea conocido como “hombre” debe tener ciertas características de vestimenta, de comportamiento hasta incluso del habla ejemplo: si es hombre se debe caracterizar por usar el color azul, debe jugar fútbol, debe reprimir emociones para no mostrar momentos de debilidad frente a otros niños, en caso de que el individuo sea “mujer” debe cumplir con la caracterización de ser delicada, usar el color rosa, tener un tipo de voz delicado y hasta en cierto punto sumiso.

## **Estereotipos**

Los estereotipos se basan principalmente en las características tanto como ideas, cualidades y características que deben seguir una persona para ser aceptada ante una sociedad,

## **Prejuicios**

Se puede definir como pequeños juicios que se hacen ante una persona o una situación por lo general suele ser negativa, estos juicios suelen ser antes de saber la verdad

Sesión 2 Tema: Métodos Anticonceptivos y Embarazos No Planeados				
Tema	Cronograma	Descripción de actividad	Técnica	Materiales
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Actividad 15 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se les pedirá a los alumnos que saquen el paliacate que se le pidió la sesión pasada, se le pedirá que se venden los ojos con el paliacate y se le pedirá a los alumnos que agachen la cabeza, después se les preguntara a los alumnos una serie de preguntas en donde si responden si deben subir la mano y si la respuesta es no la mano abajo, no debe permitir ningún sonido <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Quién ha usado un condón?</li> <li>¿Sabes que es el implante subdérmico?</li> <li>¿has tenido sexo sin condón?</li> <li>¿sabes para que sirve el DIU?</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Expositiva</li> <li>➤ Demostrativa</li> <li>➤ Participativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ condones masculinos</li> <li>➤ condones femeninos</li> <li>➤ 2 pepinos</li> <li>➤ prototipos de vaginas</li> <li>➤ Maqueta de dilatación de embarazo</li> <li>➤ Paliacate</li> <li>➤ Cuaderno</li> </ul>
2.1 Tipos De Métodos y aplicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposición y participación 1 hora</li> <li>➤ Demostración de colocación del método 10 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposición de tipos de métodos anticonceptivos, la eficacia de cada uno, donde conseguirlo, efectos secundarios, edad más apropiada para usarla y consecuencias.</li> <li>➤ Se les demostrara a los alumnos la colocación correcta de los métodos anticonceptivos,</li> </ul>		

	<p>➤ Actividad 15 min.</p>	<p>➤ Se le pedirá a 5 alumnos (2 hombres y 3 mujeres) que pasen al frente, los alumnos serán elegidos al azar, después el docente a cargo se les proporcionara a cada alumno 1 condón masculino y femenino (los hombres se le dará condón masculino y a las mujeres condón femenino), se les proporcionara un pepino a los hombres y a las mujeres se les proporcionara un prototipo de plastilina con forma de vagina) posterior a esto se le indicara las instrucciones al alumno que consisten en, lo siguiente .... Imaginen que están con una chica guapísima o en su defecto chico guapísimo y resulta que los besos se vuelven un poco más intensos y cada vez va subiendo la temperatura más y más hasta que deciden tener sexo entonces les pregunta su pareja ¿tienes condones? Ustedes dicen "SI", entonces sacan su condón rápidamente. Ahora ustedes tienen que poner el condón en el pepino lo más rápido porque las ganas se van</p>		
<p>RECESO</p>				

<p><b>2.2 Embarazo Y Aborto</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposición del tema 30 min.</li> <li>➤ Demostración 10 min.</li> <li>➤ Exposición 30 min</li> <li>➤ Actividad 5 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposición del tema, responsabilidades, cuidados, riesgos, fases del embarazo, dilatación y cesárea</li> <li>➤ Se les mostrara a los alumnos como son las fases de dilatación cuando se da a luz</li> <li>➤ Exposición de que es el aborto, como se lleva a cabo, legalidad, recuperación, porque es bueno, porque es malo y tipos de aborto</li> <li>➤ Actividad los alumnos se les pedirá que hagan un cuadro comparativo de las ventajas y desventajas de abortar</li> </ul>		
<p><b>Cierre</b></p>	<p>5 min.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se despide de los alumnos y se les pide a los alumnos que en la siguiente sesión vistan de forma cómoda, de preferencia con una camiseta que puedan ensuciar o en su caso manchar y por último un paliacate</li> </ul>		



## SESIÓN 2

### TEMA: MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS Y EMBARAZOS NO PLANEADOS

#### ELEMENTOS DE APOYO PARA EL DOCENTE:

Tipos de métodos

Hormonales:

- Orales
- Inyectables
- Implante Subdérmico
- Parches

Naturales:

- Ritmo o Calendario
- Temperatura basal
- Moco cervical
- Coito interrumpido

De Barrera:

- Condón (masculino y femenino)
- Espermicidas
- Dispositivo Intrauterino (DIU)

Definitivos:

- Vasectomía (tradicional y sin bisturí)
- OTB (Oclusión Tubárica Bilateral) o Salpingoclasia

### **Primer mes**

En este primer mes se puede describir que el embrión inicia la formación de extremidades, se forman los órganos y el corazón, en la mujer se puede identificar algunos síntomas que ayudan a identificar el embarazo, se presenta inestabilidad de emociones, ausencia del periodo menstrual, hinchazón del vientre, estrés y frecuencia al orinar

### **Segundo mes**

Se empieza a formar el aparato muscular, el aparato nervioso, el cerebro, medula espinal, brazos y piernas en la mujer se presentan síntomas como son la fatiga, náuseas, presión arterial baja y es más probable que tenga infecciones vaginales

### **Tercer mes**

Se ha formado completamente el sistema nervio, se puede observar el latido del corazón, inicia el movimiento, formación de casi todos los órganos y se definen los pies y manos, en la mujer se presenta mareos, aumento de peso, empieza a extenderse el vientre

### **Cuarto mes**

El feto empieza a moverse poco y responde ante el tacto en la mujer se presentan la desaparición de las náuseas y vomito, el vientre empieza a crecer, la frecuencia de orinar es mayor

### **Quinto mes**

El feto crece más rápido, empieza a producir calor por propia cuenta, los movimientos son más constantes y puede escuchar, en la mujer se presenta a presentar los niveles de colesterol y triglicéridos son más altos de lo habitual, puede provocar en ocasiones diabetes gestacional

### **Sexto mes**

Se reconoce el sexo del feto, tienen mayor facilidad de movimiento empieza a pigmentar la piel, en la mujer se presenta el aumento de peso, aumenta la fatiga y el cansancio, aumenta el crecimiento del vientre y finalmente tiene dificultades para dormir

### **Séptimo mes**

El feto es más fuerte, sus movimientos tienen más fuerza, el feto puede sobrevivir fuera del útero, la placenta está terminada y empieza a formarse el pelo del cuerpo en las mujeres aparecen las estrías, el diafragma se eleva, aumenta el cansancio y empieza a perder el cabello

### **Octavo mes**

Aumenta el tamaño del feto, empieza a cambiar de posición y los movimientos son más notables para la madre, en la mujer se presenta los pies hinchados, el ombligo sobresale y se presenta secreción de la vagina

### **Noveno mes**

El feto empieza a cambiar de posición preparándose para el parto, empieza la expansión de caderas y se presenta la dilatación en la mujer se presenta dolor, cansancio, fatiga y se puede estimar la fecha posible del parto

Sesión 3 Tema: Enfermedades de transmisión sexual		Cronograma	Descripción de actividad	Técnica	Materiales
Inicio	Bienvenida 15 min.	Se les da la bienvenida a los alumnos		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Demostrativa</li> <li>➤ Participativa</li> </ul>	
3.1 Enfermedades	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposición 5 min.</li> <li>➤ Demostración 5 min.</li> <li>➤ Exposición 5 min.</li> <li>➤ Demostración 5 min.</li> <li>➤ Exposición 5 min.</li> <li>➤ Demostración 5 min.</li> <li>➤ Exposición 5 min.</li> <li>➤ Demostración 5 min.</li> <li>➤ Exposición 5 min.</li> <li>➤ Demostración 5 min.</li> <li>➤ Exposición 5 min.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ulceras genitales</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> <li>➤ Chancro</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> <li>➤ Virus del herpes simplex (VHS)</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> <li>➤ Sífilis</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> <li>➤ Gonorrea</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> <li>➤ Infección por Virus del Papiloma Humano (VPH)</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> <li>➤ Clamidia</li> <li>➤ Se les muestran a los alumnos la imagen de la ETS</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Impresiones de las ETS.</li> <li>➤ 2 bastones</li> <li>➤ 2 condones masculinos</li> <li>➤ 2 botes de pintura de color verde y rojo</li> <li>➤ Paliacate por cada un alumno</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Demostración 5 min.</li> <li>➤ Exposición 5 min.</li> <li>➤ Demostración 5 min.</li> </ul>			
<b>RECESO</b>				
<b>3.2 Contagio y como evitarlo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Actividad e instrucciones 15 min.</li> <li>➤ Explicación 10 min.</li> <li>➤ Actividad 10 min.</li> <li>➤ Explicación 10 min.</li> <li>➤ Exposición del tipo de contagio 20</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se les pide a los alumnos que se enumeren del número 1 al 2, después se les pedirá a los alumnos que formen dos grupos, se les indica que hagan una fila, después se les pedirá que con ayuda del palacate que se les pedio en la sesión pasada y por último se les indicara lo siguiente "se les pasara un bastón el cual contendrá pintura en donde tendrán que pasar rápidamente uno en uno hasta llegar al último integrante de la fila, deben hacerlo rápido puesto a que la pintura se seicara y quedara descalificado el equipo"</li> <li>➤ Se les pedirá a los alumnos que hagan un círculo, después se les explicara que observen detalladamente su ropa que tan manchada se encuentra de la pintura e iniciara la explicación" las enfermedades de transmisión sexual son como las manchas de pintura</li> </ul>		

		<p>que si se está expuesto sin ningún preservativo de barrera que son los condones se infectaran no solo los genitales sino cualquier parte del cuerpo que este al contacto de la zona infectada"</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Después se les pedirá que vuelvan a formar sus grupos, las filas, se indicara la misma temática e instrucciones, pero con la diferencia de que cambiara el color de la pintura y ahora tendrá un condón que evitara el contacto de la pintura con las manos.</li> <li>➤ Se dará la explicación del ¿Por qué el condón? "observen su ropa y perciban que no hubo manchado puesto a que el condón ayuda a no tener contacto directo o bien podemos decir que al usar condón están protegidos a no contraer una enfermedad de transmisión sexual"</li> <li>➤ Exposición de tema iniciando con la frase "el sexo no es malo, solo ten cuidado" los tipos de contagio puede contagiarse por medio de sexo oral: cuando una persona este infectada y le realicen sexo por vía oral este puede contraer la ETS en la boca y esta misma persona puede contagiar si besa a otra persona, sexo anal: tiene que ver con el tener sexo con una persona que</li> </ul>		
--	--	--	--	--

		contenga una ETS, pero puede infectarse la zona del ano y por último sexo vaginal: es el más común puesto a que la exposición es de genital a genital.		
<b>Cierre</b>	Despedida 10 min.	Se les pedirá a los alumnos que realicen preguntas o dudas que tengan en papelitos de los temas que se han visto		

**SESIÓN 3**  
**ENFERMEDADES DE TRASMISIÓN SEXUAL**  
**ELEMENTOS DE APOYO PARA EL DOCENTE:**

**Ulceras genitales**



**Chancro y herpes**





**Sifilis**



**Gonorrea**



**VPH**



**Clamidia**



## CONCLUSIONES

Tras analizar la problemática que tiene México en tener una educación sexual deficiente se ha podido llegar a la conclusión de que puede evitarse que la tasa de embarazos adolescentes y el contagio de enfermedades de transmisión sexual puede ser evitadas si existen clases de sexualidad tanto en casa como en el ámbito educativo completas, ahora bien cuando se habla de clases completas se refiere a que se le debe hablar todos los aspectos que conllevan tener relaciones sexuales y no solo se debe hablar de las partes negativas como lo son impartirles miedo y rechazo, se debe impartir las ventajas y lo positivo de tener relaciones sexuales, el anterior punto aplica en ambos ámbitos puesto a que en el ámbito de educación a pesar de que se intenta enseñar nuevos conocimientos a los alumnos esto cae en ideas tradicionalistas que muy difícil dejan los docentes al impartir sobre el tema esperado.

Desde el punto en la educación en casa se debe romper con los tabúes y con ideas erróneas que se tiene como lo son la virginidad que como se sabe anteriormente se creía que la virginidad se hablaba de una persona con altos valores y que era invaluable al momento de conseguir una pareja lo cual provocaba miedo en los adolescentes pero si se rompe las ideas, creencia y tabúes creados desde casa puede evitarse embarazos no planeado, evitar el contagio de enfermedades de transmisión sexual y por último se da un beneficio en el entorno familiar el cual es la comunicación de padres a hijo lo cual será beneficiario para ambos casos, para lograrlo es necesario tocar el tema de sexualidad especialmente en los programas de escuela para padres con el fin de que los adolescentes no le teman al sexo.

Desde otro punto fundamental es respecto a los docentes en lo cuales deben estar capacitados para impartir temas de sexualidad puesto a que en la mayoría de los casos muchos docentes imparten información no actualizada lo que quiere decir que el alumno no está preparado con información actual pues como se sabe el tiempo transcurre y existen nuevos descubrimientos de nuevos métodos anticonceptivos o

incluso que tratamientos se dan cuando se contrae una enfermedad de transmisión sexual o cuál es su forma de contagio, esto con el fin que el docente este preparado y el alumno adquiriera conocimientos estables y actuales.

Por último punto a resaltar es en las entidades de salud pública el principal problema es la discriminación y la prohibición de métodos anticonceptivos a adolescentes o bien a mejores de edad puesto a que si un adolescente llega a una entidad de salud pública y solicita un método anticonceptivo se le es negado o bien se le proporcionan el método más común el cual es el condón provocando que el adolescente no conozca más allá de un simple condón y le sierra la oportunidad de conocer otra serie de métodos, visto desde otro punto los métodos anticonceptivos que se proporcionan en el ámbito de salud son de mala calidad lo cual puede provocar algunas consecuencias que se han mencionado anteriormente pero se acude a estos recursos por una cuestión económica lo que quiere decir que muchos métodos anticonceptivos son de costo alto para un adolescente, por último se puede mencionar que no existe una atención adecuada de personal de salud a la persona que requiere apoyo, si se planifica y se ataca los puntos que anteriormente se mencionaron puede existir una mejora para la educación sexual en México.

## FUENTES CONSULTADAS

- Alfaro, M. C., Aguilar, L. y Bobadilla, E. (1999). Develando el género, elementos conceptuales básicos.
- Bain, B. (2004). Hablar sobre la sexualidad con mi hijo. *Rev Síndrome De Down*, 80, 37-38.
- Bataille, G., Dell'Orto, A., y Caruso, P. (1997). *El erotismo* (p. 23). Barcelona: Tusquets.
- Boluda, R. M. Z., y Izquierdo, M. I. G. (2016). Salud sexual y reproductiva (Vol. 50). Universidad Almería.
- Burgos, D., (2012). La masturbación. Editorial De Vecchi, S. A. de C. V. México. ISBN: 978-84-315-5432-3.
- Calderón, J. E. (1999). Tratamiento y prevención de las enfermedades de transmisión sexual. *Salud pública de México*, 41(4), 334-343.
- Casey, B. J., Getz, S., y Galvan, A. (2008). The adolescent brain. *Developmental Review*, 28, 62-77.
- Castrejón, G. (2011). Poesía, erotismo y religión. *Estudios*, 99(10), 90-99.
- Chambers, R., Taylor, J., y Potenza, M. (2003). Developmental neurocircuitry of motivation in adolescence: Acritical period addiction vulnerability. *American Journal of Psychiatry*, 160, 1041-1052.
- Coleman, E. y Bocking, W. (2003). Masturbation as a means of achieving sexual health. New York: The Haworth Press. *Journal of psychology & human sexuality*, v. 14, no. 1
- Consejo Nacional de Población. CONAPO. (2016), Proyecciones de la Población de México y de las Entidades Federativas, 2016-2050 y Conciliación Demográfica de México, 1950 -2015, <https://www.gob.mx/conapo/acciones-yprogramas/conciliacion-demografica-de-mexico-1950-2015-y-proyecciones-de-lapoblacion-de-mexico-y-de-las-entidades-federativas-2016-2050>
- Cordón C. J. (2008). Mitos y creencias sexuales de una población adolescente de Almdralejo. *Matronas Prof.*

- Cortés Alfaro, A., Pérez Sosa, D., Aguilar Valdés, J., Valdés Hernández, M. M., y Taboada Fernández, B. (1998). Orientación sexual en estudiantes adolescentes. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 14(5), 450-454.
- Cryan, G. y Cimas, M. (2018). Acceso a información vinculada a sexualidad a través del ámbito educativo y las TIC. *Ciencia, Docencia, y tecnología*. Vol. 29.
- Dean, R. y Lue, T. (2005) Physiology of penile erection and pathophysiology of erectile dysfunction. Department of Urology, University of California-San Francisco, San Francisco Medical Center, San Francisco, USA. DOI: 10.1016/j.ucl.2005.08.007
- Castillo, A. (2000). La polémica en torno a la educación sexual en la ciudad de México durante la década de los treinta: conceptos y representaciones de la infancia, *Estudios Sociológicos*, XVIII: 52.
- Díaz, S., y Schiappacasse, V. (2017). ¿Qué y cuáles son los métodos anticonceptivos? *Santiago de Chile: Instituto Chileno de Medicina Reproductiva*.
- Doubront, M. A., y Doubront, L. G. (2020). Impacto del contexto económico, social y político de Venezuela en el docente universitario. Análisis desde la Pirámide de Maslow. *Dissertare Revista De Investigación En Ciencias Sociales*, 5(2), 1-15.
- Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID). (2014). Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014. Módulo de la Mujer [http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/enadid/2014/doc/mujer\\_enadid14.pdf](http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/proyectos/enchogares/especiales/enadid/2014/doc/mujer_enadid14.pdf)
- Fajardo, R. A. y Rivero, V. C. M. L. (2001). Intervención Nutricional en VIH/SIDA: una guía práctica para su implementación y seguimiento. *Gaceta médica de México*, 137(5), 489-500.
- Figuroa D. R. (2013). Uretritis gonocócica. *Perinatología y reproducción humana*, 27(2), 113-122.
- Figura 1.- Finkelstein, J. (2007), Pirámide de Maslow.svg, [Imagen SVG]. Recuperado de [https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Pir%C3%A1mide\\_de\\_Maslow.svg](https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Pir%C3%A1mide_de_Maslow.svg)
- Figura 2.- ETHOS psicólogos Alcalá de Henares (2018). La conducta sexual. [Imagen JPG]. Recuperado de: <https://www.ethospsicologos.es/la-conducta-sexual/>
- Figura 3.-Soto, S. S., Gayón, V. E. y García, P. C. A. (2008), Esquema de Genitales Femeninos Externos [Imagen PNG]. Recuperado de:

<https://www.medigraphic.com/pdfs/ginobsmex/gom-2008/gom087h.pdf>

- Figura 4.- Rodrigo, A., Roig, N. J., Aura M. M., Rogel C. S. y Azaña G. S. (2022). Tipos principales de blíster de píldoras anticonceptivas [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://www.reproduccionasistida.org/pildora-anticonceptiva/>
- Figura 5.- Sinchitullo, R. A. O. y Barranquero G. A. (2019). Anillo vaginal anticonceptivo. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://www.reproduccionasistida.org/anillo-vaginal-anticonceptivo/anillo-vaginal-2/>
- Figura 6.- Santiago R. E. y Barranquero G. M. (2019). Localización del implante anticonceptivo. [Imagen JFIF]. Recuperado de <https://www.reproduccionasistida.org/el-implante-anticonceptivo-subdermico-ventajas-e-inconvenientes/localizacion-implante-anticonceptivo/>
- Figura 7.- Rodrigo, A., Sosa, D. y Barranquero G. M. (2019). Colocación del DIU en el útero. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://www.reproduccionasistida.org/diu-dispositivo-intrauterino/>
- Figura 8.- Moreno, C. (2023). ¿Cómo ponerse el preservativo masculino? [Imagen JPG]. Recuperado de: <https://www.webconsultas.com/embarazo/metodos-anticonceptivos/como-ponerse-el-preservativo-masculino>
- Figura 9.- Carti, G. D., Reus, R. y Azaña, G. S. (2021). Aspecto y función del moco cervical durante la fase folicular. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://www.reproduccionasistida.org/moco-cervical-como-indicador-de-fertilidad/aspecto-y-funcion-del-moco-cervical-durante-la-fase-folicular/>
- Figura 10.- MedlinePlus (2021). Llagas genitales (en mujeres). [Imagen JPG]. Recuperado de: [https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp\\_imagepages/17066.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/17066.htm)  
[ezw](#)
- Figura 11.- Sedicias S. (2023). Papiloma Humano: síntomas, transmisión y tratamiento. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://www.tuasaude.com/es/vph-cura-transmision-sintomas-y-tratamiento/>
- Figura 12.- Rodrigo, A., Lafont, P. M. y Salvador, Z. (2018). Evolución del embarazo por semanas. [Imagen PNG]. Recuperado de:

<https://www.reproduccionasistida.org/embarazo-sintomas-etapas-del-desarrollo-fetal/fases-del-embarazo/>

Figura 13.- Fernández, L., A. (2021). Úlceras rojas y blanquecinas. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://urologoenvigo.com/ets/granuloma-inguinal-donovanosis-ets/#>

Figura 14.- González, E., C. (2020). La sífilis existe... y permanece silente en tu cuerpo durante decenios. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://efesalud.com/la-sifilis-existe-y-permanece-silente-en-tu-cuerpo-durante-decenios/>

Figura 15.- Umbert, I., (2021). Gonorrea. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://idermumbert.com/dermatologia/gonorrea/>

Figura 16.- García, M., (2023). Las VERRUGAS ANALES son causadas por el virus del papiloma humano (VPH). [Imagen JPG]. Recuperado de: <https://www.findhealthclinics.com/GT/Guatemala-City/1780936678854645/Dr.-Manuel-Garc%C3%ADa---Proct%C3%B3logo---Especialista-en-Colon-y-Recto.>

Figura 17.- Minero, C., (2023). Alerta en Choluteca por casos de sífilis en embarazadas y recién nacidos. [Imagen PNG]. Recuperado de: <https://www.tunota.com/honduras-hoy/articulo/choluteca-se-reportan-26-casos-de-sifilis-en-mujeres-embarazadas-y-recien-nacidos-2023-04-26>

Freud, S. (2019). Tres ensayos sobre teoría sexual (Vol. 386). Verbum.

García, M. (2001). La educación sexual en la reforma educativa de los años setenta, *Educar*, núm. 17, 68-77.

García, S. D., Casco, R. H., Losada, M. O., Perazzi, B. E., Vay, C. A., & Famiglietti, Á. M. R. (2016). Estado actual de la gonorrea. *Rev Asoc Med Arg*, 129(2), 6-9.

Generelo Lanaspá, J., & Pichardo Galán, J. I. (2005). Homofobia en el sistema educativo.

Gilliland, A. (2009). Women's Experiences of Female Ejaculation. *Sexuality & Culture*. Vol. 13 (3).

Gobierno de la República (2014), Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes, México. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/218156/Informe\\_2015\\_GIPEA.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/218156/Informe_2015_GIPEA.pdf)



- Guarín, R, Mujica, A, Cadena, L, Useche, B. (2017). Una mirada a la masturbación femenina: estudio descriptivo transversal en mujeres universitarias del área metropolitana de Bucaramanga, Colombia
- Guerrero, G. E. M., Cabrera, I. N., Rodríguez, Y. H., y Castellanos, J. E. (2012). El embarazo y sus complicaciones en la madre adolescente. *Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología*, 38(3).
- Guidano, V. F., y Liotti, G. (1983). *Procesos cognitivos y desórdenes emocionales*. Santiago de Chile: Cuatrovientos.
- Instituto Mexicano del Seguro Social. IMSS. (2015). Anticoncepción Hormonal Inyectable. <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar/hormonal-inyectable>
- Instituto Nacional de Estadística. INE. (2023). Datos De La Mujer 2023, <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto.htm?c=4484&op=30081&p=1&n=20>
- James C, Harfouche M y Welton NJ, (2016). Boletín de la Organización Mundial de la Salud. Herpes simplex virus: global infection prevalence and incidence estimates, 2020;98(5):315-329.
- Lamas, M. (2007). El género es cultura. *Campus Euroamericano de Cooperação Cultural*, 1-12.
- Lamas, M. (2009). La despenalización del aborto en México. *Nueva sociedad*, 220(1), 154-172.
- Laoyan, S. (2022). Toma de decisiones: definición, pasos, tipos y características. Asana, <https://asana.com/es/resources/decision-making-process>
- López, B. M. I. (2016). Actitudes y creencias de padres y madres hacia la educación sexual.
- Marquez, O.A., Lara, M. M. C., Torriente, M.C. & Valdes, G. K. P. (2020) ¿Qué significa ser novios? Una mirada psicosocial del noviazgo en adolescentes mexicanos. *Revista Políticas Sociales Sectoriales*, 636-652
- Mendoza, M. M. (2006). El Erotismo Ante la Sociedad del Conocimiento. *Derivaciones Integradas Del Mundo Global. Revista Digital Universitaria*, 7(5), 27-34.
- Meneses, E., Ailines, E. y Hernández, M. F. (2014). Factores que influyen en el conocimiento funcional de métodos anticonceptivos, 2014. Recuperado de: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/398675/04\\_Meneses\\_Alines\\_Hernandez.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/398675/04_Meneses_Alines_Hernandez.pdf)

- Menkes B. C., Jesús R. D. D. & Sosa S. I. A. (2019). Jóvenes en México: ¿ existen diferencias entre hombres y mujeres en su inicio sexual y uso del condón?. *Papeles de población*, 25(100), 183-215.
- Monreal-Gimeno, C., Macarro, M. J. M., & Muñoz, L. V. A. (2001). El adulto: etapas y consideraciones para el aprendizaje. *Eúphoros*, (3), 97-112.
- Muñoz, M. D., & de la Fuente, F. V. (2010). La Pirámide de Necesidades de Abraham Maslow. *Estrategias y Tácticas de Negociación*, 1-4.
- Núñez U. R. M., Hernández P. B., García B. C., González, D., & Walker, D. (2003). Embarazo no deseado en adolescentes, y utilización de métodos anticonceptivos posparto. *Salud pública de México*, 45(S1), 92-102.
- Olguin, L. M y Rojas, G. D. (2019). El semen y sus mitos. *UNAM Global Revista*. [https://unamglobal.unam.mx/global\\_revista/el-semen-y-sus-mitos/](https://unamglobal.unam.mx/global_revista/el-semen-y-sus-mitos/)
- Omicrono (2015). La importancia de los sentidos en el sexo. "Revista El Español". <https://omicrono.elespanol.com/2015/08/la-importancia-de-los-sentidos-en-el-sexo/>
- OMS-OPS-WAS (2000). Promoción de la salud sexual. Recomendaciones para la acción. Guatemala
- OPS. (2017). La PrEP es muy eficaz y proporciona una opción adicional para prevenir la infección por el VIH: <https://www.paho.org/es/temas/profilaxis-previa-exposicion-prep-0>.
- Ortega, P. A. M. (2021). Uretritis no gonocócica en el hombre. *Boletín Informativo CEI*, 8(3), 156-159.
- Peralta, E. M. L. (2012). TÉCNICAS ERÓTICAS APLICADAS A LA MONOTONÍA SEXUAL EN LA PAREJA ESTABLE.
- Pérez, G. M. (2013). Análisis de políticas de educación sexual y de la sexualidad en México. *Caleidoscopio-Revista Semestral de Ciencias Sociales y Humanidades*, (29), 41-71.
- Pérez, N. P. (2011). *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez*. Editorial Club Universitario.
- Pérez, S. P., & Santiago, M. A. (2002). El concepto de adolescencia. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*, 2(3), 15-23.
- Quispe B. W. P. (2019). *Infancia intermedia*.

- Ramírez M. D. (2018). Experimentación en la sexualidad a través de un objeto que se adapta a la mano para estimular zonas erógenas en el cuerpo—Sexsations.
- REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. (2023). Cultura, 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.6 en línea]. <https://dle.rae.es>
- Rice, F. P. (1997). Desarrollo humano: estudio del ciclo vital. Pearson Educación.
- Rodríguez, G. (2007). ¿Cuáles son los beneficios de la educación sexual? Carpeta informativa sobre los beneficios de la educación sexual en México. <http://catedralaicidad.unam.mx/sites/default/files/228.pdf>.
- Rodríguez, G. (2007). ¿Cuáles son los beneficios de la educación sexual? Carpeta informativa sobre los beneficios de la educación sexual en México. Recuperado de: <http://catedralaicidad.unam.mx/sites/default/files/228.pdf>.
- Ruiz, E. G. J. (2018). Efectividad de una intervención educativa sobre métodos anticonceptivos en los adolescentes del 3er año de secundaria del Colegio 6045 Dolores Cavero de Grau—San Juan de Miraflores, Lima—Perú, 2016.
- Ruiz, N. E. R., & Díaz-Loving, R. (2012). La virginidad: ¿una decisión individual o un mandato cultural?. *Psicología Iberoamericana*, 20(2), 33-40.
- Sánchez, L., Gutiérrez, M. E., Herrera, N., Ballesteros, M., Izzedin, R., & Gómez, Á. (2011). Representaciones sociales del noviazgo, en adolescentes escolarizados de estratos bajo, medio y alto, e ¿¿"09ogotá. *Revista de salud pública*, 13(1), 79-88.
- Sierra, J., Perla, F., Gutiérrez-Quintanilla, R. (2009). Actitud hacia la masturbación en adolescentes: propiedades psicométricas de la versión española del Attitudes Toward Masturbation Inventory. Universidad Tecnológica de El Salvador, El Salvador
- Steinberg, L. (2009). Adolescent development and juvenile justice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5,459-485.
- Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence against dating partners by male and female university students worldwide. *Violence Against Women*, 10(7), 790-811.
- UNICEF. (2002). *Adolescencia: una etapa fundamental*. Unicef.
- Wartenberg L.(1999) Embarazo precoz y embarazo adolescente en Colombia. Centro de investigaciones sobre dinámica social; pp. 31-55.

- Wessel, M., Wyan, T., Peña, C., Cabrera M., Alteri, R., Zhang, Q., Lubejko, B., Robertson, D., Eidsmoe, K., Thomas, C., Greene, B. y Delfin, R. (2020). El VPH y las pruebas del VPH. American Cancer Society
- Zapiain, J. (2000). Educación afectivo sexual. Anuario de sexología, 6, 41-56.
- Zaro, M. J. (1999). La identidad de género. Revista de psicoterapia, 10(40), 5-22.