

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA.

“EDUCACIÓN SEXUAL EN LA ADOLESCENCIA”

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADAS EN PEDAGOGÍA

PRESENTAN:

CITLALY ERIZBETH HERNÁNDEZ GARCÍA

SAMANTHA SALGADO VELÁZQUEZ

VANESSA GUERRERO CANO

ASESORA:

MTRA. LUZ MARÍA RAMÍREZ ÁBREGO

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO DE 2023.

Dedicatorias

El presente trabajo se lo dedico a:

Mis padres, Margarita Cano y Crescencio Guerrero por todo su amor, cariño, consejos, llamadas de atención y el apoyo que siempre me han dado, siendo mi motor principal para lograr mis metas.

Agradezco infinitamente su apoyo tanto moral como económico durante este camino, que si bien no ha sido fácil siempre me alentaron para seguir continuar, a mi madre por todas esas veces que me acompaño para realizar algún trámite o algún trabajo, a mi padre por darme siempre todo lo necesario aunque no fuera fácil.

Gracias por guiarme de la forma correcta para poder lograrlo, por estar siempre para mí y para mi hermana, siendo un gran ejemplo para nosotras y espero poder lograr que se sientan muy orgullosos de mí. Los amo.

A mi hermana, por ser mi compañera y mi amiga en todo momento, y a pesar de las discusiones que podamos tener agradezco mucho por tenerte en mi vida y por todo el cariño que me das, gracias por cuidarme y apoyarme cuando lo necesito, te amo.

A mi abuelita, gracias por esas palabras de apoyo que me das para seguir adelante y conseguir lo que me proponga, gracias por esa confianza que tienes en mí y por todo el cariño que me has dado siempre. Te adoro.

A mi primo, gracias por su apoyo durante este proceso, por el tiempo que se tomó para poder acompañarme y ayudarme en diferentes ocasiones, por esas aventuras y situaciones que pasaste conmigo y con mi compañera durante este tiempo, te quiero.

A mis compañeras, les agradezco mucho ya que no ha sido fácil este recorrido hemos pasado, sintiendo mil cosas, tristeza, felicidad, desesperación, algunas veces nos sentimos sin rumbo, algunas nos sentíamos más cerca y otras más lejos, sin embargo siempre estuvimos juntas y dándonos apoyo entre nosotras para continuar, por compartir una meta en común, por todas esas experiencias vividas en este tiempo. Gracias por su amistad, las quiero.

A mi asesora, la profesora Luz María Abrego quien fue un apoyo fundamental para este trabajo, gracias por sus enseñanzas, sus consejos que nos brindó durante el camino, es una excelente persona y profesional. Gracias por su apoyo.

A Dios, por regalarme salud para lograr lo que soy, por poner a esas personas en mi camino que aportaron cosas positivas en mi vida y por todo lo dado.

Vanessa Guerrero Cano.

El presente trabajo se lo dedico a:

DIOS, por permitirme llegar hasta donde estoy, por darme la fortaleza necesaria para siempre continuar y por ponerme a las personas correctas en el camino y alejar a las que no. Por todo el amor y todo lo bueno que me ha brindado, por los momentos y las situaciones difíciles que me hicieron aprender y sobre todo por estar aquí, acompañándome en este proceso, porque con él todo y sin él nada.

A mis padres, que a pesar de las luchas constantes siempre estuvieron ahí, que hicieron lo humanamente posible porque este sueño sucediera.

Gracias también por la motivación, - el alimento y el hogar que me han dado. Gracias por tantas horas de trabajo para que pudiera tener siempre lo necesario para lograr esto.

Gracias por sus regaños, sus muestras de amor y aceptarme como soy; con mis defectos y virtudes, por sus consejos, por su apoyo...

Le pido a Dios que me alcance la vida para pagar un poco de lo mucho que me han dado, siempre estaré eternamente agradecida y orgullosa de cada uno de ustedes, porque como padres hicieron un buen trabajo. Gracias por dejar sus sueños para cumplir los míos. Los amo.

A mi hermana, por estar siempre que lo he necesitado, por defenderme, y apoyarme; por las peleas infinitas y los cumpleaños festejados juntas, por todo lo que me enseñas a pesar de ser más pequeña que yo. Gracias por todo lo que hemos pasado JUNTAS y por los momentos que nos quedan por venir. No creo en el siempre, pero ahí estaré para molestarte y tomarte de la mano para correr, reír, llorar, cantar o simplemente para unirnos más. Gracias por los detalles y las atenciones que siempre tuviste mientras cumplía mi sueño universitario y los que sigues teniendo.

Gracias por ser mi compañera, mi amiga, mi cómplice y la mejor hermana que pude tener.

A mi sobrina, que a pesar de ser muy pequeña me enseña cada día como ser una mejor profesionalista, una mejor persona y como ser la maestra que quisiera para ella. Espero algún día puedas leer esta dedicatoria y decirte que estaré para ti, cada día de tu vida.

A mis compañeras de tesis, gracias por la aventura, por su paciencia y su comprensión. Gracias por ser las amigas con las que nunca imagine hacer una tesis y que sin embargo creo que hemos hecho uno de los equipos más sólidos y bonitos. He aprendido de cada una de ustedes y deseo que logren sus metas, sean felices y siempre tengan fortaleza y mucho amor propio para enfrentar todo lo que venga. Gracias por la experiencia de conocerlas y de compartir un poquito de vida. Las llevaré en el corazón.

A la profesora Luz María Abrego, gracias por el conocimiento compartido, por la gran profesora y mujer que es, por el tiempo y el apoyo para que este trabajo se llevará a cabo. Gracias por el acompañamiento. Es una gran profesora.

Gracias a las personas que en el camino aportaron algo a mi vida y que se alegran junto conmigo por este logro y los que vienen.

Citlay Erizabeth Hernández García.

Dedico este trabajo con todo cariño y amor a mis padres María del Carmen y Roberto por su apoyo constante, por brindarme valiosos consejos, por haber sido mi apoyo a lo largo de toda mi carrera universitaria y a lo largo de mi vida.

Así mismo, a mi tía Guadalupe Velázquez por aportar a mi formación tanto profesional y como ser humano, por su apoyo incondicional y confianza para lograr los objetivos propuestos, ya que, con su ejemplo y amor profundo, me encaminó a seguir.

Quiero expresar mi gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre mi vida y me guía en todo momento.

Agradezco a mis padres, por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; me formaron con reglas y con ciertas libertades. Sus palabras siempre me motivan a dar más de mí, a ser mejor cada día, a luchar por lo que quiero y no rendirme hasta alcanzar mis anhelos. Gracias por su paciencia, apoyo incondicional, por ser mi inspiración y por no soltarme en los momentos difíciles.

Agradezco a mi hermano Edgar Alonso, por estar siempre presente, por el apoyo moral que me brindó a lo largo de esta etapa de mi vida y por ser parte de mi motivación.

Extiendo mi agradecimiento a mi amigo Mario Márquez, quien ha sido mi psicólogo, mi compañero de travesuras, mi confidente, mi paño de lágrimas, mi hermano y alguien capaz de romper las reglas y hacer cosas impresionantes por las personas que ama. Del mismo modo, le doy las gracias a mi amigo Luis Ángel, uno de los seres humanos más amables, agradables y bondadoso, quien es capaz de curarte con un solo abrazo, que siempre tiene las palabras correctas y es alguien de quien a diario se puede aprender. Amigos, muchas gracias por esta gran amistad que ha sido construida día a día con confianza, amor y paciencia, por el apoyo brindado, por estar siempre que los necesito, por sacarme sonrisas y aunque se han

presentado algunas piedras en nuestro camino, estoy segura que nada podrá con esta amistad.

Gracias a mis compañeras Vanessa y Citlaly, por su dedicación, esfuerzo, compromiso y paciencia. Después de todos los obstáculos, hemos culminado nuestro trabajo con éxito.

Finalmente agradezco a los docentes de la Universidad Pedagógica Nacional por haber compartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de mi profesión, de manera especial, quiero expresar mi más grande y sincero agradecimiento a mi tutora, la maestra Luz María Abrego, quien con su dirección, conocimiento, enseñanza y colaboración permitió el desarrollo de este trabajo.

Samantha Salgado Velázquez.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN

CAPÍTULO I: LOS Y LAS ADOLESCENTES Y LA FAMILIA.....	1
1.1 LA ADOLESCENCIA.....	1
1.1.1 CAMBIOS FISICOS	2
1.1.2 MADURACIÓN CEREBRAL.....	7
1.1.3 BÚSQUEDA DE LA IDENTIDAD.....	10
1.1.4 ALIMENTACIÓN	12
1.1.5 DIFERENCIA ENTRE ADOLESCENCIA Y PUBERTAD.....	13
1.1.6 LOS Y LAS ADOLESCENTES Y SU SEXUALIDAD.....	15
1.1.7 EDUCAR SOBRE SEXUALIDAD A LOS Y LAS ADOLESCENTES.	18
1.2 LA CULTURA Y LA FAMILIA.....	23
1.3 ESTEREOTIPOS Y PREJUICIOS EN LA SEXUALIDAD.	28
CAPÍTULO II: EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD EN LOS y LAS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA.....	33
2.1 LA TEORIA DE LOS 4 HOLONES.....	33
2.2 LAS PRÁCTICAS SEXUALES DE LAS Y LOS ADOLESCENTES.....	39
2.2.2 EL EMBARAZO ADOLESCENTE.	41
2.2.3 LA INTERRUPCIÓN DEL EMBARAZO.....	45
2.2.4 ENFERMEDADES DE TRANSMISÓN SEXUAL (ETS).	48
2.2.5 COMUNIDAD LGBTTTIQA+	54
2.2.6 DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.....	58
2.2.7 MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS.	60
2.2.8 EL PLACER: MASTURBACIÓN, PORNOGRAFÍA Y EL USO DE LOS JUGUETES SEXUALES.....	63

2.2.9 SEXTING.	69
2.2.10 HIPERSEXUALIZACIÓN.....	71
CAPÍTULO III: EDUCACIÓN SEXUAL EN SECUNDARIA.....	73
3.1 CONCEPTO DE EDUCACIÓN	73
3.2 ENFOQUE SOCIOCULTURAL.....	77
3.2.1 IDENTIDADES SEXUALES DESDE EL ENFOQUE HISTÓRICO Y SOCIOCULTURAL.....	78
3.3 TEORÍA PSICODINAMICA.....	80
3.4 TEORÍA EVOLUTIVA	82
3.5 CONCEPTO DE EDUCACIÓN SEXUAL.....	83
3.6 LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LA ESCUELA.....	84
3.6.1 SURGIMIENTO DE LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LAS ESCUELAS SECUNDARIAS DE MÉXICO.....	86
3.6.2 PANORAMA ACTUAL DE LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LAS ESCUELAS SECUNDARIAS.....	87
3.7 LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA EN SECUNDARIA.....	88
3.7.1 LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.....	92
3.7.2 LOS AMBITOS DE INTERVENCIÓN DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.	93
3.7.3 LOS MODELOS DE INTERVENCIÓN EN LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.	96
3.8 EL PAPEL DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA EN EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA.....	103
3.8.1 LAS FUNCIONES DEL ORIENTADOR Y DEL TUTOR	105
3.8.2 LA TEORÍA DE TOMA DE DECISIONES	107
CAPÍTULO IV: TRABAJO DE INTERVENCIÓN.....	109
4.1 REPORTE DE LA INVESTIGACIÓN DE CAMPO.....	109
4.2 SISTEMATIZACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	109

4.3 DETECCIÓN DE NECESIDADES EDUCATIVAS EN EL CAMPO DE LA EDUCACION SEXUAL.....	134
4.4 DISEÑO DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN.	135
4.5 APLICACIÓN DEL PROGRAMA.	137
4.6 EVALUACIÓN DEL PROGRAMA.....	138
NOTAS FINALES.	141
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	146
ANEXOS	156

PRESENTACIÓN

El presente trabajo integra una investigación teórica-práctica sobre la educación sexual en tercero de secundaria. En la parte teórica que constituye éste trabajo se explican los conceptos básicos sobre sexualidad, mientras en la parte práctica se sistematizaron los saberes de los y las adolescentes, cabe mencionar que es un trabajo complejo porque el tema de la sexualidad siempre tendrá tabúes, prejuicios, estereotipos, etc.

Nuestro propósito es aportar una investigación para que los y las adolescentes puedan concienciar sobre las posibles problemáticas a las que se pueden enfrentar en torno a su sexualidad, por lo tanto, el trabajo se integra de la siguiente manera:

En el capítulo uno abordamos el tema de la adolescencia y la familia, explicando esta etapa del desarrollo y todos los cambios que conlleva, a los que se enfrentan los y las adolescentes en busca de su identidad; resaltando la importancia de la educación sexual y el cómo está ligada a la cultura y la familia, reproduciendo estereotipos y prejuicios en torno a la sexualidad.

En el capítulo dos, partimos del modelo de los cuatro holones sexuales: Reproductividad, Género, Erotismo y Vinculación afectiva de Eusebio Rubio (1984), esto como parte de un sistema completo y complejo de la sexualidad humana que se nutren de experiencias, significados, uso de los sistemas biológicos y psicológicos, así como de las interacciones con otras personas, continuando así con las prácticas sexuales de los y las adolescentes, por ejemplo, las ETS, el embarazo adolescente, la interrupción del embarazo, los métodos anticonceptivos, la comunidad LGTBTTIQA+ y derechos sexuales y reproductivos que pueden influir en su plan de vida, sin restarle importancia a lo que les produce placer.

En el capítulo tres, resaltamos la importancia de la educación sexual en secundaria, haciendo una breve descripción del plan y programa en los que se incluye la educación sexual desde sus inicios y las modificaciones que han sufrido los

contenidos, recalcando que en la actualidad existe una resistencia por parte de la institución educativa y de la familia para abordar dichos temas. Valorando la importancia de la orientación educativa y los alcances que pudiera tener en este tema.

Esta investigación se sustenta epistemológicamente sobre el paradigma psicopedagógico interpretativo, que busca comprender con profundidad los hechos en su totalidad contextual, así como describirlos e interpretarlos.

Metodológicamente se utiliza una investigación de tipo cualitativa, pues los métodos cualitativos suelen resultar más apropiados para el campo educativo en general, basado en la práctica misma de la investigación, sirviendo esencialmente a objetivos transformadores de la realidad, a fin de modificar aspectos sustanciales como el proceso de producción y apropiación del conocimiento. El trabajo puede verse desde una óptica cualitativa como naturalista-ambientalista dado que se preocupa en indagar los hechos o fenómenos educativos en su realidad, natural y holística.

Es decir, que las investigadoras e investigadores cualitativos indagan en situaciones naturales, intentando dar sentido o interpretar los fenómenos en los términos del significado que las personas les otorgan. La investigación cualitativa abarca el estudio, uso y recolección de una variedad de materiales empíricos –estudio de caso, experiencia personal, introspectiva, historia de vida, entrevista, textos observacionales, históricos, interaccionales y visuales– que describen los momentos habituales y problemáticos y los significados en la vida de los individuos (Vasilachis, 2006, p. 24-25).

La investigación cualitativa requiere comprender las múltiples realidades de cada individuo, es decir, su contexto social, cultural, económico y político.

Por ello nuestra investigación cuenta con las siguientes etapas:

1. Planteamiento del problema.
2. Delimitación y elección de temas.
3. Investigación del tema en fuentes digitales.

4. Recolección de información y fuentes de información.
5. Redacción del proyecto y diseño del taller.
6. Análisis de la aplicación del taller.
7. Análisis de las evaluaciones del taller.
8. Análisis de los resultados del taller.
9. Redacción final del proyecto.

Para reforzar y retroalimentar la parte teórica sobre la educación sexual, decidimos que la investigación tenía que ser sustentada de manera práctica, por medio de un taller; por lo que nos dimos a la tarea de conseguir una escuela secundaria pública para poder trabajar con los y las adolescentes el tema de la sexualidad. Esta búsqueda fue un proceso largo debido a que por la pandemia se tenía previsto impartir el taller en línea, sin embargo, por el semáforo epidemiológico nos permitieron realizarlo de manera presencial.

Por otra parte en algunas escuelas nos negaron realizar el taller, ya que los temas que se abordaban podrían causar controversia con los padres, madres y/o tutores, y con los y las estudiantes.

Cuando nos dieron la oportunidad de trabajar en una secundaria, fue difícil acoplarnos a los horarios de ésta, ya que estaba planificado para aplicarse a una población pequeña, sin embargo, las autoridades escolares nos indicaron que debíamos trabajar con los seis grupos del tercer grado.

Es por esto, que en el capítulo cuatro analizamos los resultados obtenidos en la investigación de campo, a partir de encontrar categorías desde el discurso de los estudiantes.

Este trabajo nos impactó de muchas maneras; pues en un primer momento nos enfrentamos a la pandemia del COVID-19, por lo que tuvimos que encontrar la manera de cómo organizarnos y recaudar información a través de textos digitales, lo que complicaba nuestra lectura y la forma de reunirnos para elaborar este trabajo.

Finalmente, conforme avanzamos con la investigación pudimos notar que existe cierta carencia de libros disponibles en internet, por lo que tuvimos que recurrir a artículos, páginas de internet, tesis, investigaciones y noticias disponibles en la web, que hablaban de este tema.

CAPÍTULO I: LOS Y LAS ADOLESCENTES Y LA FAMILIA.

Es importante rescatar algunas definiciones que ayuden a entender que es la adolescencia y cuales son algunas de sus características. Existen muchas publicaciones, investigaciones y estudios acerca de esta etapa, por la polémica que se tiene en este tema, por eso se pretende dar una explicación de esta etapa y el comportamiento de los y las adolescentes.

1.1 LA ADOLESCENCIA.

“El estudio de la adolescencia comienza a realizarse de forma sistematizada con Stanley Hall en 1904; sin embargo, fue hasta los años veinte cuando se le da la importancia a los diarios íntimos y a la correspondencia de los adolescentes.

Pero, para 1945, se multiplicaron los estudios al respecto ya que venía surgiendo la necesidad de trabajar con los jóvenes, los cuales demandaban educación y fue a partir de esto que, para 1968, los psicólogos interesados en esta etapa pusieron atención en los problemas y conflictos por los que atravesaban los adolescentes”. (Diccionario de psicología, 1979:4).

Dicho esto, y haciendo referencia a estos antecedentes podemos establecer que la adolescencia es la etapa que se da entre la niñez y la edad adulta, donde se sufren transformaciones biológicas, psicológicas y sociales.

En esta etapa los y las adolescentes se van adaptando a los cambios sociales, ideológicos, vocacionales, sexuales, etc. que les permite desarrollar una sexualidad plena y acorde a su tiempo.

La etapa adolescente es un suceso demasiado complejo, siendo una etapa de crisis personal, parte del desarrollo biopsicosocial del ser humano, donde los niños dejan de serlo, pero sin llegar a ser adultos, porque carecen de experiencia.

Existen varias definiciones de lo que podemos entender como adolescencia, “Literalmente, adolescencia (latín, adolescencia, *ad:a*, hacia + *olescere*: forma incoativa de *olore*, crecer) significa la condición o el proceso de crecimiento” (Aberastury,1988: 158).

Por su parte Monroy (2002) nos dice que la adolescencia es la condición y el proceso de crecer, que implica un proceso a su vez de crisis, que en riesgo es el acto de distinguir, decidir, resolver y/o elegir, a partir del cual se logrará una identidad propia. (pág.71).

Gerardo Castillo (2007), nos define a la adolescencia como un periodo de crecimiento especial que hace posible el paso de la niñez o infancia a la edad adulta, entendiendo así, que el adolescente es “aquel que está creciendo” (hablando de un proceso presente continuo), en contra posición al adulto, que es “el que ha crecido” (hablando de un proceso pasado) (pág. 31).

Por lo tanto, podemos decir que ser adolescente significa estar en crecimiento, por consiguiente, es un proceso (sí difícil), pues, se busca la madurez en esta etapa del desarrollo, en donde también se hacen presentes cambios físicos primarios y secundarios.

1.1.1 CAMBIOS FISICOS

Según Pineda y Aliño (s/f) de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia se da entre los 10 y los 19 años, así mismo se divide en dos fases, la adolescencia temprana que se da entre los 10 y los 14 años y la adolescencia tardía que se da entre los 15 y 19 años. La primera se caracteriza principalmente por los cambios físicos, curiosidad sexual, la búsqueda de la independencia, cambios en

su conducta (emociones y conflictos que se dan con la familia, docentes y otros adultos), mientras la segunda, se caracteriza principalmente en la toma de decisiones a las que se debe de enfrentar el o la adolescente.

La adolescencia desarrolla tres características primordiales: la biológica, la psicológica y la social.

La característica biológica se refiere principalmente a los cambios físicos que sufre el ser humano durante su etapa de crecimiento madurativo en la pubertad. Algunos de estos cambios físicos son, por ejemplo: el aumento de peso y/o estatura (en la mayoría de los casos se dan primero en las mujeres), estos cambios pueden provocar cierta torpeza motora, el desarrollo sexual, conductas sexuales, búsqueda de identidad y la necesidad de independencia, relaciones conflictivas, búsqueda de un proyecto de vida, entre otras.

Estos cambios físicos (corporales) se conocen como cambios primarios de la adolescencia, pues pese a cualquier sociedad y/o cultura, los y las adolescentes atraviesan por este periodo de desarrollo humano que transcurre entre la pubertad y la etapa o edad juvenil. Es importante mencionar que la adolescencia está señalada por la pubertad, pero la aparición de este proceso biológico es únicamente el comienzo de un proceso continuo y general en lo psíquico.

También tenemos cambios secundarios en esta etapa, pues es en ésta donde entra en funcionamiento la gonadotrópica, que es una hormona, que hace que se comiencen a madurar y estimular los genitales, dando pasó a la aparición de caracteres secundarios.

En los hombres los caracteres sexuales primarios se manifiestan con el crecimiento de los testículos, así, como a una serie de órganos que están conectados entre sí, como la próstata, las glándulas bulbos uretrales y las vesículas seminales, además del pene. Todos estos órganos contribuyen al desarrollo de formación y transporte seminal, pues a través del semen se forman los espermatozoides. La presencia del semen y formación de espermatozoides, indica que el adolescente masculino está en el proceso de preparación para poder reproducirse. Esto se puede identificar a

partir de la primera eyaculación del hombre (el concepto de eyaculación hace referencia a la expulsión o emisión del semen a través del pene únicamente), que se presenta aproximadamente entre los 13 y 14 años de edad, sin embargo, la presencia de los espermatozoides se dará en los próximos años.

Tanto los cambios primarios como secundarios provocan en los adolescentes hombres cierta confusión y desconcierto; el cambio que se da entre una etapa y la siguiente se harán notar cada vez más, la laringe sufrirá cambios que harán que la voz del adolescente se vuelva más grave, en su cuerpo aparece el vello facial, en axilas, pecho y en su zona genital, sus extremidades crecerán, y será esto, el cambio más notorio. Los cambios que presenta su aparato reproductor sexual son reflejados en el alargamiento y grosor de su pene, al igual que sus órganos internos.

Por su parte, los caracteres sexuales primarios de la mujer, se componen de ovarios, los cuales producen gametos y hormonas sexuales. Las trompas de Falopio, el útero, la vagina, los labios menores y mayores y el clítoris, conforman sus conductos genitales.

A diferencia de lo que pasa con los hombres en cuestión del semen y espermatozoides, los gametos y óvulos ya se encuentran formados, pero aún carecen de madurez, y por consecuencia se tiene que esperar a que se dé el crecimiento y desarrollo de los caracteres sexuales secundarios.

En los cambios secundarios que presentan las mujeres, se da también la presencia y crecimiento del vello púbico y axilas, el cambio de su voz se hace más aguda, su cuerpo empieza a crecer, las caderas se empiezan a ensanchar, los senos a crecer y se hace presente la menstruación (la menstruación es el sangrado que se da cada mes, también conocida como regla y/o periodo. La sangre menstrual es en parte sangre y otro tanto es tejido del interior del útero o matriz. Éste fluye desde el útero, a través de la pequeña abertura del cuello uterino y sale del cuerpo femenino por la vagina).

A la primera menstruación de la mujer se le denomina “menarquia” la cual se da el día en que se presenta o bien, se produce el primer sangrado vaginal, esto se

considera un indicio de la madurez sexual en las mujeres. La menarquia se puede presentar en edades diferentes, puede presentarse desde los 12 hasta los 14 años de edad aproximadamente. Ésta se da porque el endometrio que se ubica dentro del útero se engruesa entre 28-31 días (aproximadamente) para recibir al óvulo fecundado originando así una vida nueva (bebé). Si el óvulo no es fecundado antes del engrosamiento del endometrio, los tejidos de éste quedan sueltos y junto con un sangrado son expulsados mediante la vagina.

Es muy entendible que los y las adolescentes se vean confundidos e incluso espantados de los cambios que sufren con su cuerpo, pues en ocasiones estos cambios pueden ser bruscos, y existe más incertidumbre cuando los padres no tienen una comunicación adecuada de estos temas, el no llamar al pene-pene, a la vagina-vagina y demás, evita e incluso impide que todos estos cambios sean más comprensibles y familiarizados para los y las adolescentes.

Todos estos cambios físicos, tanto primarios como secundarios en hombres o mujeres van encaminados junto con los cambios psicológicos, pues como ya se mencionó, los y las adolescentes van en busca de su identidad, ya que su condición de niño o niña ha cambiado, puede estar o no a gusto con el cuerpo y sexo que le fue otorgado al nacer. Armida Aberastury y Mauricio Knobel (1988) mencionan en su publicación titulada "La adolescencia normal", que él o la adolescente atraviesan por tres duelos esenciales; duelo por el cuerpo infantil, duelo por la identidad y por el rol infantil y el tercer duelo por los padres de infancia.

Todos estos duelos se caracterizan "por una tendencia al manejo omnipotente de las ideas frente al fracaso en el manejo de la realidad externa" (Aberastury, 1988:143).

Los y las adolescentes en esta etapa comienzan a explorar y descubrir su cuerpo, aquel con el que han nacido y que le han ensañado a proteger y a amar, y que durante la adolescencia comienza a desconocer por los cambios que va sufriendo, así mismo se va dando cuenta que está dejando de ser un niño o niña y, que su realidad empieza a ser algo cruel, sintiéndose incomprensible. Durante la infancia

las personas requerimos de un adulto (padre, madre o tutor) para satisfacer nuestras necesidades básicas como comer, vestir, asear, entre otras y ahora se enfrenta a tener que satisfacerlas por sí mismos/as.

El dejar de ser quien era provoca la confusión, y más asimilando que dejará de ser un niño o niña para ser en un futuro un adulto. Lo que más le cuesta asimilar al adolescente es que su cuerpo está cambiando y con ello sus responsabilidades van aumentando, le asusta al adolescente creer que se está convirtiendo en un adulto y que sigue pensando como un niño, lo que realmente provoca “un verdadero fenómeno de despersonalización” (Aberastury, 1988:143).

El comportamiento del adolescente, es de resistencia, pues trata de negar y se resiste a los cambios que le han ocurrido y se comporta como un niño, haciendo que los cambios constantes de su realidad lo lleven a enfrentarse a sus padres, a su familia y a la sociedad en general, todo esto lo lleva a aceptar su pérdida infantil y su nueva personalidad.

El amor, es otro de los fenómenos al que el adolescente desea dar respuesta; ya que es un factor con el que comienza a tener relación en su vida cotidiana. El amor es una de las tres cosas que él y la adolescente exige que sean tomados en cuenta por parte de sus padres “La libertad en salidas y horarios, la libertad de defender una ideología y la libertad de vivir un amor y un trabajo”. (Aberastury, 1988:29). Pero, los padres tienden a reprimir más el primero, pues buscan tener la mayor autoridad posible en sus hijos/as, y sin duda alguna, la represión y el control por parte de ellos sea respetado con el objetivo de establecer límites, cortar y reprimir libertades, evitando que se caiga en el libertinaje.

Él y la adolescente lo que busca es que los adultos le hagan sentir importante, es decir, que se tomen en cuenta sus ideologías, sus gustos y preferencias y su forma de pensar a través de la comunicación con sus padres, pero si durante la etapa de la niñez los padres no establecen esta comunicación con sus hijos o hijas, es muy probable que durante la adolescencia esta comunicación no exista, o bien, no sea puesta en marcha y como consecuencia de esto no se obtendrán buenos

resultados, puesto que los padres no entienden este proceso de cambio y de búsqueda, porque no se dan cuenta que el diálogo y el saber escuchar a sus hijos e hijas, construyen los cimientos de una buena relación.

Él o la adolescente de hoy busca vivir y experimentar por sí mismo/a, el inicio de su vida sexual tomando en cuenta que en “México las y los adolescentes inician su vida sexual entre los 12 y 19 años” (INMUJERES, 2021). De acuerdo con este dato podemos concluir que los y las adolescentes comienzan su vida sexual a una edad más temprana, a pesar de que su cuerpo no está preparado físicamente y su cerebro no ha alcanzado la madurez suficiente.

1.1.2 MADURACIÓN CEREBRAL

Otro cambio que es importante resaltar es el desarrollo del cerebro adolescente, de acuerdo con Triskier (2011) “el volumen cerebral alcanza su pico a los 10.5 años en las mujeres y a los 14.5 en los varones” El cerebro va creciendo de forma gradual durante la infancia, el cual está compuesto por materia gris, al llegar a la adolescencia alcanza su tamaño total, en este punto el cerebro comienza a madurar por áreas, el cual va reemplazando la materia gris por materia blanca, de igual forma se da una eliminación de sinapsis de forma significativa la cual no afecta el funcionamiento cerebral;

...durante la adolescencia se produce una modificación del balance existente entre sustancia blanca y sustancia gris, con la resultante de un incremento de la sustancia blanca respecto a la gris. Correlativamente, el cerebro del adolescente se vuelve más eficiente, requiriendo menor gasto de energía (Triskier, 2011)

El proceso de maduración cerebral depende del sexo del sujeto, debido a que en este se encuentran los cromosomas XX o XY, en el sexo femenino la maduración se da de forma cíclica, maduran primero las regiones de la corteza frontal que se

encargan del proceso del lenguaje, de la impulsividad, de la agresividad y del control de riesgo, ahora bien, en el sexo masculino es de manera continua, maduran primero las regiones del lóbulo inferior parental, el cual se encarga de las tareas espaciales.

El papel que desempeña la corteza pre frontal, concretamente la ventromedial, en la toma de decisiones, se ha puesto de manifiesto en los estudios con pacientes que presentan lesiones en dicha zona, ya que estos sujetos tienen dificultades para anticipar las consecuencias futuras, tanto positivas como negativas, de su conducta y valorar los riesgos de una situación (...) Esa relación con la toma de decisiones destaca la relevancia que la inmadurez pre frontal tiene para entender la mayor impulsividad e implicación de chicos y chicas adolescentes en conductas de riesgo relacionadas con la sexualidad, el consumo de drogas o los comportamientos antisociales. (Oliva, 2007:243)

En la adolescencia el cerebro es inestable por los cambios emocionales, mentales, y sociales influidos por las hormonas sexuales, por lo tanto, surge una transición de la dependencia del núcleo familiar a la independencia, a la par las habilidades cognitivas tienen un mejor desarrollo, ya que estos muestran mejor habilidad de pensamiento que los infantes y se aumenta la capacidad para la formulación de hipótesis al igual que la capacidad de introspección sobre sus pensamientos y emociones.

El cerebro es muy sensible a los matices emocionales, principalmente al de aprobación, aceptación o rechazo, ya que su objetivo es agradar y gustar socialmente, sin embargo, suele dispararse un estrés debido a los conflictos en las relaciones con los demás, una forma de liberar el estrés es al hablar con sus iguales, ya que, los estrógenos liberan y activan dos hormonas; la dopamina encargada de la felicidad y la oxitocina la encargada de la confianza, las cuales impulsan la búsqueda de la intimidad.

De acuerdo con Oliva (2007) habla sobre el desequilibrio que surge durante la adolescencia entre el circuito pre frontal cognitivo y el circuito motivacional mesolímbico y sus diferentes ritmos de maduración. El circuito motivacional es muy sensible ante las influencias de hormonas sexuales causando cambios en la pubertad incrementando su respuesta y excitabilidad. Por otro lado, el circuito pre frontal madura más lentamente ya que no se ve afectado por los cambios de la pubertad, ya que este depende de la edad y del aprendizaje alcanzando su madurez hasta la adultez. Por ello, se plantea que es durante la adolescencia que existe un mayor desequilibrio entre estos circuitos.

El proceso de desarrollo neurológico no es independiente del contexto, y todas las actividades que chicos y chicas lleven a cabo durante estos años, tanto educativas como de ocio, contribuirán al modelado de su arquitectura cerebral. La adolescencia puede considerarse como un auténtico periodo sensible para el desarrollo de competencias (...) lo que no quiere decir que no se mantenga una importante plasticidad cerebral durante los años posteriores. (Oliva, 2007:248)

A pesar de que dicho proceso de maduración cerebral sigue un ritmo predeterminado, puede modificarse a partir del contexto del sujeto, ya que recibe el impacto de experiencias personales, de situaciones y/o conductas que pueden dar como resultado las crisis emocionales en los y las adolescentes, descartando la hipótesis de que solo los cambios naturales son los responsables de dichas crisis. El establecimiento de los circuitos se va estructurando por medio de la educación y de la conducta, es decir, que todo influye en la construcción del cerebro.

Prosiguiendo con el análisis, en esta etapa también se establecen los circuitos que permiten la memoria autobiográfica la cual es indispensable para la formación de la propia identidad, es decir, el sujeto busca dar respuesta a las interrogantes ¿Quién soy?, ¿Cómo soy? y ¿Qué me gusta?

Finalmente la sexualidad va de la mano del calendario madurativo de la persona, que a pesar de ser un desarrollo biológico este se ve influenciado por el contexto.

1.1.3 BÚSQUEDA DE LA IDENTIDAD

Esta etapa de la adolescencia consiste principalmente en el proceso de búsqueda y formación de la identidad de los sujetos, es decir, la compleja respuesta a la pregunta ¿Quién soy? y la cual ofrecerá una base sólida para la edad adulta.

Identidad se refiere a la organización de la conducta, habilidades, creencias e historia del individuo en una imagen constante de sí mismo.

Por ello si los y las adolescentes no logran integrar todos estos aspectos o si se sienten incapaces de elegirlos en absoluto, existe la posibilidad de una confusión de rol.

Para Freud (1993) desde la teoría psicosexual la experiencia infantil resulta vital en la vida del sujeto, al ser ésta la primera etapa en la que se configura la personalidad humana. El desarrollo de la psique evoluciona gracias a las diferentes etapas, todas con el objetivo de lograr el placer sexual, pues es en esta teoría donde se expone que los sujetos obtienen placer de diversas maneras, en distintas zonas erógenas de su cuerpo. Al mismo tiempo este individuo se ve en la necesidad de configurar su propia identidad que le permita experimentar un proceso de socialización, durante el cual su propio “yo” necesita confrontarse con los de otros individuos, de los que adoptará o rechazará sus propios rasgos. Freud pensaba que los primeros años de vida son decisivos para la formación de la identidad, pues a medida que los niños desarrollaban conflictos con sus impulsos biológicos innatos relacionados con la sexualidad y las restricciones de la sociedad, tenían un desarrollo psicosexual, pues éstos conflictos se presentan en las instancias que forman la psique humana, las cuales son: el “ello” que es lo inconsciente e irracional, en él se encuentra el placer y los instintos, el “yo”, éste es racional y consigue dominar los instintos del

“ello”, dirigido por el principio de realidad y, el “súper yo”, incluye los sistemas de valores y las reglas morales aprobadas por la sociedad.

Por su parte Erikson (1992) pone menos énfasis en las pulsiones sexuales y mucho más énfasis en las fuerzas sociales a diferencia de Freud. Erikson da mayor relevancia al “yo” para entender el funcionamiento psicológico humano, pues afirma que los sujetos no son sólo creaturas biológicas y psicológicas, también son creaturas sociales, haciendo mención que las etapas del desarrollo psicosocial se extiende más allá de la adolescencia, pues pensaba que las personas pueden resolver sus conflictos a medida que éstos van surgiendo. Erik Erikson es uno de los principales autores de los que se debe partir para entender la formación de la identidad adolescente. En *Identidad, juventud y crisis* (1992), Erikson menciona que el adolescente debe pasar por una crisis de identidad para encontrar su nuevo yo, es decir, su yo social. El adolescente trata de afrontar un problema difícil y trascendental cuya solución le va a permitir vivir en sociedad. Para ello tendrá que enfrentarse al miedo que supone establecer relaciones con otras personas. Este miedo lo puede conducir a establecer relaciones de amistad con otras personas o al aislamiento. Otro factor que configura esta crisis de identidad y que el adolescente tendrá que afrontar es la ausencia de una perspectiva temporal que le facilite la planificación del futuro con vistas a la mejora personal, la dificultad de concentración en el estudio o el trabajo y la oposición a las preferencias y normas impuestas por los padres y adultos, que pueden desembocar en una identidad negativa contraria a la deseada por la sociedad.

Por ejemplo, el embarazo adolescente que suele tener opiniones subjetivas en torno a si se desarrolla una identidad negativa o no, pues hay una limitación para el desarrollo social y educativo de una persona, pues se ve alterado, por responsabilidades y tal vez los y las adolescentes no tienen las herramientas para llevarlas a cabo.

Otro ejemplo de ello son los estándares de belleza que establece la sociedad a los y las adolescentes provocando los trastornos de alimentación, y éstos a su vez van

transformando su identidad, tanto de la imagen que poseen de su cuerpo como de sí mismos (as).

Es por ello que en el siguiente apartado se expone el papel que juega la alimentación en el desarrollo de los y las adolescentes.

1.1.4 ALIMENTACIÓN

Como ya se ha mencionado la adolescencia es una etapa de la vida muy importante para el desarrollo humano, también lo es desde una perspectiva de salud, porque en la adolescencia es donde se terminan de conformar las estructuras y características corporales de cada individuo, las cuales nos acompañaran siempre. Una alimentación y/o nutrición adecuada es clave en los y las adolescentes.

El aumento de las necesidades nutricionales que se produce durante esta etapa se relaciona más con la edad biológica que con la edad cronológica. Si la ingesta no es adecuada, es, muy probable que se presente alguna deficiencia nutricional.

La alimentación juega un papel sumamente importante en la vida del ser humano pues se encuentra unida a los procesos vitales, condicionando su salud y su calidad de vida. Particularmente en los y las adolescentes su conducta alimentaria podría destacar hábitos frecuentes de omisión de algunas de las comidas, ingerir refrigerios, consumir comida rápida, no compartir el tiempo de comida con su familia, seguir dietas sin indicación de ningún especialista médico, realizar actividad física intensa sin la supervisión adecuada o bien, optar por el sedentarismo marcado por el hábito de pasar muchas horas frente al celular o televisión.

Los comportamientos alimentarios que se observan en los y las adolescentes suelen adquirirlos del contexto sociocultural, los amigos, la familia y los medios de comunicación, los cuales tienen un gran alcance mediante los programas televisivos, revistas, redes sociales, etcétera. Respecto a la familia, la madre es quien más influencia tiene, ya que, en su mayoría, ella es quien elige las compras

de los productos de casa y prepara los alimentos, y finalmente los pares, quienes influyen en las decisiones que se toman respecto al consumo de alimentos.

Las costumbres nutricionales que se adquieren en la etapa de la niñez apenas varían en los años posteriores por lo que los hábitos alimentarios individuales, marcados por el aprendizaje previo, en la mayoría de las personas con una etapa de desarrollo más avanzada son prácticamente iguales a los que se adquirieron en las primeras etapas de vida: infancia, pubertad y adolescencia.

Una persona nutrida se puede ver en términos de mantenernos sanos y por otro lado los modelos estéticos (tener cintura, senos grandes, piel clara, entre otros), sin embargo la sexualidad de la persona tiene que ver con la auto aceptación del cuerpo.

Los y las adolescentes pueden caer en dependencia de fármacos para ser más atractivos o en algún trastorno alimenticio (anorexia, bulimia, vigorexia).

1.1.5 DIFERENCIA ENTRE ADOLESCENCIA Y PUBERTAD.

La adolescencia se reconoce por ser la etapa en la que se busca la madurez emocional y social caracterizándose por tener inquietudes y preocupaciones que no pertenecen ya a la etapa infantil, tales como: estilos de moda, hábitos, búsqueda de una identidad que le sea propia, un estilo de vida que sea diferente al de los adultos, y el surgimiento de valores proporcionados por los mismos adolescentes, como señala Palacios, J. y Oliva A. (1993) “Es un hecho psicosociológico”

En la búsqueda de su identidad, la identidad se entiende como un conjunto de elementos, características, así como cualidades que le son propias de un ser humano, que permiten diferenciarlo de sus semejantes. Reconociéndose a sí mismo como un ser único e irrepetible.

La pubertad difiere de la adolescencia. La pubertad es un término empleado para identificar los cambios somáticos dados por la aceleración del crecimiento y

desarrollo, aparición de la maduración sexual y de los caracteres sexuales secundarios, no es un proceso exclusivamente biológico, sino que está interrelacionado con factores psicológicos y sociales. (Pineda y Aliño, s/f: 4).

Diversos científicos del desarrollo, encontraron una tendencia secular en el inicio de la pubertad, esto se refiere a que abarca varias generaciones.

Estos términos no son procesos ajenos, sino continuos para llegar a la etapa de la adolescencia y está a su vez a la adultez. Toda esta transición es determinada por diferentes factores como:

- a) La familia.
- b) La institución educativa (escuela).
- c) El contexto cultural, el cual constituye las normas, reglas y límites, constituyendo la base educativa y manifestando la vida comunitaria en los contextos económicos, políticos y religiosos.

El efecto que provoca la adolescencia varía de acuerdo a lo siguiente:

- a) El contexto familiar.
- b) El país o lugar.
- c) La cultura.
- d) La historia social.
- e) De generación en generación.

La adolescencia es una etapa personal que se encarga de formar nuevas generaciones y es concebida “como el producto de su época, de la cultura donde viven, de su historia personal (infancia y pubertad) y del ambiente donde se gesta el proceso (Gutiérrez, 2000, p. 143). A esto se le denomina como una demora social de espera, que la sociedad otorga a los y las adolescentes mientras éstos se preparan para la vida adulta, desarrollándose en un ámbito social que los reconozca, que cuenten con el espacio para vivir esta etapa, que aprendan a reconocerse, a valorarse e integrarse consigo mismo/a y con su entorno.

Todo esto ayudará al adolescente a crear un sentido de pertenencia que a su vez le hará sentirse seguro y libre en los aspectos psicológicos, sociales, culturales y sexuales.

1.1.6 LOS Y LAS ADOLESCENTES Y SU SEXUALIDAD.

Erikson (1992) menciona que, para Freud, si en la infancia del ser humano se limita la autoexploración del cuerpo, puede causar que en su etapa adolescente le sea difícil aceptar los cambios físicos y psicológicos, es decir, que haya una resistencia cultural.

Es importante que los padres, madres o tutores de los y las adolescentes no sigan reproduciendo la idea, que el autoconocimiento y la autoexploración de nuestros cuerpos es algo pervertido, sucio o inclusive patológico.

Para Klein el inicio del complejo de Edipo se presenta en el primer año de vida del ser humano, a diferencia de Freud que lo sitúa en una edad posterior. Klein menciona que la entrada en el complejo de Edipo está impulsada por frustraciones orales (destete), frustraciones anales (funciones excretorias) y frustraciones genitales (distinción del sexo).

“Frecuentemente me he referido a que el complejo de Edipo comienza a actuar más temprano de lo que se supone... Llegué a la conclusión de que las tendencias edípicas son liberadas a consecuencia de la frustración que el niño experimenta con el destete, y que hacen su aparición al final del primer año de vida y principios del segundo; son reforzados por las frustraciones anales sufridas durante el aprendizaje de hábitos higiénicos. La siguiente influencia determinante en los procesos mentales es la diferencia anatómica entre los sexos.” (Klein, 1986: 37).

Mencionamos lo anterior, porque creemos que es importante que los seres humanos conozcan su cuerpo a través de la autoexploración, ya que durante la adolescencia el aceptarse, los lleva a una evolución sexual y con el tiempo a la elección de quienes serán las personas con las que compartirán su cuerpo. Toda esta “evolución sexual comprende el autoerotismo y la heterosexualidad” (Aberastury, 1988:74). Esto refiere que, la conducta de los y las adolescentes comenzará a variar en relación a su sexualidad, ya que no solo quedará en lo que conocemos como masturbación (acto de explorarse), sino que ahora comenzará con lo que se llama ejercicio genital (acto de procrear).

Siguiendo con esta autora refiere que según Freud: “Los cambios biológicos de la pubertad son los que imponen la madurez sexual al individuo, intensificándose entonces todos los procesos psicobiológicos que se viven en esta edad” (Aberastury, 1988:76).

Cuando él y la adolescente ya ha asumido sus cambios fisiológicos (aparición de la menstruación en las mujeres y el semen en los hombres) ante sí mismos y ante los demás, dará pauta a la búsqueda de una relación sentimental, dando lugar así a vivir una vida amorosa, sin estar comprometidos o casados (noviazgo). El enamoramiento es un proceso característico de esta etapa, el o la adolescente se puede enamorar de alguien que esté a su alcance o bien fuera de él (amor platónico-crush). Es a partir de este tipo de relaciones reales o imaginarias donde se experimentan sensaciones corporales y donde también se dan los primeros acercamientos sexuales, con besos, abrazos, caricias y contactos superficiales de ambos cuerpos, etc.

Dicho esto, el o la adolescente, se está enfrentando a un reto cuyo objetivo es identificar y controlar sus emociones y sentimientos, pues, es en esta etapa en donde su búsqueda de identidad (necesidad de la persona de identificarse con algo o alguien) y de la aceptación de su genitalidad, es decir, centrándose en el aspecto fisiológico de los genitales: masculino y/o femenino mezcladas con el proceso

amoroso se sentirá atraído por el sentimiento del amor, hacia personas de su mismo sexo o del sexo opuesto; puede tener inclinaciones y decisiones homosexuales y/o heterosexuales; que hoy en día son preferencias sexuales que pueden estar jurídicamente aceptadas o que se encuentran en oposición de un grupo social específico.

Las primeras aceptaciones y/o rechazos en este proceso de identidad y rol sexual a la que se enfrentan se dan por parte de la familia, ya que el apoyo o no que está brinda es determinante para la vida futura del adolescente.

Es fundamental la comunicación entre los padres, madres y/o tutores con sus hijos (as) adolescentes, porque el hablar de sexualidad conlleva una gran responsabilidad por ambas partes, la comunicación debe ser respetuosa y honesta (Investigar lo que no se sabe, no inventar respuestas), ser directos, permitir que la conversación fluya por sí sola, pues por el contrario, hay quienes prefieren no tocar el tema.

Hay muchas cosas que se dicen o no acerca de la sexualidad, por eso su importancia de orientar a los y las adolescentes, dejando a un lado lo que creemos correcto o no, la importancia de hablar de temas sexuales debe radicar en que se comprenda lo que implica su sexualidad.

El capital social, cultural y económico no permite tener claridad en las conceptualizaciones de sexo y sexualidad.

Es importante definir que el sexo se refiere a la condición orgánica con la que se nace, es decir, a la genitalidad de identificarnos como masculino, femenino o intersexualidad. La sexualidad, es el agrupamiento de cada una de todas estas características que componen lo biológico, psicológico social y cultural que evalúen a cada individuo. Es importante destacar que la sexualidad no solo es tener sexo o mejor dicho el acto coital, sino que son características físicas y emocionales que se tiene desde que nacemos hasta el día de nuestra muerte.

En la sexualidad intervienen muchos ámbitos en el desarrollo de la persona, es por eso que es importante y necesario brindar educación sexual a niños (as) y jóvenes, sin importar su sexo, para que todas las personas entendamos y comprendamos lo que sucede o sucederá con nuestro cuerpo al llegar a la adolescencia, pero no solo los padres y madres deberían de hablar de esto con sus hijos (as), la escuela es otra pieza importante en la educación sexual de un o una adolescente, pues esta es la que proporcionará o debería proporcionar herramientas básicas no solo para el desarrollo profesional, sino debe apoyar a los padres en relación a los temas sexuales, proponiendo así la Educación sexual integral en el sistema educativo.

Además de buscar y experimentar relaciones sentimentales, los y las adolescentes también buscan experimentar las relaciones sexuales, es decir, el acto coital, pues éstos se dejan guiar más por el sentido de qué se siente, precipitándose en su toma de decisiones y sobre todo siendo irresponsables en su sexualidad, pues si los padres, madres y la escuela no lo preparan con los conocimientos básicos y necesarios se enfrentan a muchos factores de riesgo que inciden en su vida de manera negativa.

Es por ello que la educación sexual debe ser promovida en el ámbito escolar de una manera más pertinente atendiendo así a las necesidades y problemáticas más demandadas.

1.1.7 EDUCAR SOBRE SEXUALIDAD A LOS Y LAS ADOLESCENTES.

La sexualidad está relacionada con el mundo de los sentimientos y emociones, así mismo del plano de los valores; influyen en ella la condición social y cultural que hace posible el desenvolvimiento de las personas.

“La sexualidad humana es la manera de comunicarse, de actuar, de sentir, de vivir, que cada persona tiene con los otros, con su familia y con su sociedad. Es una

dimensión del ser humano, también un compromiso existencial. Es única, cambiante y relativa” (Cardinal, 2005: 96).

Estas definiciones nos ayudan a entender que la sexualidad comprende los aspectos psicológicos, biológicos, culturales y sociales de cada persona. Hablar de sexualidad va más allá de las relaciones sexuales, de tener pene o vagina e inclusive de procrear. Es una práctica que involucra la percepción que se tiene de uno mismo, involucra sentimientos y expresiones de género, pues esta se relaciona también con nuestra forma de vestir.

La etapa de la adolescencia puede ser complicada y si se le suma la falta de información sexual, impide que él y la adolescente pueda vivir de manera libre, sana y responsable.

Es por ello que las instituciones educativas de nivel básico (secundaria) en su proceso de enseñanza-aprendizaje tiene que tomar en cuenta que está formando adolescentes, mismos que pretenden experimentar y sentir su sexualidad; es decir, no quieren que solo le platicuen lo que se siente o como es tener relaciones sexuales, pues desean vivirlo y sentirlo por sí mismos (mismas), siendo esta una de las principales razones porque se debe de educar y orientar para la vida sexual, darles a saber que el experimentar este tipo de relaciones implica responsabilidades con su cuerpo y el de la otra persona, mismas que suelen desconocer, por la falta de orientación en la escuela, falta de información y solo ganas de experimentar y sentir, evitando tomar una decisión con madurez y responsabilidad.

La educación sexual integral es un derecho de chicos y chicas de todas las escuelas del país, en sus tres niveles: inicial, primaria, secundaria, sean privadas o estatales, confesionales o laicas (...)se encuentra establecido en la ley nacional 26.150 que, a partir de su sanción en 2006 (...) la Educación Sexual Integral (ESI) es un espacio sistemático de enseñanza aprendizaje que promueve saberes y habilidades para la toma de decisiones responsables y críticas en relación con los derechos de los niños, las niñas y

los/as adolescentes al cuidado del propio cuerpo, las relaciones interpersonales, la información y la sexualidad (Pedrido, 2017).

La educación sexual integral debe estar al alcance de todos y todas, y debe contribuir a la prevención de numerosos problemas sociales como el embarazo adolescente, el escaso uso de anticonceptivos por las y los adolescentes, el abuso sexual, las enfermedades de transmisión sexual (ETS), la violación sexual, los asesinatos por razones de género, y la discriminación hacia las distintas maneras de vivir la sexualidad y el amor.

La educación sexual integral debe ser el proceso de formación basado en los derechos humanos y en la perspectiva de género, con información para tomar decisiones responsables, sin prejuicios ni culpa; debe contar con contenidos en materia de biología, educación e inteligencia emocional, relaciones sociales y aspectos culturales, además de principios éticos.

Desde 1994, no sólo México, sino en los gobiernos del mundo se comprometieron a los resolutivos de la Conferencia Mundial de Población, realizada en el Cairo (ONU, 1994), entre los que se fijó el objetivo de promover una educación sexual en todos los niveles educativos, desde una perspectiva integral, basada en una óptica de género y los derechos humanos.

A principios de 1970, derivado de la política de planificación familiar nacional, se hizo necesaria la inclusión del tema de sexualidad en los libros de texto de primaria y secundaria. Se integraron aspectos como pubertad, reproducción humana, prevención del embarazo e infecciones de transmisión sexual. En esta incorporación de contenidos predominó la visión demográfica (Rodríguez G., 1991: 35).

La educación sexual en México se incluyó en los programas de educación básica desde 1974, siendo este acontecimiento pionero en América Latina. Los temas de pubertad y la reproducción humana se comenzaron a discutir en quinto de primaria, mientras en secundaria, se abordaban temas como la prevención de embarazos y ETS. Sin embargo, este acontecimiento no quedó exento del rechazo, puesto que, desde ese entonces, los contenidos sobre sexualidad generaron polémica en

algunos grupos de padres y madres de familia, provocando que se quemaran los libros de texto gratuito.

El tema dio un giro a un enfoque más preventivo, pues en 1982 la educación sexual promovía el uso del condón, debido a la amenaza de la epidemia del VIH.

A inicio de los años noventa la reforma a la educación básica incorporó, entre otros muchos puntos, modificaciones a los planes, programas y la actualización de los libros de texto (Miranda, 2010). A los contenidos de sexualidad ya establecidos en el currículo se agregaron los temas de VIH/sida, relaciones heterosexuales y desarrollo afectivo, aunque el abordaje siguió siendo biologicista y reforzó la heteronorma (pensamiento o norma que se impone al conjunto de la sociedad discriminando otras formas de vivir la sexualidad).

De 1994 hasta ahora, se ha planeado implementar temas de género, diversidad sexual y derechos sexuales y reproductivos.

Para la reforma del 2011, el nivel de educación secundaria, además de abordar la sexualidad en las asignaturas de Ciencias I y Formación Cívica y Ética I y II, cuenta con la asignatura estatal, espacio curricular que permite atender algún campo temático emergente o problemáticas que afrontan las y los alumnos; entre ellos está considerado el tema de la sexualidad (SEP, 2011).

Otra iniciativa para el nivel secundaria es de la Dirección General de Educación Indígena de la Secretaría de Educación Pública en el 2015, que consiste en un cuaderno sobre sexualidad dirigido a la población indígena joven, cuyo propósito es atender el tema emergente de maternidad (paternidad), formando parte del Programa de Becas a Madres Jóvenes y Jóvenes Embarazadas del Programa Nacional de Becas a cargo de la mencionada dirección.

Por otra parte, en el modelo educativo de 2017, la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2017), para la educación básica, se señala en la malla curricular que incluye todos los niveles educativos, 2 ámbitos que pudieran ser relacionados con la

sexualidad: 1) atención al cuerpo y a la salud, dónde se tienen contenidos referentes al cuidado corporal de hombres y mujeres y 2) Convivencia y ciudadanía, en el que se abordan algunos contenidos sobre discriminación, violencia y derechos.

El documento no retoma la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, aprobada en 2014, donde la educación sexual integral es reconocida en varios de sus artículos (10, 47,50 y 58). Específicamente, el artículo 58, fracción VIII, establece que:

Se debe promover la educación sexual integral conforme a su edad, el desarrollo evolutivo, cognoscitivo y madurez, de las niñas, niños y adolescentes, que le permitan ejercer de manera informada y responsable sus derechos consagrados en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en las leyes y los tratados internacionales de los que el Estado mexicano sea parte.

En el nivel de educación primaria, los libros de quinto y sexto grado carecen de información sobre educación integral de la sexualidad. El libro de quinto grado incluye sólo un tema de autocuidado en la salud sexual, específicamente en la etapa de desarrollo de la pubertad. En tanto, el libro de sexto grado aborda aspectos de sexualidad en cuanto al desarrollo físico que se da en la etapa de la adolescencia de ambos sexos (Tapia y Rodríguez, 2011a y 2011b).

La escuela (secundaria) entendida como la mediadora entre estudiantes (adolescentes), padres y madres y/o tutores, necesitan del apoyo de especialistas, preparados y capacitados, para intervenir y buscar soluciones a los conflictos, o bien, a las situaciones que se enfrenta el o la adolescente en relación con su proceso de desarrollo de cambios biológicos, sociales, culturales y psicológicos.

La Iglesia y algunas asociaciones de padres de familia continúan influyendo negativamente en la inclusión plena del tema de sexualidad en los currículos formales, sus creencias e ideas perjudican y anulan el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos. Se niegan a brindar información sobre sexualidad a

infantes y adolescentes, rechazan la diversidad sexual, no aceptan el amor entre personas del mismo sexo, están en contra de la interrupción libre del embarazo y las relaciones sexuales fuera del matrimonio. Los argumentos que dan, están basados en su ideología y están alejados de los postulados científicos. Así mismo presionan a las autoridades educativas sin hacer caso a las estadísticas nacionales que muestran la persistencia y crecimiento de los embarazos en edades tempranas que no es otra cosa que la evidencia del inicio de las relaciones sexuales en la etapa adolescente. Estas fuerzas sociales han influido para que sean mínimas las actualizaciones que han tenido los contenidos sobre sexualidad en los currículos de educación básica, es decir, los cambios en las décadas de los ochenta, noventa y en el siglo XXI no son significativas, pues el enfoque no se ha modificado, ni la profundidad de abordaje de los contenidos. La influencia de estos grupos de ideología conservadora va contra el principio de laicidad y el derecho a la educación del Estado mexicano, demostrando de alguna manera que el sector familiar influye contundentemente en la educación sexual que reciben o no los y las adolescentes.

A partir de la experiencia propia y de la investigación, el plan de estudios de la escuela secundaria a la que asistimos, no aporta educación sexual como parte de la formación de los alumnos. Por otro lado, aunque la escuela es responsable de brindar conocimientos, esto no implica que la familia, el estado e incluso la iglesia no sean corresponsable de este tema, brindando herramientas necesarias, por un lado la familia se encarga de los valores y principios, mientras que el estado se encarga de modificar leyes, de la normatividad social para que las personas se puedan ir desarrollando.

1.2 LA CULTURA Y LA FAMILIA.

La raíz de la palabra cultura se ubica en el indoeuropeo que significaba rodear un lugar, posteriormente se presentaron diferentes nombres que se encontraban relacionados con colonizar, y con *colere* en latín, cuyo significado es cultivar, que es lo que más tarde se asoció con cultura de las ciencias sociales.

Se debe aclarar que no existe cultura sin individuo e individuo sin cultura, son una pareja indisociable. La cultura implica el lenguaje, valores, reglas jurídicas, arte, religión, entre otros elementos de un pueblo o sector de la región.

La cultura beneficia diferentes ámbitos, por ejemplo, hace posible la comunicación, facilita el desarrollo del hombre y el incremento de su potencial.

Zalpa (2011) menciona que “Una característica fundamental del concepto de cultura es que los elementos del todo complejo se organizan en instituciones sociales, pues sólo así pueden construir un todo integral, y cumplir la función de dar respuesta a las necesidades de los hombres (...) Las culturas-instituciones sociales se explican porque son útiles para responder a las necesidades primarias-comer, vestirse, reproducirse-de los hombres, y a las necesidades secundarias- sociales- que las sociedades crean al responder a las necesidades primarias” (p. 27).

Siguiendo con esta cita, encontramos que una institución social que cumple con la característica de dar respuesta a las necesidades primarias es la familia. Se entiende por familia a un grupo de personas que comparten un grado de parentesco ya sea consanguíneo, por afinidad o adopción y conviven como tal. La sociología se refiere a la familia como la unión social conformada por el padre, madre y los hijos (as).

Estrada (1997) afirma que la familia puede ser considerada como una célula social cuya membrana protege en el interior a sus individuos y los relaciona al exterior con otros organismos semejantes. La familia como todo organismo vivo, tiene una historia, un nacimiento y un desarrollo, es decir, tiene un ciclo vital, en el cual la familia se reproduce, declina y también muere.

“La familia es justamente la sustancia viva que conecta al adolescente con el mundo y transforma al niño en adulto” (Estrada, 1997:11) y tiene un rol formativo muy importante sobre el tema de la sexualidad, pues es la encargada de educar a los hijos/as en sus funciones sexuales y sociales. Debería transformarse en un espacio de apertura y entendimiento, pero muchos padres y madres no han tenido algún tipo de educación sexual o tienen miedo de hablar de estos temas con sus hijos e hijas,

por la idea de que al hablar de estos temas los están induciendo a las prácticas sexuales. Si la familia cumple con esta función y con el advenimiento de los hijos (as), el soltarlos a tiempo para la formación de nuevas unidades y el quedar la pareja sola nuevamente, se dice que será una familia sana, y si en alguna de ellas fracasa o se detiene, será un sistema enfermo.

La familia a través de dos mecanismos principales regula su funcionamiento: el primero es un control homeostático, es decir, cada uno de los miembros que integran la familia estará colocado en una posición especial respecto a los otros. El o la adolescente suele estar incluido. Y el segundo es una red de comunicaciones, esto es, cada familia formula su propio código de mensajes y, será necesario que cada miembro siga fielmente dicho código para ser aceptado plenamente en el seno del sistema familiar.

Como resultado de la homeostasis y la comunicación, es la aparición de roles en la familia, lo cual determina igualmente que marchen bien las cosas o que el sistema se enferme (Estrada, 1997:13).

Siguiendo con este autor la familia puede estar conformada por diversos miembros y no todos consanguíneos, debido a esto se pueden identificar varios tipos de familia en la actualidad, tales como la familia:

- Nuclear: es la típica familia integrada por ambos padres y los hijos (as).
- Extendida: este tipo de familia está integrada por miembros cuyas relaciones no son únicamente entre padres e hijos (as), es decir, una familia extendida puede incluir abuelos, tíos, primos y otros integrantes consanguíneos o afines.
- Monoparental: está integrada por uno solo de los padres (en la mayoría de veces la madre) y sus hijos (as). Este tipo de familia puede tener diversos orígenes: padres separados o divorciados, donde los hijos (as) quedan viviendo con uno de los padres, por un embarazo precoz donde se constituye la familia de madre soltera y por último el fallecimiento de alguno de los cónyuges.

- Homoparental: formada por una pareja homosexual (dos hombres o dos mujeres) y sus hijos (as) biológicos o adoptados.
- Ensamblada: esta familia está constituida por integrantes agregados de dos o más familia (ejemplo: madre sola con hijos (as) se junta con padre viudo con hijos (as)). En este tipo de familia se incluyen familias integradas solamente por hermanos (as), o por amigos, donde el sentido de la palabra “familia” no tiene nada que ver con la consanguinidad, sino con los sentimientos de quienes viven juntos en el mismo espacio.

Conocer las estructuras de la familia y conceptualizar sus funciones, no sólo ayuda a integrar mejor un diagnóstico, sino que ofrece nuevas luces en el tratamiento, prevención e investigación de los problemas emocionales. La familia puede ser en sí, un elemento de salud o de origen y causa del problema. (Estrada, 1997, p. 11)

Durante la adolescencia los padres tienen que enfrentar una nueva contradicción. Es una edad en que aumentan los riesgos (ya que cualquier problema comienza a tener una trascendencia y repercusión mayor en sus vidas), al mismo tiempo que se debilita la posibilidad de control e influencias por las propias necesidades de independencia y de separación.

Los y las adolescentes viven en esta etapa de sus vidas un proceso de maduración y de búsqueda de identidad, luchan por parecer adultos, pero también sienten a veces miedo de lo que significa serlo; esta rebelión transitoria es importante para comenzar a vivenciar la propia autonomía e identidad. La coherencia entre el sistema de exigencias y los propios modelos adultos hacen más factible la influencia en ellos.

Uno de los problemas actuales que enfrenta la relación familia-adolescencia es la comunicación fluida en torno a la sexualidad que marca el modelo formador de actitudes y acciones en este plano de la vida.

La familia, en la mayoría de los casos, se muestra desorientada acerca de cómo enfrentar la sexualidad de los más jóvenes y en especial, la de los y las adolescentes. No se comprende que ellos y ellas sean sexualmente activos y menos aún, que tengan el derecho de serlo. La verdadera solución al problema del embarazo no deseado, las ETS (incluidas el VIH-SIDA), el aborto, etc. no está en la prohibición de la relación sexual, sino en ayudarlos a expresar su sexualidad sin riesgo.

La sexualidad es una construcción cultural como se ha venido mencionando, puesto que está influenciada por la cultura en la que vivimos, para ejemplificar esto, se puede decir que, la sexualidad occidental es muy distinta a la sexualidad oriental. Así mismo podemos pensar que la sexualidad es una cuestión personal y que cada quien decide cómo vivirla y ejercerla, pero esto no es del todo una afirmación verdadera, pues desde que nacemos, la sociedad nos da una serie de pautas que condicionan nuestra manera de comportarnos sexualmente, por ejemplo en la antigua Grecia la práctica de la homosexualidad masculina entre adultos y adolescentes, se permitía el travestismo, la transexualidad y la masturbación, pero no se permitía que una mujer anduviera sola por la calle a excepción de las prostitutas (Santillana, 2021).

En Roma la anticoncepción, el aborto, y la homosexualidad eran prácticas que se consideraban normales, pero a la llegada del catolicismo todo esto cambió y las prácticas sexuales de la cultura occidental fueron reguladas por la religión cristiana. Así mismo entre las culturas prehispánicas mesoamericanas existen dioses y diosas que se han relacionado con la sexualidad. Tal es el caso de Xochiquétzal (vinculada con el placer sexual), Tlazoltéotl (ligada con la pasión, la sexualidad transgresora) e Ixchel (entre otras cosas se le asocia con la concepción, el embarazo y el parto).

Según la doctora Rodríguez-Shadow citada por (Santillana, 2021) explica que entre las conductas sexuales que no eran aprobadas por los aztecas se encuentra el adulterio femenino, el lesbianismo era una conducta sexual castigada por el Estado;

se pensaba que los dioses enviaban enfermedades a las transgresoras de estas conductas sexuales, quienes, además, se enfrentaban al repudio social.

La interrupción del embarazo también era considerado un delito castigado con la pena de muerte impuesta por el Estado; las transgresoras se enfrentaban al castigo de los dioses y sufrían el rechazo social. Además, existían normas que imponían a las mujeres la prohibición del sexo prematrimonial, o sea, las mujeres nobles o plebeyas debían llegar vírgenes al matrimonio. Esta prohibición del sexo prematrimonial aplicaba sólo a las mujeres, en la actualidad gracias a los derechos sexuales y reproductivos ya no es algo que se siga viendo comúnmente.

La cultura es algo que influye en la sexualidad de manera positiva o negativa, y esta es transmitida principalmente por la familia, seguido por los medios de comunicación, las redes sociales, la escuela, los amigos/as, etc. Estableciendo de manera poco cuestionable las pautas de comportamiento que se espera de sus integrantes, siendo así la cultura, el ámbito que influye en la manifestación de ciertas prácticas, en las que la actividad sexual tiene un lugar. Partimos de la afirmación de que la conducta sexual de los y las adolescentes, es reflejo de la cultura en donde interactúa y se desarrolla y en la que intervienen estereotipos y prejuicios en diversos ámbitos, incluido lo sexual.

1.3 ESTEREOTIPOS Y PREJUICIOS EN LA SEXUALIDAD.

En la actualidad, existen pocos lugares en los que se puede hablar de sexualidad de manera íntima y a la vez abierta. Las creencias, miedos, estereotipos y prejuicios, dificultan hablar sobre temas sexuales sin ser juzgados.

“Los contenidos sexuales pueden acelerar las manifestaciones de los niños en el tema de la sexualidad” (González, Ma., 2016).

Los y las adolescentes tienden a estar expuestos a manifestaciones y críticas más severas, y en muchos casos suelen ser incomprensibles en temas de sexualidad. El culto a la belleza, al físico y a la seducción, en los medios masivos de comunicación, no distinguen la edad del público, existen presencias de abuso en las manifestaciones sexuales, a las que los niños, niñas y adolescentes están indiscriminadamente expuestos, marcando una pauta a los estereotipos, prejuicios y mitos.

Consideramos que un estereotipo es aquel conjunto de creencias que el individuo posee frente a cierto grupo social que comparte determinadas características, esta creencia es compartida con otro grupo de personas.

Por otra parte, definimos a los prejuicios como aquellas ideas u opiniones que se tienen acerca de un individuo o situación, suelen ser negativos pues se forman sin alguna causa y sin tener conocimiento sobre la persona a la que se está prejuiciado.

Aunque los estereotipos y los prejuicios son similares, cuentan con algunas diferencias como: el prejuicio es un juicio individual negativo que se da sin la necesidad de tener un contacto real o cercano con la persona, mientras que el estereotipo es una idea colectiva, una imagen simplificada que se tiene acerca de un grupo social.

Los estereotipos y prejuicios nacen de las ideas que la sociedad va construyendo. La sociedad crea ideas de que es lo que debería hacer y cómo comportarse un hombre y una mujer, por consiguiente, al referirnos a género se hace hincapié en la feminidad y masculinidad. Basándonos en esto, puede decirse que el género es una creación cultural, mientras tanto que el sexo es una característica natural.

Las diferencias de género no deberían provocar desigualdad, no obstante, hombres y mujeres reciben diferentes tratos en determinadas situaciones; por ejemplo, laborales o posiciones sociales, pues, los roles asignados al varón son más valorizados.

Por otro lado, es en la etapa de la adolescencia en donde los y las jóvenes se hallan buscando información acerca de los cambios que presenta su cuerpo, la reproducción y el acto sexual, puesto que aquí se presenta una necesidad de reafirmar la identidad sexual por los estereotipos de género que se encuentran ante ellos (as).

El tema de la práctica sexual es muy controversial, por los debates que se tienen acerca de los embarazos en la adolescencia, la interrupción del embarazo, la comunidad LGTBTTTIQA+, las enfermedades de transmisión sexual, la violencia sexual, las libertades de expresión, la democracia en el género, la igualdad y equidad de género, los tabúes, prejuicios y estereotipos. Todos estos debates se encuentran en casi todas las culturas.

...no todo lo que se encuentra entre las culturas son diferencias; algunos autores describen varios aspectos que resultan comunes a todas las sociedades y que podrían resumirse así: a) la actividad sexual está presente en todas las culturas, aunque no entre todos sus miembros; b) todas las sociedades ejercen algún grado de control sobre el comportamiento sexual; c) existen algunas conductas que son “esperadas” en la mayoría de las sociedades, como la heterosexualidad y las relaciones sexuales enmarcadas dentro de algún tipo de relación-uniión estable y con compromiso (como el matrimonio); no obstante, la existencia de este “ideal” no implica que todas las personas actúen de acuerdo con dichos patrones de comportamiento (Vargas, 2007,p.32).

Muchos de los estereotipos o prejuicios que podemos encontrar suelen ser de carácter religioso, de los cuales nosotras nos distanciamos, algunos de estos son, las personas con una orientación sexual e identidad de género diferente a lo heterosexual incurriendo en pecado y por eso Dios no te aceptará en el cielo, así mismo, si interrumpes el embarazo tampoco tienes derecho de ir al cielo prometido por la religión, puesto que estas matando; las mujeres no tienen derecho de disfrutar su sexualidad como un hombre, pues si lo hacen se le adjuntan muchos

adjetivos denigrantes para su persona, mientras que en los hombres esta acción es motivo de reconocimiento; las prácticas sexuales fuera del matrimonio son vistas como indecentes y promiscuas. La cultura sin duda va reproduciendo estos estereotipos o prejuicios que se ven muy normal y que además son poco cuestionables.

Otro prejuicio que se tiene es que las mujeres no tienen la libertad y la oportunidad de expresar su deseo sexual, sin embargo, el deseo sexual es una emoción, un impulso, una fuerza que nos mueve al encuentro íntimo con otras personas. Nos motiva a relacionarnos, a compartir intimidad, a mantener relaciones afectivas y sexuales, a disfrutar y pasarla bien, a sentir placer, etc. En la adolescencia, este deseo sexual es notable por el interés que se le brinda a la persona por la que se siente dicho deseo, pero las y los adolescentes con todas sus inquietudes no encuentran la orientación ni la información adecuada y necesaria para ver a la sexualidad como un acto responsable, y mucho menos saben que tienen derecho a disfrutar y vivir otras formas de la sexualidad, porque carecen de auto conocimiento de las partes de su cuerpo que les generan placer, olvidando las consecuencias que sus actos pueden tener.

Los mitos, por su parte son una fuente de información para los y las adolescentes, pues al no tener la necesaria, estos se convierten en guías de la práctica sexual. Se define al mito como una historia que altera las verdaderas cualidades de una persona o cosa y se le da más valor del que tiene en realidad.

Los mitos más comunes que se asocian con sexualidad son:

- *“Si es tu primera vez no puedes embarazarte (es lo que se le dice a una mujer que está a punto de tener su primera relación coital)”*
- *“Si el hombre no termina adentro de la mujer no hay posibilidad de embarazo”.*
- *“Tener relaciones de pie evita el embarazo”.*
- *“Hacerte un lavado vaginal después de una relación sexual, evita que te embaraces”.*

- *“El método del calendario es seguro para no embarazarte”.*
- *“La masturbación es mala y solo la practican los hombres”.*
- *“Cuando un hombre tiene el pene grande se goza de mayor potencia sexual”.*
- *“La mujer no necesita llegar al orgasmo tanto como el hombre”.*
- *“Usar un preservativo disminuye la sensación placentera de la relación”.*
- *“El VIH <<sólo le da>> a los homosexuales y/o prostitutas”.*
- *“Si no hay sangrado en la primera relación sexual, es porque la mujer no es virgen”.*
- *“Los y las homosexuales lo son porque seguramente abusaron de ellos (as), en su infancia”.*

Si retomamos lo anterior, se podría decir que lo único de lo que están conscientes los y las adolescentes al momento de tener relaciones sexuales es de los embarazos, dejando a un lado la violencia, las ETS, e incluso dejan a un lado el goce de la práctica por no estar preparados para empezar su vida sexual. Es por ello, la necesidad de hablar de sexualidad con los y las adolescentes y de la importancia del curriculum escolar, donde se incluya la educación sexual integral, para así romper con el legado sexual cultural que predomina y la escuela sea capaz de ofrecer información sexual más amplia y sin intervenciones que puedan reprimirla, brindando información verdadera libre de cualquier ideología religiosa y cultural, que permita ir disminuyendo los estereotipos y prejuicios en los que se encuentra envuelta la sexualidad.

CAPÍTULO II: EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD EN LOS y LAS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA.

El presente capítulo aborda la relación de los y las adolescentes respecto a lo que consideramos temas centrales en la sexualidad. El propósito es dar a conocer de manera puntual conceptos utilizados en la educación sexual, como sexo, sexualidad, género, placer, entre otros. De la misma manera se detallan algunas situaciones de riesgo a las que se exponen los y las adolescentes, como el embarazo adolescente, enfermedades de transmisión sexual (ETS), interrupción del embarazo, etc.

2.1 LA TEORIA DE LOS 4 HOLONES.

Consideramos que la teoría de los cuatro holones es una teoría que abarca de manera más completa el tema de la sexualidad, ya que es un sistema que está integrado por varios subsistemas que logran explicar de una manera más acertada y neutra todos los aspectos de la sexualidad humana a lo largo de la vida.

La sexualidad se vive y se expresa en los deseos, las creencias, los pensamientos, las fantasías, las actitudes y valores, nuestros comportamientos, entre otros., pues si bien la sexualidad incluye estas dimensiones, ésta se relaciona con todo. Es por esto que consideramos que la teoría de los 4 holones sexuales contribuye a organizar y estudiar como un todo, eso a lo que llamamos “sexualidad”

En la actualidad, la teoría holónica ha sido retomada por la Secretaría de Educación Pública y la Secretaría de Salud en México, pues está presente de manera oficial en el currículo de educación básica, esto lo podemos afirmar gracias al libro de “Vida saludable” para educación secundaria, pues en él incluyen temas que tienen que ver con los 4 holones, por ejemplo, este libro abarca temas de reproducción, la masturbación y las relaciones sexuales (holón del placer), también contiene contenidos de derechos sexuales, enfermedades de transmisión sexual, el aborto, la diversidad de género, el noviazgo, entre otros contenidos. Es por esto que consideramos que la teoría de los 4 holones nos permite explicar, analizar, distinguir

y graduar cómo se van presentando durante las diferentes fases y momentos de la vida, pues cada holón de la sexualidad tiene sus formas y sus tiempos, sus desarrollos, sanos e insanos.

Por otra parte elegimos esta teoría pues está estrechamente relacionada con la educación sexual integral, que toma en cuenta los cuatro holones de manera específica y de acuerdo con la etapa de desarrollo de las personas, así mismo, esta teoría integra los derechos humanos, sexuales y reproductivos, el placer (la masturbación, zonas erógenas, juguetes sexuales, etc), el enamoramiento, la igualdad y equidad de género, etc... que son temas abordados a lo largo del trabajo. Pues consideramos que la educación integral de la sexualidad es una de las claves para el sano desarrollo las personas, además de que ofrece la oportunidad de profundizar, analizar, tener puntos de vista críticos e informados dentro del aula o espacios educativos, tomando en cuenta los contextos de los y las estudiantes y las diversas situaciones a las que están expuestos, pues la información sobre temas de sexualidad pueden provenir de diversas fuentes (amigos, familiares, etc) y que en su mayoría suelen estar plagadas de prejuicios, tabúes, estereotipos, entre otros intereses, por ello consideramos que una educación sexual integral que se basa en los 4 holones puede contribuir a la educación sexual de los y las adolescentes.

Para Bandura (1979) citado por Delgado (2017) la sexualidad es “el resultado de la interacción de la evolución biológica y del medio ambiente sociocultural, este último influye poderosamente sobre el funcionamiento psicológico del individuo. Además, es producto de la experiencia y el aprendizaje” (p.33). Estos factores dependen, a su vez, en gran medida, de la estructura social y a la que pertenece cada individuo, dado que los seres humanos adquieren buena parte de sus conocimientos al pertenecer a un grupo, por las enseñanzas directas o indirectas que reciben, o por la observación y/o imitación del comportamiento de los demás. Por eso se considera que la conducta sexual es fruto de tres factores interrelacionados: el aprendizaje, los procesos cognitivos y el medio social compuesto por la familia, el entorno escolar, los medios de comunicación, entre otros.

En resumen, podemos decir que la sexualidad es la expresión integral de los individuos como seres sexuales en una sociedad, cultura y tiempo determinado. Es el modo de comportarse, comunicarse, sentir, pensar, expresarse y relacionarse con los demás; de igual modo, la sexualidad es considerada como un elemento básico de la personalidad, producto del aprendizaje sociocultural y, por supuesto, también sujeta al cambio. La sexualidad debe ser vista desde una perspectiva integral.

El modelo de sexualidad propuesto por Eusebio Rubio, se sustenta en la teoría general de sistemas.

La primera formulación del concepto de sistema se atribuye al biólogo Ludwig Von Bertalanffy, quien creó la "Teoría General de Sistemas" (TGS). Para él, la TGS debería surgir de la integración entre las ciencias naturales y sociales; y ser al mismo tiempo un instrumento básico para la formación y preparación de científicos.

El campo de aplicaciones de la TGS no tiene limitaciones, puesto que también puede aplicarse a fenómenos humanos, sociales y culturales, puesto que, como ya se mencionó tiene sus raíces en el área de los sistemas naturales (organismos) y en el de los sistemas artificiales (máquinas). Ahora bien, un sistema es un conjunto organizado de cosas o partes interactuantes e interdependientes, que se relacionan formando un todo unitario y complejo, cuya interacción crea nuevas cualidades, es decir el fruto de la integración del sistema (Delgado, 2007, p.39).

Este enfoque señala que todas las cosas o partes que componen al sistema, no se refieren al campo físico (objetos), sino más bien al funcional (relaciones). De este modo las cosas o partes pasan a ser funciones básicas realizadas por el sistema. Un sistema tiene un procedimiento, éste comienza con las entradas que son los ingresos del sistema, éstas pueden ser recursos materiales.

Esta aproximación a la teoría de sistemas permite una mejor comprensión de la propuesta de Rubio sobre los holones de la sexualidad.

Los holones sexuales son conceptos que pueden ser investigados por las diversas metodologías de estudio: antropológica, sociológica, psicológica y biológica, la integración en los sistemas se alcanza de diversas maneras, pero en el caso de la sexualidad la integración se hace presente gracias a los significados de la experiencia (Rubio, 1994, p.40).

Los individuos como sujetos sociales tienen y desarrollan varias formas para vivir y expresar su sexualidad, pues realizan muchas acciones relacionadas estrechamente con esta, por ejemplo: bailar, hablar, tocar, mirar, besar, abrazar, tener relaciones sexuales, hacer poemas de amor o eróticos, establecerse una pareja, procrear, etc. De acuerdo con Delgado (2007) Todas estas actividades o prácticas juegan un papel muy importante y expresan las dimensiones de la sexualidad como:

EL HOLON DEL EROTISMO

Hace referencia al disfrute, goce, placer sexual y erótico. Las personas trascienden la dimensión biológica reproductiva y buscan el placer. Actualmente, los y las adolescentes buscan disfrutar de la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo. El desarrollo de la anticoncepción ha posibilitado el disfrute de este placer sexual y ha fortalecido la dimensión erótica de la sexualidad.

Este holón alude al placer sexual que el ser humano es capaz de experimentar. Frecuentemente relacionan al erotismo con el amor, sin embargo, existe la posibilidad que la experiencia erótica no siempre se viva en un contexto amoroso.

El erotismo generalmente suele asociarse con la adultez, a partir de sensaciones o estímulos agradables en nuestro cuerpo, así como la excitación, la cual se presenta en la lubricación de la vagina o en la erección del pene.

Los seres humanos a diferencia de otras especies no sólo tienen relaciones sexuales para procrear, nuestra especie disfruta el placer, siendo el erotismo (en muchas culturas occidentales) vinculado con la atracción física y el deseo y aquí es donde se ve el reflejo cultural que cada familia transmite acerca de que actividades sexuales practicar de acuerdo con sus creencias y valores.

EL HOLÓN DE LA REPRODUCTIVIDAD

Entendemos a la reproducción, como la capacidad biológica de tener hijos, en la sexualidad como construcción cultural se habla de reproductividad, que toma en cuenta el tener hijos para criarlos y educarlos.

...su fin biológico es perpetuar la especie, pero procrear tiene una función social, psicológica y trascendental. Procrear en muchos casos significa satisfacción de crear un nuevo ser junto a la pareja elegida, crear una nueva vida y trascender, “dar vida a una nueva vida” para ser mejor como especie, como seres. Pero este holón no significa lo mismo para un (a) adolescente que queda embarazada por “accidente”, sin planear la maternidad o paternidad, pues en el caso de un (a) adolescente, reproducirse conlleva a una gran responsabilidad y decisiones para su vida futura... (Delgado, 2007, p.43).

El holón de la reproductividad se refiere a la capacidad que el ser vivo tiene para reproducirse, sin embargo, la reproducción humana es la que conlleva más tareas para ello, como cuidar, educar a los hijos y enseñarles una mejor manera de vivir. Lo ideal es que al momento de convertirse en padres y madres de familia se esté preparado física, psicológica y económicamente ya que el holón de la reproductividad suele asociarse con la adultez puesto que se puede planear y decidir de manera que se tengan un mayor cuidado y atención a los bebés, no obstante, actualmente el holón de la reproductividad ya no solo está asociado a los adultos, pues también se ve en los y las adolescentes.

Este holón se ha ido alternando, puesto que en la actualidad existen diferentes maneras para reproducirse, ejemplo de ello es inseminación intrauterina y fecundación in vitro.

EL HOLÓN DE LA VINCULACIÓN AFECTIVA INTERPERSONAL

El holón de la afectividad se refiere al vínculo afectivo emocional, a las emociones y los lazos que se forman a través de los sentimientos. Según Rubio (s/a) citado por Delgado (2007,p.48) define la “vinculación afectiva interpersonal como la capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ello se deriva”.

Los primeros años de vida es sumamente importante el vínculo afectivo, el cual se crea en primer lugar con la madre y posteriormente con el padre, permitiéndonos desarrollar más adelante la capacidad de vincularnos, ya que de lo contrario, si no se vincula con los progenitores desde el nacimiento puede conllevar a problemas de socialización en la vida adulta.

Desde que somos pequeños (as) damos y recibimos afecto, pues la familia es quien te enseña hábitos, valores y comportamientos que permiten vivir en sociedad. Durante toda la vida establecemos diversos tipos de sentimientos hacia nuestros familiares, amigos y/o pareja.

Si bien, el amor es reconocido como el principal vínculo afectivo, no obstante, algunos pueden llegar a ser tormentosos, pues existe la posibilidad de llegar a sentir que alguien es indispensable para vivir, provocando que la persona no viva plenamente.

EI HOLON DEL GÉNERO

Se refiere al conjunto de representaciones mentales con relación a la ubicación de identificarse como persona binaria, masculino-femenino o de ideas. Este holón está

relacionado estrechamente con los roles en las relaciones mujer-hombre (actuar como hombre, actuar como mujer) (Delgado, 2017, pp.48-54)

El ser humano es considerado como una especie dimorfa, lo que significa que tiene dos formas: hombre y mujer. Aunque ser hombre y mujer no alude únicamente al sexo.

Este holón se refiere al conjunto de actitudes, ideas, valores, emociones y la visión de vida que nos diferencia a unos de otros y que se ve influido por la cultura, la familia y el contexto en el que nos desarrollamos.

Los y las adolescentes en su mayoría saben si se sienten como hombres y mujeres, pero se encuentran definiendo algunos aspectos en su vida como por ejemplo, cómo vestirse, como hablar y la persona en la que se quieren convertir.

Género, entendiéndolo que este varía según la concepción que hemos hecho de nosotros (as) mismos (as). Cada cultura educa de manera diferente a sus integrantes, algunas culturas hacen grandes diferencias entre lo que es propio de los hombres y mujeres, excluyendo lo diferente a ser masculino o femenino, pero en otras culturas están acabando con las brechas de género y buscan dar el mismo trato y oportunidades a las personas sin importar este.

2.2 LAS PRÁCTICAS SEXUALES DE LAS Y LOS ADOLESCENTES.

Los animales y los seres humanos tienen la capacidad de comunicarse, los seres humanos lo hacemos a través del lenguaje verbal o no verbal, como pueden ser los gestos, los movimientos, la danza, el baile, etc; todas estas formas de comunicación permiten al hombre cierto contacto con las demás personas y la capacidad de socializar.

Para Cardinal (2005) las relaciones sexuales también son una manera de comunicación, como la de pareja; que se refiere a un intercambio erótico-sensual y no siempre a un intercambio coital.

Citando a Calixto (2008) es más común de lo que se piensa confundir la relación sexual con el acto coital, pues la posible desinformación en la sociedad los sigue reproduciendo como un sinónimo uno del otro, pero hay que entender que el coito solo refiere a la penetración del pene en la vagina, y que, por otro lado, la relación sexual involucra emociones y sentimientos; y cada persona le da un significado diferente en su vida.

Es por esto, que se debe orientar a los y las adolescentes sobre educación sexual, para brindarles información sobre que es una relación sexual y todo lo que involucra, esta información debe ser clara, objetiva y libre de algún juicio.

La relación sexual independientemente del valor que le adjunte cada persona, debe estar sustentada en una decisión libre de presión, pues esta decisión es totalmente personal, no debe de hacerse por obligación o por el temor a que la pareja nos deje, por el contrario, se debe realizar cuando estamos preparados y con la mayor seguridad.

Las relaciones sexuales son una expresión más de lo que es la sexualidad, al igual que el coito, las caricias, el erotismo, los besos y otros tipos de contacto físico también son contemplados como relaciones sexuales, éstas van acompañadas de aspectos afectivos, emocionales y psicológicos.

La mayoría de los y las adolescentes carecen de información sexual, la práctica sexual es uno de los temas que más les interesan experimentar, pero en ocasiones tanto hombres como mujeres se sienten presionados, por su contexto a tener relaciones sexuales, etc. El contexto puede ser el núcleo familiar, el grupo de amigos y/o el novio o la novia, quieren experimentar porque en ocasiones el tener una práctica sexual les da popularidad y aceptación en un grupo y en muchas ocasiones les otorga un poder de sentirse mayor que sus compañeros.

Es importante que los y las adolescentes tengan información proporcionada por la escuela y por sus padres, también saber que es importante la comunicación con la pareja sexual y el consentimiento de ambas personas.

Es necesario que los y las adolescentes reflexionen acerca de la importancia del respeto (con ellos mismos y con la otra persona). Deben tener en cuenta y bien cimentados los valores y sus convicciones antes de tomar una decisión importante en su vida como lo es la práctica sexual. Debe existir un vínculo congruente entre lo que se piensa, se siente y se hace, pues en ocasiones las decisiones de los y las adolescentes son generadas en contra de la propia voluntad, provocando un sentimiento en ellos de culpabilidad de no haber tomado decisiones correctas.

Con relación a su pareja, los y las adolescentes deben tener comunicación y confianza para hablar de lo que les gusta, no les gusta y tomar decisiones responsables evitando así los conflictos y las consecuencias de riesgo que pudieran tener como: embarazo adolescente, enfermedades de transmisión sexual (ETS), interrupción del embarazo, entre otras.

2.2.2 EL EMBARAZO ADOLESCENTE.

Según el INMUJERES (2020), el embarazo adolescente es un fenómeno que ha cobrado importancia en los últimos años debido a que nuestro país ocupa el primer lugar en este tema, entre los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) con una tasa de fecundidad de 77 nacimientos por cada mil adolescentes de 15 a 19 años de edad. Asimismo, en México, 23% de las y los adolescentes inician su vida sexual entre los 12 y los 19 años. De estos, 15% de los hombres y 33% de las mujeres no utilizaron ningún método anticonceptivo en su primera relación sexual. Es así que, de acuerdo con estos datos, aproximadamente ocurren al año 340 mil nacimientos en mujeres menores de 19 años.

Hablar de embarazos en la adolescencia es hablar de una de las consecuencias y riesgos que pueden ser consecutivos a la práctica sexual, que se puede generar por falta de información u omisión sobre los métodos anticonceptivos y su uso. En nuestra experiencia en el nivel básico (secundaria) solo se dedicaba una clase para abordar contenidos de sexualidad, no dándole la importancia necesaria a los

contenidos sobre educación sexual, pues estos se ven tan efímeramente que muchos adolescentes pudieran desconocer cómo ponerse un condón y, no preguntan por la pena o vergüenza del que dirán de ellos por no saber, así mismo las adolescentes recurren al uso de la pastilla de emergencia (post day) quizá sin saber las vías de administración correctas y las reacciones secundarias que pueden presentar al ingerir una de estas pastillas.

La falta de información sobre las relaciones sexuales y métodos anticonceptivos se convierten en un gran problema al que se enfrentan los y las adolescentes, ya que tienen la función biológica para llevar una actividad sexual, pero, psicológica y socialmente no lo están para convertirse en padres de familia responsables. En la mayoría de los casos de embarazos adolescentes, es la mujer quien hace frente a los riesgos físicos y emocionales más serios por un embarazo.

“El embarazo en la adolescencia se relaciona con diversos problemas biológicos, psicológicos y sociales para la madre y para su hijo. Existen indicadores de que dentro del propio grupo de adolescentes son las menores de 15 años las que tienen más riesgo. Algunos de estos riesgos reflejan la inmadurez física y psicosocial de la adolescente, porque el reto que representa el embarazo y la maternidad para el desarrollo personal de cualquier mujer, se suma el de la adolescencia” (Mora & Hernández, 2015, p. 296)

La maternidad temprana en nuestro país, responde a un contexto económico, social y cultural. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un embarazo planeado se define como la programación del tiempo y condiciones idóneas tanto sociales, económicas, laborales y emocionales para concebir un nuevo integrante de la familia. Mientras que el embarazo no planeado, se da cuando hay un descuido de la pareja en el uso del método anticonceptivo debido a diferentes factores que principalmente tiene que ver con la educación e información que se tiene respecto a la salud sexual y reproductiva.

Un embarazo adolescente deseado puede estar influenciado por la creencia de que con un hijo su pareja no las abandonará y siempre permanecerá a su lado, pero esto es una idea que se tiene que erradicar, pues se debería hacer conciencia a los y las adolescentes que el embarazo deseado debe estar planeado por la pareja y no ser solo una cuestión de “amarre” y “capricho”. El planificar un embarazo disminuye el riesgo de contraer alguna Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS) que, además de afectar a la pareja pudiera afectar al bebé, los embarazos deseados constituyen gastos programados para la atención médica y cuidados tanto de la futura madre como del bebé, así mismo psicológicamente la mujer cuando planea embarazarse tiene una madurez y seguridad para concebir y formar a un hijo, cuenta con una estabilidad que podrá brindarle al bebé, y es común que ninguna adolescente tenga en cuenta esta planeación a la hora de tener relaciones sexuales.

Por otra parte, en cuestiones de salud, un embarazo planeado disminuye la probabilidad de presentar mortalidad infantil y/o maternal, debido a las implicaciones del mismo, de tal manera que cuando planea embarazarse se cuenta con los gastos económicos previamente designados para las atenciones médicas.

Un embarazo no planeado, implica riesgos mayores en cuanto a la salud reproductiva y psicológica de la futura mamá, ya que se produce bajo un contexto totalmente diferente al de uno planeado. El embarazo no deseado puede darse por:

- Violencia sexual.
- Las condiciones económicas no favorables.
- La madurez y el estado emocional no preparado para dicho proceso.
- La interrupción forzada de la educación sexual por parte de la familia.
- Omisión de algún método anticonceptivo.
- Por creencias como que en la primera relación sexual no pasa nada. (Falta de información).

- El matrimonio adolescente.

Cuando el embarazo en la adolescencia es no deseado, se puede presentar depresión en la madre debido a que tiene que pasar por una serie de episodios estresantes, uno de esos episodios es que está teniendo cambios físicos y psicológicos.

Además, el embarazo, especialmente el primero, puede considerarse una etapa de crisis que, a pesar de ser normal, altera el equilibrio emocional de la mujer. La futura madre tiene que adaptarse a diversos cambios físicos, psicológicos y sociales que alteran su estilo de vida. Si a estos factores estresantes se agrega el hecho de haberse embarazado estando soltera, es posible que la adolescente experimente el rechazo de la sociedad y el de las personas más cercanas a ella (Mora & Hernández, 2015).

Usualmente el embarazo en la adolescencia trae consigo problemas sociales, por ejemplo, escolar, laboral e incluso de relaciones sentimentales, ya que por la edad existe un mayor riesgo de fracaso en el matrimonio. Según Mora & Hernández (2015) las múltiples formas de expresión de la cultura mexicana en diferentes estratos socioeconómicos matizan de manera especial las repercusiones que el embarazo y la maternidad tienen para la adolescente (p. 299).

Cuanto más joven la madre, más peligroso se vuelve el embarazo, pues puede existir problemas de desnutrición, partos prematuros, niños con algún trastorno y/o malformación y un alto porcentaje de muerte en las primeras semanas de vida, la madre puede presentar falta de atención médica por el desconocimiento de su embarazo, preclamsia y eclampsia, lesiones invisibilizadas y con algún efecto devastador sobre la mujer, alta mortalidad, etc.

Es por ello que la educación sexual es importante, pues a través de ella se puede generar una nueva cultura de autoconsciencia sobre las implicaciones en la salud de la mujer y de un probable embarazo si tanto la o el adolescente no ejercen su sexualidad con responsabilidad y de consenso, mientras más alto el nivel educativo

de los adolescentes, más consciencia se tendrá y podrán tener mejores decisiones para su vida, pues solo el 59% de las adolescentes de 12 a 19 años de edad con antecedente de embarazo sólo cursó hasta la secundaria (Embarazo adolescente y rezago educativo, 2015).

La educación sexual tiene como uno de sus propósitos prevenir el embarazo adolescente, advirtiendo el uso de sustancias nocivas para la salud, la presión social e idealización del embarazo en la adolescencia como maneras de alcanzar la aceptación con sus amigos y entorno, y por último, la educación sexual debe brindar información y facilitar la aprobación de los padres para hablar de este tema de manera abierta y natural.

En ocasiones, el embarazo adolescente puede enfrentarse a diversas situaciones de riesgo, una de ellas es la interrupción del embarazo, la cual puede ser decisión propia o de manera espontánea.

2.2.3 LA INTERRUPCIÓN DEL EMBARAZO.

La interrupción del embarazo en la actualidad es un tema muy polémico, se habla del derecho a decidir porque es nuestro cuerpo, nuestra decisión, pero pocas veces se habla de las consecuencias que este acarrea. La interrupción del embarazo se manifiesta como un riesgo que corren las adolescentes al mantener relaciones sexuales sin algún tipo de protección, cuando éste llega a fallar o cuando fueron víctimas de abuso sexual, la interrupción del embarazo está en el dilema de si es un derecho o un delito por parte de la mujer.

El Día Nacional para la Prevención del Embarazo no Planificado en Adolescentes se instauró por primera vez en México (2006) con el propósito de sensibilizar a la población en general respecto a este tema que impacta la salud y el desarrollo social y económico de la población.

De acuerdo con Climent (2009) “El embarazo en la adolescencia es definido como un «problema» al vincularse con consecuencias no deseadas ni previstas como el aborto ilegal, el abandono y maltrato de los niños y variados conflictos conyugales y familiares - dependencia económica del grupo familiar, denegación del cuidado de los hijos, uniones conyugales forzadas, abandono de los estudios, dificultades en la inserción laboral y variados problemas de salud del niño y su madre, etc.” (pág. 222).

Las prácticas sexuales, siempre han estado sujetas a lo que la sociedad y la cultura consideran, lo que está bien y lo que no, generando así una serie de tabús, estereotipos y prejuicios entorno a estos temas, uno de ellos es la interrupción del embarazo.

El aborto es la interrupción del embarazo ya sea de forma consciente o inconsciente, siendo este, un procedimiento quirúrgico de forma intencional, el cual debe llevarse a cabo antes del sexto mes de embarazo. Se debe diferenciar el aborto quirúrgico del aborto espontáneo, ya que en el segundo se da de forma natural la interrupción del embarazo.

Son diversas causas la que provocan que la mujer tome la decisión de interrumpir su embarazo y que al mismo tiempo tiene diversas consecuencias. Teniendo en cuenta que este está rodeado de estigmas y, como consecuencia tiene que las mujeres que quieran llevar a cabo o ya lo han realizado se sientan avergonzadas. Algunas de las causas más comunes del aborto son, embarazo no deseado, violación, cuestión de sexo, embarazo en la adolescencia, evitar la maternidad, cuestiones económicas etc.

Existe una necesidad social de hablar sobre la interrupción del embarazo, para que los y las adolescentes cuenten con la información adecuada sobre el tema y también sobre sus derechos sexuales y reproductivos.

Llevar a cabo este procedimiento cuenta con otro tipo de dificultades, por ejemplo, aún no es legal en muchos lugares, la edad es muy importante, ya que, por ejemplo, si es una mujer menor de edad necesita el permiso de sus padres o tutores, lo cual,

en muchas ocasiones, es causa de que estas no accedan a un lugar seguro para llevarlo a cabo. Esto se da por la falta de información sobre la interrupción del embarazo, como de qué va este procedimiento e incluso los lugares correctos y legales para llevarlo a cabo.

Un agente que tiene mucha influencia sobre el tema de la interrupción del embarazo es la iglesia, la cual se opone firmemente ante este, debido a que esta lo ve como un pecado, ya que se está atentando contra la vida. Mientras que por otro lado, hay otros grupos que aprueban el aborto, como lo son las feministas, las cuales lo ven más que nada como el derecho a decidir sobre su vida y su cuerpo.

De 55.7 millones de abortos que se producen anualmente a nivel mundial, 22.5 millones (45%) se llevan a cabo en contextos inseguros. Según análisis de la Organización Mundial de la Salud (OMS) el riesgo de muerte materna es cuatro veces mayor en las adolescentes menores de 16 años que en mujeres entre 20 y 30 años de edad.

En los países donde la interrupción del embarazo está completamente prohibida o se permite solo para salvar la vida de la mujer o preservar su salud física, solo 1 de cada 4 abortos es seguro; por el contrario, en los países donde este es legal en supuestos más amplios, casi 9 de cada 10 abortos se realizan de manera segura. Restringir el acceso a la interrupción del embarazo no reduce el número de éstos.

En la mayoría de ocasiones la adolescente opta por interrumpir su embarazo, pero lo hace de manera tardía y ya transcurrido tiempo de su embarazo, las adolescentes acuden a lugares clandestinos que no cumplen con los requisitos mínimos de higiene y seguridad.

La interrupción del embarazo tiene consecuencias:

- En la salud física: como lo es la perforación del útero, el riesgo de la anestesia, tejido retenido, mayor predisposición a los embarazos ectópicos, infertilidad, infecciones, hemorragias y muerte.

- Emocionales y psicológicas: estas son el remordimiento, cuadros de depresión, sentimientos de culpa y ansiedad, necesidad de tratamiento psicológico, trastornos por estrés post traumático, planteamientos e intentos de suicidio y desórdenes alimenticios.

Retomando lo anterior, el embarazo adolescente es una de las principales consecuencias de las relaciones sexuales sin protección; por otro lado la interrupción del embarazo es una de las principales causas de muerte en el embarazo adolescente. Entre otras consecuencias de las relaciones sexuales sin protección en la adolescencia, podemos mencionar las enfermedades de transmisión sexual (ETS).

2.2.4 ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS).

Las Enfermedades de transmisión sexual (ETS) o Infecciones de transmisión sexual (ITS), se transmiten de una persona contagiada a otra por medio del contacto sexual, este contacto pudiera ser vaginal, oral, anal y de piel a piel, como puede ser el herpes y el Virus del Papiloma Humano (VPH). Las causas de dichas enfermedades son provocadas por virus, bacterias o por parásitos, y regularmente éstas no se pueden curar, sin embargo, pueden ser tratadas. Estas afectan tanto a hombres como a mujeres. Este tipo de enfermedades, se propagan principalmente por el contacto sexual. Entre las razones principales de contagio de estas enfermedades se encuentran el hecho de iniciar a temprana edad una vida sexual activa, pues mientras más temprano se inicia la actividad sexual, más parejas sexuales se suele tener, por otro lado, el no usar de manera correcta y regular el condón, y en dado caso, tener relaciones sexuales con parejas mayores.

En los y las adolescentes es mayor el riesgo de contraer una enfermedad de transmisión sexual, (pues a veces los y las adolescentes no usan el condón con el argumento de que no se siente lo mismo), sin embargo, estos toman el riesgo

personal como mínimo. Es probable que alguna de las enfermedades se comience a desarrollar sin ser detectada.

Las ETS afectan al organismo y pueden llegar a ser graves, sus síntomas dependen de cada enfermedad, pueden ser desde dolores leves, secreción en los genitales, flujo vaginal, dolores fuertes, dolor al orinar, lesiones en la piel (palmas de las manos), ampollas o llagas en la zona genital, etc.

De acuerdo con MedlinePlus, Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU (2021) entre las ETS más comunes se encuentran:

- La Sífilis: Es causada por una bacteria. No suele ser dolorosa, sin embargo, es altamente contagiosa, pues ya que está repleta de gérmenes que llegan a la vagina, pene, vulva, ano y boca. Afecta a hombres y mujeres y se transmite por contacto sexual, también se puede pasar de la madre al bebé durante el periodo de gestación. Una vez que la enfermedad avanza llega a provocar manchas en la piel, hepatitis y problemas en el sistema nervioso y óseo. Si se detecta a tiempo, la enfermedad se puede curar fácilmente con antibióticos, el uso del condón disminuye su contagio, aunque no la elimina y la mejor manera de evitar el contagio es la abstinencia.
- Gonorrea: Es causada por una bacteria que suele afectar más a los adultos que a los jóvenes, esta bacteria puede afectar al tracto genital, la boca o el ano. Esta enfermedad también se la puede transmitir una mamá a su bebé durante el parto. En ocasiones la gonorrea no suele presentar síntomas y cuando se presentan suelen ser muy leves como, por ejemplo, dolor al orinar y secreción proveniente del pene (si no se trata puede ocasionar problemas en la próstata y testículos), en las mujeres puede provocar hemorragias entre los periodos menstruales, dolor al orinar y secreciones vaginales (de no tratarse puede ocasionar una enfermedad inflamatoria pélvica). La gonorrea se trata con antibióticos, el usar de

manera correcta el condón disminuye el contagio, así mismo la abstinencia es lo más confiable de no infectar o ser infectado.

- **Clamidia:** Es causada por una bacteria, puede afectar a hombres y mujeres durante la práctica sexual oral, vaginal o anal. La clamidia se puede transmitir de la madre a su bebé durante el parto. Las mujeres pueden contraer clamidia en el cuello del útero, la garganta y el recto, mientras que los hombres la pueden contraer en la uretra (interior del pene), la garganta y el recto. Es más probable que se adquiera en personas jóvenes, especialmente las mujeres. En general, esta enfermedad no presenta síntomas, por lo que no se puede saber si se está infectado/a o no. Es más probable que se pueda contraer sin usar condón y si se tienen múltiples parejas sexuales.
- **Herpes Genital:** Causada por un virus del herpes simple. Puede causar llagas en el área genital o rectal, nalgas y muslos. Se transmite si se tienen relaciones sexuales. A los síntomas se les llama comúnmente brotes. El herpes genital se manifiesta a través de llagas que son ampollas que al romperse se vuelven dolorosas, para luego sanar. Este virus permanece en el cuerpo humano para siempre. El uso de condones puede reducir el porcentaje de transmisión, reducir los brotes y bajar el riesgo de contagio a otras personas. La forma más confiable de evitar contagios es la abstinencia.
- **Ladillas (Pediculosis):** O piojos de pubis que son insectos muy pequeños y viven en el área genital de las personas, también pueden localizarse en el vello de las axilas, piernas, bigote, cejas o pestañas. Son parásitos que se alimentan de la sangre humana para sobrevivir. Se contagian a través del contacto sexual, pero también del espacio físico (probarse ropa interior o bañadores en tiendas, sábanas o tazas de baño contaminadas). Las ladillas son más comunes en adultos. El síntoma más representativo

de esta enfermedad es la picazón intensa en el área genital, también podemos encontrar liendres. Las personas infectadas de ladillas tienen que ser examinadas para detectar otras (ETS). El tratamiento principal para esta enfermedad es una loción (contiene permetrina o una crema que contiene piretrina y butóxido de piperonilo, ambos son sinérgicos o de plaguicidas) estos productos están disponibles sin receta médica.

- **Tricomoniasis:** es un parásito que se contagia de persona a persona través de las relaciones sexuales. No se presentan síntomas, pero si la persona si los presenta suelen aparecer entre los 5 y 28 días después de la infección. Puede causar vaginitis en las mujeres provocando secreción vaginal verdosa o amarillenta, molestia durante las relaciones sexuales, olor vaginal y dolor al orinar, así mismo comezón, ardor y dolor en la vagina y la vulva, mientras que en los hombres es probable que no se presenten síntomas y si los presentará tendría comezón o irritación dentro del pene, ardor después de orinar o eyacular y secreción en el pene. La tricomoniasis puede aumentar el riesgo de contraer o propagar otras ETS, en las mujeres embarazadas se puede presentar que el bebé nazca de manera prematura. Esta enfermedad se trata con antibiótico, usando condón y con abstinencia.
- **Virus del Papiloma Humano (VPH):** son un grupo de virus que se relacionan entre sí. Puede ocasionar verrugas en diferentes partes del cuerpo, se estima que hay más de 200 tipos de este virus, de los cuales 40 de ellos afectan los genitales, transmitiéndose por el contacto sexual y por el contacto íntimo de piel a piel. Algunos de ellos pueden llegar a desarrollar cáncer.

Existen 2 categorías de VPH de transmisión sexual: el de bajo riesgo que puede causar verrugas en el alrededor de los genitales, el ano, la boca o garganta y el de alto riesgo que puede causar varios tipos de cáncer como lo son el de: cuello uterino, de ano, de boca y garganta, de vulva, de

vagina y de pene. La mayoría de las infecciones por VPH desaparecen por sí solas y no causan cáncer, pero en ocasiones esta infección dura más, casi todas las personas sexualmente activas se infectan con el VPH poco después de iniciar su vida sexual. Por su parte, el VPH en sí no puede ser tratado, existen medicamentos que se aplican para tratar las verrugas (congelarlas, quemarlas o extirparlas quirúrgicamente) y las personas que llegan a desarrollar cáncer deben tratarse de inmediato con un especialista. Esta ETS se puede prevenir utilizando condón y la abstinencia de tener sexo oral, anal o vaginal.

Otra forma de prevenir el VPH es con una vacuna, la cual debe aplicarse en niñas y niños entre los 9 y los 12 años (dos dosis), en los y las adolescentes así como en adultos jóvenes entre los 13 y los 26 años. La vacunación de los adultos jóvenes no previene tantos casos de cáncer como lo hace la vacunación de niños y pre adolescentes.

Así mismo, se recomienda realizarse el Papanicolaou y la prueba del virus del Papiloma Humano.

- VIH-SIDA: EL Virus de inmunodeficiencia humana (VIH), daña el sistema inmunológico, pues destruye glóbulos blancos que son los que ayudan a nuestro cuerpo a combatir las infecciones, esto es, la persona que sufre de VIH tiene el riesgo de sufrir infecciones graves y a desarrollar ciertos tipos de cáncer.

Por su parte el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA), es la etapa final de la infección por VIH. Esta se presenta cuando el sistema inmunológico está muy dañado ya por el virus. Es importante mencionar no solo a los adolescentes, si no a las personas en general que no todas las personas infectadas por VIH desarrollan SIDA.

El VIH se puede propagar de diversas maneras:

- A través de las relaciones sexuales sin protección con una persona infectada de VIH, siendo esta la forma más común de transmisión.
- Compartiendo agujas para el consumo de drogas, perforaciones (piercings) y/o hacerse tatuajes sin las medidas de salud necesarias.
- A través del contacto con la sangre de una persona con VIH, en una zona donde pueda tenerse cortes o heridas de piel.
- De madre a bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.
- Hace muchos años, las personas se contagiaban de VIH al recibir transfusiones de sangre infectada. Hoy en día esto ya no sucede debido a los estudios que se realizan previo a las donaciones.

Es importante erradicar los mitos que giran en torno al VIH-SIDA y a la manera de contagio, pues el VIH-SIDA no se contagia por besos, ni por dar la mano, tampoco se contagia por compartir utensilios para comer o para beber (vasos, platos y similares), tampoco se transmite por orina, heces (compartir inodoro), escupitajos, vómitos o sudor (siempre y cuando no haya sangre de por medio).

Las personas en riesgo de contraer la infección por el VIH son aquellas que tienen otra ETS, pues tener una ETS aumenta el riesgo de contraer o transmitir el VIH, personas que no utilizan algún método anticonceptivo de barrera, pues si se utiliza en una relación sexual con una persona infectada el VIH no se transmite en la mayoría de casos, personas que comparten agujas, hombres homosexuales (sin ser una ETS exclusiva de las personas homosexuales).

Los síntomas varían según el tipo de cáncer o infecciones oportunistas que afligen a la persona contagiada. Entre los síntomas más comunes se encuentran las fiebres muy altas, sudores nocturnos, pérdida de peso, fatiga

crónica, hinchazón de los nódulos linfáticos, diarrea o heces fecales sanguinolentas, dolores o hemorragias atípicas, tos crónica y una capa blanquecina en la lengua o la garganta.

La educación sexual debe brindar información verídica acerca de la sexualidad y las enfermedades de transmisión sexual, pues es fundamental que los y las adolescentes conozcan los riesgos que corren si se llegan a contagiar de una ETS. Así mismo, pretende integrar la aceptación de las personas de la comunidad LGBTTTTIQA+, y hacer valer sus derechos.+

2.2.5 COMUNIDAD LGBTTTTIQA+

Las siglas de la comunidad LGBTTTTIQA+ se refieren a: (L)esbianas, (G)ays, (B)isexuales, (T)ransgénero, (T)ravesti, (T)ransexual, (I)ntersexual, (Q)ueer, (A)sexual y más.

De acuerdo con Vargas (2007):

Otro de los aspectos relevantes que debemos explorar acerca de nuestra sexualidad para responder a la pregunta: “¿Quién soy yo sexualmente?” es el de la orientación sexual. (...) una sexualidad saludable implica la aceptación y revelación a otros de la propia orientación sexual. La Orientación sexual está definida por el sexo (no el género) de las personas por las cuales nos sentimos interesadas/os y atraídas/os física, emocional y sexualmente.

La identidad con la orientación sexual es el constructo que integra la noción que tiene la persona de los atributos y los comportamientos que la caracterizan sexualmente, teniendo en cuenta el sexo de las personas por las cuales experimenta interés y atracción física, emocional o sexual. Para reconocer la propia orientación sexual, la persona debe cuestionarse acerca del sexo de las personas a) involucradas en sus fantasías sexuales, b) hacia

quiénes experimenta atracción física o emocional, c) que activan su deseo sexual, d) con quienes participa en actividades sexuales, e) con quienes establece relaciones románticas. También debe considerar su estilo de vida. (Vargas, 2007, p. 101).

A pesar de que estos tipos de orientaciones (heterosexual, homosexual y bisexual) son las más conocidas, recientemente se han visibilizado otras orientaciones, de ahí el surgimiento de la comunidad LGBTTTIQA+. La cual lucha por la igualdad y defienden los derechos de las personas que manifiestan sexualidades diferentes. Esta es una lucha actual, donde los integrantes e incluso personas que no lo son, salen a manifestar (desde el 2 de mayo de 1969) cada 28 de junio, la inconformidad con el trato que les da la sociedad, por ejemplo, en el aspecto laboral e incluso con el trato personal, ya que suelen ser receptores de insultos cuando son vistos en la calle por las personas homofóbicas, es decir, aquellas personas que sienten miedo, odio, inconformidad o desconfianza hacia una persona cuya orientación sexual es diferente a la heterosexual. En la actualidad cada 17 de mayo se celebra el día Internacional contra la homofobia, lesbofobia, bifobia y transfobia, en conmemoración del día en que se eliminó la homosexualidad de la clasificación internacional de enfermedades mentales por la Asamblea General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1990.

Un problema que sufre esta comunidad es que está rodeada de tabús y prejuicios por la sociedad, la cual mira a la comunidad LGBTTTIQA+, como la causante del desajuste social y cultural tradicional, ya que para esta sociedad lo correcto es la orientación heterosexual, ocasionando en muchas ocasiones daños psicológicos en personas con orientación sexual diferente.

Teóricamente, se han definido tres categorías para las orientaciones sexuales posibles:

- *Heterosexual*: describe a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido preferentemente hacia personas del otro sexo.

- *Homosexual*: corresponde a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido preferentemente hacia individuos del mismo sexo.
- *Bisexual*: se refiere a las personas cuyo interés físico, emocional y sexual está dirigido tanto hacia hombres como hacia mujeres.

Sin embargo, hoy sabemos que las siglas LGBTTTIQA+ representan cada una de las orientaciones sexuales, por ejemplo:

- Lesbianas: Mujeres que se sienten atraídas sexualmente por mujeres.
- Gays: Hombres que se sienten atraídos sexualmente por hombres.
- Bisexual: Personas que se sienten atraídos sexualmente por personas de su mismo sexo y género y también por personas de distinto sexo o género al suyo, sin embargo, suelen inclinarse más por alguno de los dos sexos, pero están dispuestas a tener algún tipo de relación sentimental y sexual con ambos. Según Vargas (2007) “(...) se han descrito diferentes tipos de bisexualidad, entre ellos, la simultánea o concurrente y el serial. La bisexualidad simultánea o concurrente se refiere a tener relaciones románticas y sexuales con un hombre y una mujer en el mismo período de la vida. Bisexualidad serial es la alternancia de parejas sexuales, hombres y mujeres, a lo largo del tiempo”. (p. 100).
- Transgénero: son las personas que expresan su identidad sexual de forma diferente, es decir, no se ajusta con el sexo que nacieron, por lo cual estas actúan conforme al sexo con el cual se sienten realmente identificados.
- Travesti: son las personas que usan el vestuario de las personas del sexo opuesto, lo realizan de forma eventual y suelen tener diferentes razones para hacerlo, por ejemplo, por diversión, para sentirse mejor, para mostrar su conformidad con el otro sexo, etc. Por lo regular, en su mayoría son los

hombres los que se visten del sexo opuesto, y que se siguen sintiendo atraídos por las mujeres.

- Transexual: Son las personas que se sienten inconformes con su cuerpo (Órganos sexuales), por lo regular desde una edad muy temprana, Vargas (2007) menciona que “se sienten metidos en un cuerpo que no les pertenece”. Es decir, se trata de personas cuya *identidad con el sexo* no está en sintonía con la categoría sexual (hombre o mujer) que les fue asignada al nacer”. (p. 97), por tal motivo han modificado su sexo, adquiriendo las características del otro.
- Intersexual: Personas que han nacido con características físicas y biológicas de ambos sexos.
- Queer: Son aquellas personas que construyen y manifiestan su sexualidad fuera de cualquier clasificación de género binario.
- Asexual: Personas que no se sienten atraídas física y sexualmente por nadie.

Es importante aclarar que el hecho de tener fantasías ocasionales homosexuales o experiencias aisladas no determina la orientación sexual del individuo. En años pasados, las investigaciones acerca de la orientación sexual se centraban en la homosexualidad, puesto que, ésta era considerada una enfermedad mental, sin embargo, se ha dado a conocer que la homosexualidad no tiene relación alguna con problemas emocionales o sociales. Diversos estudios de imagenología revelaron que el cerebro de las personas homosexuales y los heterosexuales del sexo opuesto, cuentan con características muy similares, al grado de ser simétricos.

Es posible que aquellas personas que se identifican como homosexuales o bisexuales, no establezcan grupos de iguales y en la batalla de aceptar su orientación sexual sea apartada de los demás, violentando así, sus derechos sexuales y reproductivos.

2.2.6 DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.

Es poco común hablar sobre los derechos sexuales y reproductivos de las personas y sobre todo desde una perspectiva de derechos humanos.

Los derechos sexuales y reproductivos de las personas, son derechos humanos.

Cuando se habla de derechos reproductivos, se relaciona con la libertad individual sobre cuándo y cómo tener hijos, por ejemplo, el derecho al aborto el cual debe ser legal y seguro.

La búsqueda de los derechos sexuales y reproductivos, han sido debido a las diferentes situaciones y/o problemáticas que existen en la sociedad desde hace mucho tiempo, por ejemplo, la discriminación a la mujer, los matrimonios forzados, la desigualdad ante la comunidad LGTBTTIQ+, la aprobación del matrimonio entre dos personas del mismo sexo, entre otras, las cuales son las causas principales de la lucha por los derechos sexuales y reproductivos, y la cual se da en diferentes países de todo el mundo, y donde se han implementado de diferente forma y en diferentes tiempo.

La salud y derechos sexuales y reproductivos (SDSR), hace referencia a todos los aspectos relacionados con la sexualidad de la persona.

El concepto de salud sexual se relaciona con la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales, sociales y culturales del ser sexual, de manera de enriquecer positivamente y fortalecer la personalidad, la comunicación y el amor. (Montero, 2011, p.1249)

De acuerdo con la CNDH (2018) La Organización Mundial de la Salud (ONU) ha definido la salud sexual y la salud reproductiva de la siguiente manera:

La salud sexual: “es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y

seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia”. Salud Reproductiva: “es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, y sus funciones y proceso”. (p.14).

Los derechos sexuales y reproductivos en México, han ido avanzando en los últimos años, aunque es un país donde la opresión de las mujeres sigue existiendo en la actualidad, lo cual se puede observar en las estadísticas del INEGI, donde se comprueba que existe una cultura machista, también que la violencia en las relaciones de pareja hacia la mujer es alarmante, sin embargo los hombres también son víctimas de violencia y no se debe dejar de lado simplemente por hecho de que el número de violencia hacia el hombre es menor que el de la mujer.

Por otro lado, está muy presente el riesgo a la violencia que sufren las personas que no se apegan a la heteronormatividad, como son la comunidad LGTBTTIQ+, por parte de las personas homofóbicas.

De acuerdo con la CNDH (2018) Ya en México la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos fue modificada, y establece que todas las personas cuentan con derechos humanos, y en la cual se menciona que queda prohibido la discriminación por motivo de género, etnia, edad, preferencias sexuales, condiciones de salud, etc... de igual forma se menciona el derecho a la protección de la salud, por ejemplo en el caso de las personas que tengan alguna enfermedad de transmisión sexual (ETS), enfocándose aquí en la salud sexual.

De acuerdo con la Fundación Huésped (2016) El Programa de Salud Sexual y Procreación Responsable, tiene como uno de sus objetivos el desarrollo de la salud sexual y reproductiva, así como garantizar el acceso a información, orientación y métodos anticonceptivos.

De acuerdo con el Instituto de Salud del Estado de México (s/a) los derechos sexuales y reproductivos son:

1. Decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad.
2. Ejercer y disfrutar plenamente de mi vida sexual.
3. Manifestar públicamente mis afectos.
4. Decidir con quién o quiénes relacionarme afectivamente, erótica y sexualmente.
5. A que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal.
6. A la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.
7. Decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva.
8. A la igualdad.
9. Vivir libre de discriminación.
10. Acceder a información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
11. Recibir una educación integral en sexualidad.
12. Acceso a servicios de salud sexual y reproductiva.
13. A la identidad sexual.
14. Participar en políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

Los derechos sexuales y reproductivos permiten la decisión a la paternidad y a la maternidad deseada con ayuda de los métodos anticonceptivos.

2.2.7 MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS.

Los métodos anticonceptivos son, dispositivos, medicamentos y actos (abstinencia) que se utilizan para prevenir el embarazo y la transmisión de enfermedades (ETS).

Los métodos cuentan con algunas características, que garanticen de forma segura las metas reproductivas al igual que una forma segura para la salud, algunas de las características que se deben tener en cuenta son: la eficacia (la cual se da cuando el método se usa de forma adecuada), seguridad (efectos benéficos para la salud, evitar el contagio de ETS), aceptabilidad (efecto que tiene en cada persona), facilidad de uso, disponibilidad, reversibilidad y costo.

De acuerdo con la Dirección General de Salud Pública (s/f) Los métodos anticonceptivos nos permiten:

- Vivir la sexualidad de una manera libre y satisfactoria.
- Tener relaciones sexuales sin temor al embarazo.
- Planificar con bastante seguridad el número de hijos/as y el momento de tenerlos, evitando embarazos no deseados.

Existen diferentes tipos de métodos anticonceptivos los cuales son:

Métodos de barrera: Son aquellos que frenan la fecundación mediante una barrera física, su eficacia es media-alta y ayudan a prevenir ETS, estos no necesitan de control médico, en este tipo de métodos encontramos:

- El condón externo e interno.
- Diafragma
- Capuchón cervical

Métodos hormonales: Están compuestos por una o dos hormonas (progesterona y estrógeno) similares a las que elabora el ovario femenino, su eficacia es alta, sin embargo no protegen de las ETS y se necesita un período de adaptación de unos meses.

Éstos actúan privando la ovulación, es decir, evitando que durante cada ciclo menstrual el ovario madure un óvulo, y por ende que no se produzca un embarazo.

Regularmente su uso es de 21- 24 días y se descansan 7-4 días, para que permanezca el efecto anticonceptivo no debe interrumpirse su uso más de 7 días.

Entre los métodos hormonales se pueden encontrar:

- Píldora combinada
- Píldora de gestágeno
- Anillo vaginal
- Parche cutáneo
- Anticonceptivo hormonal inyectable
- Implante subdérmico

Dispositivo intrauterino (DIU): Método de alta eficacia, no ayuda a la prevención de ETS, es necesario la asistencia médica para su uso. Este es un objeto que va de 4 a 5 cm de largo de plástico flexible (en forma de T), algunos tienen cobre o un pequeño depósito hormonal. Este se sitúa dentro del útero, dificultando la progresión de los espermatozoides. Este puede durar de 5 a 10 años dependiendo del tipo de dispositivo y de la edad de la mujer.

Métodos irreversibles: Estos constan en obstruir la zona de paso de los óvulos y de los espermatozoides, su efecto es permanente y no ayudan a la prevención de ETS, en este método encontramos:

- *Salpingoclasia*
- Vasectomía

Doble método: Se refiere al uso de preservativos tanto por parte de la mujer como por parte del hombre, generando así una eficacia alta y previniendo las ETS.

Método natural: Este se refiere al ciclo de fertilidad de la mujer, para el cual es necesario el asesoramiento médico, se puede basar en el calendario, en la observación del fluido vaginal etc... Por otro lado su eficacia es relativa y no previenen las ETS.

Es importante aclarar que el uso de los métodos anticonceptivos ayuda a organizar y/o planificar la vida sexual y son corresponsables del placer, pues el placer se genera a partir de las zonas erógenas y los métodos ayudan a prevenir contagios de ETS y embarazos. Una manera de concebir placer es a través de la estimulación, la cual podemos conseguir mediante el conocimiento de nuestro cuerpo, y esto es posible por medio de la masturbación o el uso de algún juguete sexual y/o pornografía.

2.2.8 EL PLACER: MASTURBACIÓN, PORNOGRAFÍA Y EL USO DE LOS JUGUETES SEXUALES.

MASTURBACIÓN

Existen diversas posturas con respecto a la masturbación, desde posturas religiosas, como posturas médicas. La primera viendo este acto como negativo ya que no se asocia con la procreación que para la religión es lo correcto, y la segunda ve a la masturbación desde la psiquiatría y psicología, donde lo asocian con la depresión o con sentimientos de culpabilidad. Sin embargo, no se debe olvidar que esta es la manera natural del ser humano para conocer su cuerpo, además de que es una forma de placer sexual, y ayuda a la salud física y mental de las personas.

Para Bardi (s/f) La masturbación es un acto de estimulación sobre la satisfacción sexual, cuyo acto proviene de la naturaleza biológica del ser humano de explorar, examinar y manipular los órganos sexuales. Además de que la etapa de la adolescencia es donde tiene mayor frecuencia la masturbación.

Existe mucha desinformación entorno a este tema, el cual está rodeado de tabús y mitos, desde varios siglos atrás, por ejemplo:

Bardi (s/f) recupera de Tissot (1758) que “la masturbación producía: melancolía, crisis histéricas, ceguera, impotencia, esterilidad, oligofrenias, demencias, cardiopatías (llegó a describirse un corazón del masturbador), adelgazamiento, tuberculosis y calvicie.

Durante años, han existido mitos y fantasías acerca de la masturbación como los siguientes:

- Es un acto que se realiza sólo en la adolescencia.
- Las mujeres no se masturban.
- El que se masturba se envicia.
- Si se tiene pareja estable, es anormal masturbarse.
- Produce daño mental y debilidad física.
- Produce daños en la personalidad.
- La persona que se masturba es perversa.
- Hace salir pelos en la palma de la mano.
- Causa malformaciones físicas en la zona genital (se caen los testículos, crece el clítoris).
- Causa disfunciones sexuales (eyaculación retardada, frigidez).
- Hace aparecer pecas en la cara y acné.
- Produce ojeras.

De acuerdo con Bardi (s/f) la masturbación en la adolescencia es de la siguiente manera:

Durante la adolescencia es la práctica sexual más asequible y se utiliza como una vía de escape de las tensiones propias del desarrollo sexual. De acuerdo con Bardi (s/f) citando a Kinsey (1948) en este período es donde se encuentran las mayores frecuencias de masturbación con un 96% de ocurrencia en los adolescentes hombres.

Entre un 28 a un 37% de las mujeres comenzarían a masturbarse cerca de los 14 años.

Al final de la etapa de la adolescencia se realiza un proceso gradual del establecimiento de relaciones de pareja, lo que facilita una disminución en la conducta masturbadora.

Por ello la controversia del tema de la masturbación es, que por un lado es vista como esa parte de sentimientos de culpabilidad, de rechazo o incluso se asocia a la depresión, y por otro se ve como esta parte del bienestar, de la satisfacción y del placer.

PORNOGRAFÍA.

Podemos comenzar preguntándonos ¿Qué es la pornografía?, hablar de pornografía es algo que se presenta con frecuencia, debido a que como esta etapa como ya se ha mencionado es donde suceden una serie de cambios. Y es cuando los y las jóvenes al no contar con la información necesaria o a falta de la educación sexual, comienzan a buscar información en fuentes que no siempre suelen ser las adecuadas, por ejemplo, sitios de internet, en donde están expuestos a cualquier tipo de contenido, por ello la importancia de que se hable de pornografía en la educación sexual.

De acuerdo con Marzano, M (2006) La pornografía es vista desde dos géneros, el trivial y el ideológico, el primero ve a ésta grosera y explícita y el segundo como algo repugnante. La pornografía suele representar el cuerpo como un objeto de consumo (comercializado) donde el acto sexual es mostrado sin explicación, a diferencia del erotismo el cual narra una historia.

Se dice que la pornografía existió desde tiempos muy remotos y fue hasta el siglo XIX que comenzó a usarse dicho concepto de pornografía. Se puede considerar a la pornografía como un género cinematográfico desarrollado en todo el mundo y con altos índices de consumo, de acuerdo con la revista Zócalo en su revisión anual 2019 declaro que el sitio web Porn Hub es la página pornográfica con mayor tráfico en la web colocando a México en el décimo lugar como consumidor a nivel mundial.

Esta se caracteriza por exhibir con detalle imágenes con contenido sexual, generalmente parejas del mismo o diverso sexo manteniendo relaciones sexuales, que tienen como objetivo despertar la excitación de aquellos que lo consumen. La pornografía también es consumida a través de materiales gráficos como revistas; una de las más representativas es Play Boy la cual fue fundada en 1953 por Hugh Hefner.

Por otro lado, en las películas pornográficas, suelen mostrarse únicamente los órganos sexuales, omitiendo los rostros de los individuos, esto debido a que en el acto pornográfico no hay encuentro de miradas ni caricias, estos elementos son representados por muecas y violencia.

USO DE LOS JUGUETES SEXUALES.

Las prácticas sexuales están relacionadas con la naturaleza del ser humano, lo mismo que los juguetes sexuales, pues éstos han proporcionado placer desde su existencia.

El placer y la sexualidad están presentes en la vida del ser humano en todo momento, siendo así que las prácticas sexuales, en su objetivo de llegar a concebir

placer; han ido evolucionando, y no es raro descubrir que a partir de los juguetes sexuales también se puede alcanzar dicho placer sexual. Los juguetes sexuales tienen un gran recorrido histórico, y en la actualidad, han sido modificados en cuestión al mejoramiento de materiales y añadiendo funcionalidades según va avanzando la tecnología.

Los juguetes sexuales ofrecen oportunidades lúdicas y de reconocimiento de ellos mismos del otro/a.

También suelen ser llamados “juguetes para adultos”, son objetos que tanto hombres como mujeres utilizan para conseguir más placer durante el acto coital o bien, la masturbación. En ocasiones los juguetes sexuales pueden ayudar a tratar, algún trastorno o disfunción sexual. De acuerdo con Muy historia (2021) Aunque parezca que son productos recientemente creados como consecuencia de la revolución sexual, los juguetes sexuales según un estudio de la revista muy historia, éstos se usaban hace 28.000 años durante la prehistoria, luego en la antigua Grecia y la Edad Media hasta llegar al modernismo.

El usar o no algún tipo de juguete sexual en nuestra época es decisión de cada persona, algunas de las razones por las que se usa algún tipo de juguete es porque muchas personas creen que es la manera más fácil (o única) de conseguir un orgasmo. Sin embargo, las personas también pueden llegar a utilizar un juguete cuando se tiene una relación coital.

Existen gran variedad de juguetes sexuales, entre los más comunes podemos encontrar:

- Vibradores: También llamados masajeadores sexuales, son objetos que vibran, es decir, se mueven continuamente para estimular los genitales. Entre las mujeres es muy común que los usen para estimular su clítoris y otras partes de su vulva y vagina, mientras que, en los hombres, sirven para estimular el pene, el escroto y los testículos, los pezones y el ano (en todos los sexos). Existen vibradores de muchas formas y tamaños, algunos de ellos

se pueden introducir dentro de la vagina o ano, y otros se usan solamente en las partes exteriores del cuerpo.

- Dildos: también llamados consoladores, son objetos que se introducen en la vagina, el ano o la boca. Al igual que los vibradores, los dildos también existen en diversos tamaños y formas, pero normalmente tienen una forma parecida a un pene; esto con el objetivo de estimular el punto G o la próstata. Los dildos están fabricados de muchos materiales como la silicona, plástico, metal y vidrio que son resistentes a golpes.
- Juguetes anales: son juguetes sexuales hechos específicamente para estimular y/o introducirse en el ano. Estos tipos de juguetes incluyen tapones anales, cuencas o bolas anales, masajeadores de próstata y dildos con bases anchas. Para utilizar algún tipo de juguete anal de manera segura, es necesario el uso de algún tipo de lubricante. También es recomendable que cualquier juguete sexual anal tenga una base ancha (parte inferior) o alguna manera de sacarlo, para que no se resbale accidentalmente hacia dentro, pues si un juguete se llega a introducir del todo al ano, este puede atascarse y necesitar ayuda médica para sacarlo.
- Mangas para masturbación: son tubos suaves donde se introduce el pene para una mayor sensación de placer. Existen de diversas formas y tamaños; y además tienen diferentes texturas dentro para dar más placer. Muchas de estas mangas pueden vibrar e incluso succionar. También existen mangas diseñadas especialmente para clítoris grandes o para penes pequeños, particularmente para personas intersexuales o bien, hombres trans que se encuentran en terapia hormonal de afirmación de género.
- Anillos para el pene: también conocidos como anillos erectores o anillos para la disfunción eréctil. Este tipo de juguete sexual se pone alrededor del escroto y/o pene. Los anillos para el pene hacen que la circulación de la sangre sea más lenta cuando el pene está erecto (duro) y que dicha erección tenga mayor duración. Los anillos diseñados para el pene más seguros, están hechos de materiales flexibles y suaves como la silicona, el plástico o cuero

con broches que son fáciles de poner y de quitar, así mismo, algunos de estos anillos tienen vibradores pequeños para estimular a quien lo usa, como a su pareja. Se recomienda no usarlo por más de 10 a 30 minutos y quitarlo si se tiene algún dolor o molestia o si se padece de un trastorno hemorrágico.

Existen muchos juguetes sexuales para todas las personas (no importa su género o sexo), pero es importante que para conocerlos a detalle se visite una sex shop (tienda sexual) y se elija con responsabilidad y conocimiento el juguete que se desea emplear. El uso de los juguetes sexuales puede ayudar a prevenir el embarazo y alguna ETS, sin embargo, es posible el contagio de alguna de estas si el juguete sexual es compartido sin una buena higiene, pues los fluidos corporales quedan en éste. Se recomienda lavar los juguetes con agua y jabón después de usarlos y antes de que toquen o sean introducidos en alguna parte genital o boca.

El uso o no de juguetes sexuales es completamente normal. Es una decisión personal ya que todos somos diferentes. No causa daños si su uso es de manera segura y responsable.

Por otro lado, el placer no siempre requiere contacto físico, pues la tecnología (celular, computadora y tablet) ha facilitado e impulsado a la fantasía sexual por medio, del intercambio de fotos y de videos íntimos que se pueden convertir en situaciones de violencia y riesgo.

2.2.9 SEXTING.

La manera de socializar está en constante cambio, ofreciendo así a las personas nuevas formas de dinámica social. El uso de internet y la posesión de aparatos electrónicos como celular, computadoras o tablet, han originado que la comunicación entre las personas sea inmediata, sin importar el lugar dónde se encuentren.

El ciberespacio es un entorno virtual, el cual genera mayor interés para los y las adolescentes, ya que se interactúa entre la realidad y las diferentes identidades que se presentan. Es en este entorno virtual donde se hace presente el sexting.

“Sexting” es un término que implica la recepción o transmisión de imágenes o videos que conllevan un contenido sexual a través de las redes sociales, ya sea con o sin autorización de quien los coloca en el medio. La difusión de tales videos o imágenes es instantánea, con consecuencias prácticamente siempre deletéreas para las personas involucradas (Mejía, 2014, p. 217).

Hay diferentes factores que contribuyen para entender de una forma más exacta al sexting, entre ellos se encuentran la carga sexual en una fotografía o vídeo, pues esto determinara si es pornográfica, sensual o erótica, el origen, es decir, si el protagonista es quien aparece o es ajena la fotografía pero la hacen pasar por propia, la edad del protagonista y que tanto se les puede identificar por las características que aparecen en las fotografías y vídeos.

El sexting puede clasificarse en activo y pasivo, el primero hace referencia a las personas que envían o reenvían el contenido, por otro lado el pasivo alude a las personas que almacenan el contenido, éste pudo haber sido enviado directamente del creador o por terceras personas.

Según Farjado (2013) Hay una serie de riesgos que se presentan en el sexting, el primero de ellos es la pérdida de la privacidad, debido que al publicar o enviar una fotografía o vídeo no se puede controlar la difusión de los mismos, por consiguiente existe la posibilidad que llegue a manos equivocadas. Entre otros riesgos que esta práctica conlleva se encuentran la exposición y hostigamiento.

En el sexting corren riesgo los creadores de contenido, ya que, pueden ser juzgados de producción de pornografía infantil, provocándoles condenas como multas, permanencia en prisión o registro de delincuentes sexuales. Así mismo a las personas que reciben las fotografías o vídeos los pueden acusar de posesión y difusión de pornografía infantil (p. 524)

La hipersexualización en el caso de niñas, niños y adolescentes ha sido invisibilizada, normalizado e incluso legitimado gracias al sexting, a los diversos medios de comunicación y las redes sociales, debido al alcance a nivel social y cultural que tiene en la actualidad. Esto se puede ver reflejado de manera directa en el pensamiento de los y las adolescentes, en cómo debería ser el cuerpo masculino y el cuerpo femenino atractivo.

2.2.10 HIPERSEXUALIZACIÓN.

De acuerdo con Monreal (2021) quien publicó para el Universal, la hipersexualización y sexualización temprana (...) consiste en reducir la identidad individual sólo a su dimensión sexual o en dar carácter sexual a una conducta o un producto que no lo tiene en sí mismo.

La hipersexualización es el conjunto de conductas que busca resaltar los atributos sexuales de las personas. Esto está alentado principalmente por los medios de comunicación que, aunque son conscientes del impacto social y cultural que alcanzan, continúan incrementado la difusión de este fenómeno. La hipersexualización se ha vuelto tan común que puede pasar por desapercibida, la podemos encontrar en páginas de internet que contienen videos o imágenes, programas de televisión, series, películas, comerciales y hasta en revistas. Un efecto destacado de esta tendencia en los y las adolescentes es que traen consigo una idea de lo que son las relaciones sexuales, sin embargo, al experimentarla se dan cuenta que es totalmente diferente.

En 2020, el Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes publicó algunas recomendaciones para evitar conductas como incentivar a niñas y adolescentes a usar maquillaje, vestimenta o accesorios que los hagan ver como una persona adulta; preguntarles si tienen novia o novio o decirles que siempre deben verse bonitas o guapos; fomentar expresiones o bailes con movimientos sexuales; besar sus bocas o ejercerles presión para

besar a alguien (incluso a un familiar), y advirtió que la hipersexualización puede dar lugar a otras formas de violencia, cada vez más graves (Monreal, 2021).

Es importante rescatar que las prácticas sexuales deben ser responsables, con consentimiento y placenteras, para lograr dicho placer es necesario conocer nuestro cuerpo, lo que nos hace sentir placer y lo que no, y una manera de descubrir esto, es a partir de la autoexploración de nuestro cuerpo, pero en ocasiones se puede recurrir también a objetos diseñados para producir placer, como lo son los diferentes tipos de juguetes sexuales, y que mejor que la escuela pueda integrar en la educación sexual integral el holón del erotismo siendo este el componente placentero de las experiencias corporales (individualmente vividas o, más frecuentemente en interacción con otro).

Es por eso que creemos que el tema del placer, la masturbación y el erotismo debe ser abordado dentro de los planes de educación sexual integral que se imparten en nivel secundaria, pues como se mencionó antes, es en esta etapa donde los y las adolescentes comienzan a tener sus primeras relaciones sexuales.

CAPÍTULO III: EDUCACIÓN SEXUAL EN SECUNDARIA.

El presente capítulo aborda a la educación sexual desde una perspectiva escolar. Es importante tomar en cuenta que la escuela no es la única institución educadora entendiendo así a la educación como un hecho humano y social, el cual se representa como una transmisión de ideas, saberes, habilidades, normas, etc.

3.1 CONCEPTO DE EDUCACIÓN

La historia de la educación es muy extensa, por lo que el concepto tiene diversos significados el cual va de acuerdo con alguna época, enfoque o autor.

La Historia de la Educación estudia diacrónicamente una parcela de la actividad y del comportamiento humano, la actividad de educar, sin descuidar que se trata de una actividad inserta en un todo más amplia que la condiciona sistemáticamente. Todo fenómeno educativo, toda teoría o idea sobre educación, se debe inscribir en el contexto de las condiciones sociales, políticas, económicas, culturales donde se gesta; aspecto éste que reclama por parte del historiador de la educación un tratamiento interdisciplinar de su objeto cognitivo (Guichot, 2006, p. 13).

De acuerdo con Ballén (2010) la educación para Platón no es una formación cualquiera sino aquella que forma al hombre desde una tierna infancia para la virtud, lo cual lo hace deseoso de convertirse en un buen ciudadano el cual sabe gobernar y ser gobernado por la justicia. “Esta definición –dice–, al delimitar esta crianza, así me lo parece, podría querer ahora llamar sólo a ella educación y decir que la que se centra en el dinero o en una fuerza o en alguna otra pericia sin inteligencia ni justicia es servil y no libre así como indigna totalmente de denominarse educación”. Así pues, para el pedagogo ateniense, la educación es el más importante bien que los hombres pueden adquirir. Y si alguna vez se desvía y es posible corregirla, todo el mundo debe hacerlo siempre durante toda la vida según su capacidad. (Ballén, 2010, p.37)

Otra perspectiva que se tiene respecto a la educación es la de Santo Tomás de Aquino, el cual habla de educar la virtud, el cual menciona según Martínez (2003) que “Educar es “promover a la prole hasta el estado perfecto del hombre en cuanto hombre, que es el estado de la virtud” (...) no a cualquier estado sino al que le corresponde en tanto que hombre” (p. 30).

De igual forma esta misma habla de educar la vida racional, se centra en la educación del propio hombre, es decir, aquello que somos y lo que debemos ser, de acuerdo con una vida racional; ya que él menciona que el hombre vive por la razón, para Santo Tomás de Aquino educar es ayudar a ser. En conclusión, Aquino centra su idea de educación a ideas como la virtud, la razón la moral, virtudes intelectuales, el cuerpo, para ser adulto, y los padres como factor de educación.

La educación es el objeto de estudio de la pedagogía, es un proceso que tiene varios sentidos, es decir, es un proceso multidireccional, a través del cual se transmiten no solo conocimientos, sino, valores, costumbres, formas de ser y de actuar. Podríamos adjuntar el concepto de educación como aquella práctica que ejerce un profesor en un aula escolar mediante un discurso, pero la educación no solo se da a través del discurso, pues está presente en nuestras acciones, sentimientos, actitudes, etc.

“... en las últimas décadas se está extendiendo la convicción y la práctica de que el << sistema educativo >>, en su sentido más amplio, incluye no sólo la educación escolar, sino toda acción educativa, más o menos intencional y sistemática, que tiene lugar, tanto dentro como fuera de la institución educativa”. (Sarramona, J., Vázquez Gonzalo y J. Colom, A., 1998:11).

La y el concepto de educación es algo que se le atribuye a la escuela, siendo esta un sistema escolar, dentro del sistema educativo, en donde la mayor parte de la población tiene la idea de que la escuela educa. Las instituciones educativas no son las únicas que cumplen esta función, pues de manera no formal la familia, los medios de comunicación, la iglesia, los sindicatos, las organizaciones sociales, entre otras, educan y forman al ser humano. La educación vista como un proceso

permanente y dinámico vinculado a la mejora de las condiciones de los individuos y las comunidades está presente e influenciada por cada comunidad y/o cultura, es un proceso continuo por el cual se facilita el aprendizaje de conocimientos, puede presentarse en diversos formatos y/o formas que varían el tipo de contenido, pero el objetivo es el mismo, educar al hombre.

La educación la podemos estudiar según:

- El contexto: como formal, no formal e informal.
- La edad y el nivel educativo (educación formal): básica, media y superior.
- Modalidad: a distancia, presencial e híbrida.
- Área de conocimiento: educación física, emocional, especial, artística, ambiental, sexual, etc.

Para la investigación del trabajo nos enfocaremos en la educación formal, debido a que indagaremos el nivel educativo básico (secundaria).

EDUCACIÓN FORMAL.

La educación formal es aquella que se imparte en las instituciones educativas, tiene una estructura fija y es la más jerarquizada, ésta se extiende desde la educación inicial hasta la educación superior. Algunas de las características de esta clase de educación son: la presencia de los individuos en las aulas educativas, espacio propio, organización del tiempo – espacio, un conjunto de prácticas con reglas establecidas, entre otras.

Las personas que se dediquen a instruir la educación formal deben ser profesionales que se les atribuirá por su labor y que se hayan preparado para la educación con contenidos específicos.

La educación formal como la educación no formal tienen como objetivo en común, que el individuo aprenda y aplique en la práctica los conocimientos adquiridos, sin embargo, es importante saber cuáles son las diferencias entre estos dos tipos de educación. La primera se desarrolla en instituciones educativas, pero, estamos hablando de un espacio formal no una situación formal, de igual manera las diferencias más observables en estos tipos de educación son su estructura, su organización, el espacio en donde se desarrolla, la duración y los destinatarios. Quienes se encargan de impartir la educación no formal, son personas que no pertenecen al sistema educativo legalmente establecido.

La educación sexual como parte de la educación no formal, es aquella que se imparte en talleres, cursos o seminarios al respecto, sin embargo, el debate que se hace presente en la actualidad ya no es si se debe abordar o no temas de sexualidad en las aulas educativas, sino como deben de enseñarse, puesto que al no tener claro cómo hacerlo se cometen fallas que provocan respuestas no deseadas.

Es importante que se busque obtener un cambio de pensamiento y de comportamiento en los jóvenes a través de la identificación de sentimientos, cultivo de las relaciones interpersonales e información concreta y adecuada que los moderadores o profesionales de la educación les brinden, pues si únicamente quieren informar de antemano existe la posibilidad de fallar, por lo cual, uno de los grandes retos actuales es la formación de los profesionales de la educación y de la familia puesto que el tema de educación sexual no es propio de los y las adolescentes, incluye a orientadores, educadores, padres y madres de familia, la cultura y el contexto social en el que se desenvuelve el individuo, existiendo cierto grado de responsabilidad entre todos.

Por ello retomamos el enfoque sociocultural pues consideramos que a través de este se rigen las expresiones de la sexualidad que varían con las circunstancias, la cultura, el tiempo, etc. Ya que existen comportamientos sexuales que en el pasado o en la actualidad la sociedad los considera como adecuados o no.

3.2 ENFOQUE SOCIOCULTURAL

El enfoque sociocultural es aquel que se basa en determinadas experiencias, sobre todo aquellas que se encuentran relacionadas con el aprendizaje colaborativo y significativo. Hace énfasis en los fenómenos psicológicos. Su principal representante es Lev Vygotsky (1978), fundador de la teoría sociocultural en psicología. Aquí se ve al alumno como un ser social el cual es producto y protagonista de las diversas interacciones sociales que lo rodean.

Vygotsky utilizó sus principios psicológicos en el campo pedagógico, buscando el cómo coadyuvar de manera activa el proceso histórico de la construcción de una sociedad nueva y con un interés en el ámbito académico, buscando la comprensión y una mejora de las diversas situaciones sociales y en las prácticas educativas, afirma que el sujeto por medio de actividades mediadas e interacción con su contexto sociocultural y participando con otros individuos en prácticas constituidas, reconstruye el mundo sociocultural en el que vive.

Montero (2011) menciona que “Por otra parte, desde el punto de vista socio cultural, cada vez nos encontramos con una mayor cantidad de mensajes contradictorios en los medios de comunicación, donde la sexualidad es un producto que vende asociado al éxito y mayores expectativas de triunfo, lo que sumado a la carencia de programas de educación sexual transversales, oportunos, integrales y veraces, condicionan factores determinantes en la actividad sexual no protegida a edades más tempranas” (pág. 1251).

Se retoma este enfoque, debido a que el tema de la práctica sexual se encuentra muy influenciado por el proceso sociocultural, como menciona Vargas (2007) “...las personas de nuestra familia observan nuestro cuerpo y determinan que somos biológicamente hombres o mujeres, comienzan a generar una serie de expectativas acerca de lo que debemos ser o hacer como miembros de la sociedad (...) Efectivamente, el reconocimiento y la asignación del sexo de un nuevo integrante de la familia y, por lo tanto, de la sociedad, desencadenan una serie de procesos

orientados a garantizar que los hombres se comporten como hombres y las mujeres como mujeres (...) al igual que a las normas que regulan las expresiones de la masculinidad y la feminidad y las relaciones entre los hombres y las mujeres, se las incluye en la categoría del género.

A diferencia del sexo, el género es una construcción social, sus características son específicas de cada cultura, cambian con el tiempo y las aprendemos al interactuar con los otros miembros de la sociedad” (p. 12).

Desde el punto de vista del enfoque sociocultural los procesos psicológicos son concebidos como el resultado de la interacción mutua entre el individuo y la cultura.

Es por ello, que el enfoque sociocultural a través de la historia nos ayuda a entender la manera en la que la sociedad influye en cómo mirar las prácticas sociales y sexuales según diversos acontecimientos.

3.2.1 IDENTIDADES SEXUALES DESDE EL ENFOQUE HISTÓRICO Y SOCIOCULTURAL.

El enfoque histórico y sociocultural pretende llevar a la reflexión las ideas consideradas como prejuicios y estereotipos que siguen predominando entorno a la sexualidad, entendiéndola desde la perspectiva de constructo histórico-social y/o biológica.

Desde la teoría Freudiana, dice que el deseo no está sometido a la procreación ni a la genitalidad, pues la ontología del deseo nos hace referir a este término como la falta de algo y por lo tanto deseamos lo que no tenemos, aludiendo que el deseo no solo va dirigido al ámbito sexual.

La dimensión histórica y social de la sexualidad otorga tener en cuenta cómo influyen en ella, fenómenos que se relacionan con la inmigración, la demografía y los conflictos urbanos, entre otros.

En el libro Historia de la Sexualidad Foucault (2008) explica una teoría denominada

“La hipótesis represiva”, en la cual nos dice que el sexo siempre se ha estudiado con dos perspectivas:

- Que es malo, a excepción que se canalice para el matrimonio, y
- Que es saludable y bueno, pero la sociedad corrompida lo ha reprimido.

Si elimináramos dicha hipótesis, se nos permitiría analizar y reflexionar sobre los complejos mecanismos que suceden en la sociedad.

Así mismo, Foucault (2008) nos dice que el instinto sexual no tiene originariamente como fin la reproducción, sino determinadas formas de consecución del placer.

El placer se puede definir como una sensación o bien un sentimiento positivo, agradable e incluso eufórico, que de manera natural se manifiesta cuando un sujeto satisface alguna necesidad o deseo. Dentro de la sexualidad, el placer sexual aparece ante la excitación sexual como una respuesta del cuerpo hacia la estimulación, el estímulo puede ser real o bien ser producto de la imaginación e incluso del sueño. La excitación por lo general se da cuando acariciamos nuestras zonas erógenas y/o compartimos esas caricias con otra persona. Se afirma que el cuerpo humano está preparado para darnos placer sin importar nuestro género.

Además de estimular nuestro cuerpo, el ser humano tiene la capacidad de comunicarse, y cuando esta comunicación se da con la pareja sexual sobre lo que nos gusta o no en las prácticas sexuales (es un tema difícil de tratar, pues la sexualidad está sometida a diversos tabúes), somos capaces de decir “No” a aquellas prácticas que no nos hacen sentir bien y mucho menos nos hacen sentir placer, es por ello, que si damos importancia a lo que nos gusta el placer aumentará porque trascenderá el cuerpo y se alcanzará la plenitud en la satisfacción psíquica y emocional sexual.

El placer se ha concebido como un privilegio y atributo propiamente masculino, por lo tanto se puede reconocer al placer sexual un privilegio que favorece a los hombres. Se ve reflejado, por ejemplo, en las mujeres homosexuales, se dice que

existe una opresión en contra ellas por el hecho de ser mujeres y son etiquetadas como pervertidas o desviadas, por no obedecer al modelo patriarcal, dando poder al “falo”, y no cumplen con la función social, cultural y biológica.

Según Foucault existen diversas fuerzas que conforman la sexualidad, tales como la economía, la política, la religión, las grandes ideologías y los sistemas educativos, que han llevado a la sexualidad a necesitar de la educación, una educación sexual integral que nos haga libres, por ello consideramos importante establecer una definición de educación sexual.

3.3 TEORÍA PSICODINAMICA

Según con Sigmund Freud (2005), que ha sido el representante más destacado de esta teoría, “la conducta de una persona es el resultado de fuerzas psicológicas que operan dentro del individuo y que por lo general se dan fuera de la conciencia” (Pág. 8). De acuerdo con esto, el individuo dispone de tres sistemas que interactúan entre sí y que aparecen durante su vida, el primero de ellos es llamado el ello. Este primer sistema se hace presente en el nacimiento del niño, es plenamente inconsciente y aquí opera el principio del placer, pues, el individuo busca satisfacer sus necesidades mediante de las acciones reflejas y las fantasías para evitar dolor.

El segundo sistema es el yo, aquí la persona aprende a enfrentarse al mundo real. Éste se encuentra entre lo consciente y lo preconscious, opera en el principio de la realidad, ya que, el individuo por medio del razonamiento busca la satisfacción del ello, pero de manera más realista y hasta que se pueda asegurar la gratificación de la manera más segura posible logrando obtener satisfacción a más largo plazo y evitando dolor. El yo resguarda pensamientos, recuerdos y juicios parcialmente conscientes.

El último sistema es el súper yo. De acuerdo con Freud, cerca de los 4 o 5 años de edad, el niño reconoce la presencia y demandas del súper yo, en donde se inicia una consideración de lo real pero también de lo ideal. Éste cumple la función de guardián moral puesto que vigila al yo para conducirlo hacía las acciones morales que son aceptadas por la sociedad. El yo es el encargado de interferir si las demandas del ello se oponen a las demandas del súper yo.

Con base en esto Freud planteó que la personalidad de una persona está determinada por la manera en que se aborda cada una de las 5 etapas psicosexuales del ser humano.

Etapa oral: Va del nacimiento a los 18 meses, se caracteriza pues el infante satisface su placer mediante de succionar del pecho de la mamá. Según Freud los niños que obtienen una satisfacción gratificante de adultos acostumbran a ser personas optimistas mientras tanto los que obtienen una mala gratificación por lo regular son pesimistas y hostiles.

Etapa anal: Abarca aproximadamente de los 18 meses a los 3 años, aquí el placer del niño se centra en el ano y se experimenta por medio del deshecho o retención de heces fecales.

Etapa fálica: Es una etapa fundamental que engloba desde los 3 años de edad hasta los 6 años. Es aquí en donde el infante empieza a descubrir sus genitales y se apega más al progenitor del sexo contrario y se hace presente una rivalidad con el progenitor del mismo sexo. Se debe tener cuidado para evitar los complejos de Edipo y Electra.

Etapa de latencia: Este lapso comprende de los 6 a los 13 años de edad, aquí los niños dejan a un lado el interés por el sexo y pueden comenzar a jugar con personas del sexo contrario.

Etapa genital: Va desde los 13 años en adelante y aquí comienza el interés sexual en donde los deseos reprimidos en la niñez comienzan a satisfacerse.

3.4 TEORÍA EVOLUTIVA

Este enfoque considera que la elección vocacional es un proceso constante que se realiza durante la vida del individuo, en donde, se evoluciona por etapas, las cuales relaciona determinadas conductas con otras. Es importantes que el orientador conozca cada una de estas etapas para que pueda intervenir con el sujeto de la mejor manera posible, brindándole información y actividades que lo encaminen a su vocación.

Un aspecto destacable de este enfoque es que a lo largo de la vida el individuo atraviesa por diferentes experiencias, las cuales suscitarán que determinados contenidos se vuelvan significativos, dichos los buscará relacionar con otras etapas de su vida permitiéndole tener más clara su elección vocacional y su desenvolvimiento en la actividad que le satisfaga.

Super usa el concepto de madurez vocacional, el cual define de las siguientes maneras: 1) La forma general en donde hace referencia a esa etapa de la vida del sujeto en donde se confronta a tareas de desarrollo y compara actitudes propias con las de su conjunto de equivalentes (de su misma edad o medio similar). 2) La carrera, en donde se refiere al conjunto de roles por los cuales pasan las personas a lo largo de su vida y va definiendo con mayor exactitud su madurez vocación.

Uno de los modelos que se hallan en esta teoría es el Modelo de opción ocupacional de Ginzberg. Este modelo nos habla sobre cómo la elección vocacional es un proceso que abarca toda la vida y se enmarca en el desarrollo universal del sujeto. Menciona que anteriormente se creía que la toma de decisiones acerca de la vocación era irreversible, no obstante, luego se comenzó a tomar en cuenta la idea de que podrían ser reversibles estas decisiones en edades tempranas.

El sujeto al hacer una elección vocacional está adquiriendo un compromiso consigo mismo y con la sociedad, dicho compromiso se basa en la satisfacción de sus

necesidades, no obstante, éste toma diferentes formas de acuerdo a la etapa en la cual se encuentra el sujeto.

3.5 CONCEPTO DE EDUCACIÓN SEXUAL.

La educación sexual busca prevenir las consecuencias que se pueden derivar de las prácticas de la sexualidad.

Esta brinda a los adolescentes información, herramientas y motivaciones útiles para que puedan tomar decisiones sobre su vida sexual de manera segura y responsable.

La educación en salud sexual y reproductiva como parte de una educación integral se ha colocado de suma importancia para la sociedad, la familia y en específico para la escuela,

Ya que esta es una enseñanza integral sensible sobre temas de sexualidad como: las enfermedades de transmisión sexual, embarazo precoz, métodos anticonceptivos, interrupción del embarazo, orientación sexual, etc.

De acuerdo La International Planned Parenthood Federation (IPPF) citado por Hurley (2016) una educación sexual integral debe tener en cuenta lo siguiente:

- Desarrollo humano (reproducción, pubertad, orientación sexual e identidad de género)
- Relaciones (familia, amistades, relaciones amorosas y noviazgo)
- Herramientas personales (comunicación, negociación toma de decisiones)
- Comportamiento sexual (abstinencia y sexualidad a lo largo de la vida)
- Salud sexual (enfermedades de transmisión sexual, métodos anticonceptivos y embarazo)

- Sociedad y cultura (roles de género, diversidad y sexualidad en los medios)

La International Planned Parenthood Federation (IPPF) citado por Hurley (2016) define la ESI como una intervención educativa para mejorar conocimientos, actitudes y habilidades en siete ámbitos: el género, la salud sexual y reproductiva, la ciudadanía sexual, el placer, la violencia, la diversidad y las relaciones.

La evidencia a nivel internacional demuestra que la ESI se asocia con mejores conocimientos, mejores resultados en SSR y menos prácticas de riesgo. La ESI no fomenta la actividad sexual, sino que aplaza la edad de inicio de vida sexual, reduce el número de parejas sexuales y mejora las prácticas de protección contra ITS, con lo cual ha demostrado ser una estrategia efectiva para reducir los riesgos asociados con el VIH y aumentar la autoeficacia para el uso de condón. Además de representar un elemento central en la prevención de las ITS y el embarazo no deseado, los currículos de la ESI incluyen componentes que influyen en las actitudes, prácticas y resultados asociados con el ejercicio más amplio de derechos, ciudadanía y relaciones interpersonales en general (Rojas, Castro, & Villalobos, 2017, p.20).

Después de definir el concepto de educación sexual consideramos importante la incorporación de ésta en el ámbito escolar, con el fin de atender las necesidades sociales entorno a la sexualidad.

3.6 LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LA ESCUELA.

La escuela es una institución, donde se forman a las personas a través de la enseñanza, siendo un complemento de la formación de las y los adolescentes, puesto que a la mayoría de los padres y madres se les dificulta conducir y/o orientar el desarrollo de la sexualidad de sus hijos e hijas, y aunque ellos son sus primeros educadores sexuales, la escuela lejos de sustituirlos ejerce una acción complementaria.

El plan vigente “Aprendizaje clave para la educación integral” 2017 para educación básica incluye un eje nombrado sistemas en la asignatura Ciencias y Tecnología. Biología.

Este eje pone énfasis que el cuerpo humano contiene sistemas constituidos por órganos, tejidos y células, que si alguno de ellos falla, el resto del sistema se ve afectado en las funciones vitales y la salud.

Dentro de este eje encontramos el tema de sistemas del cuerpo humano y salud, del cual se espera que los y las estudiantes:

-Argumenten los beneficios de aplazar el inicio de las relaciones sexuales y de practicar una sexualidad responsable, segura y satisfactoria, libre de miedos, culpas, falsas creencias, coerción, discriminación y violencia como parte de su proyecto de vida en el marco de la salud sexual y reproductiva.

-Comparen la eficacia de los diferentes métodos anticonceptivos en la perspectiva de evitar el embarazo en la adolescencia y prevenir ITS.

Por otro lado en la asignatura de Formación Cívica y Ética encontramos el eje Conocimiento y cuidado de sí, que busca que los y las estudiantes construyan progresivamente el concepto de sí y que se reconozcan como personas dignas, capaces de cuidarse a sí mismas y a otras, de asumirse como sujetos de derechos que actúan en su defensa y establecer relaciones de convivencia; implicando que identifiquen y valoren las características físicas, psicológicas, emocionales y cognitivas que los convierte en una persona irrepetible, además de apreciar aspectos que les den identidad.

Dentro de este eje encontramos el tema de identidad personal y cuidado de sí, del cual se espera que los y las estudiantes:

-Comprendan los cambios emocionales y físicos que experimentan durante la adolescencia y valora las implicaciones personales que trae consigo el ejercicio temprano de su sexualidad.

-Respeten la diversidad de expresiones e identidades juveniles.

- Construyan una postura crítica ante la difusión de información que promueven las redes sociales y medios de comunicación y que influyen en la construcción de identidades.

3.6.1 SURGIMIENTO DE LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LAS ESCUELAS SECUNDARIAS DE MÉXICO.

Desde principios del siglo XX y a través de diversas publicaciones, surgieron en nuestro país los primeros indicios en México sobre educación Sexual, así como los programas de prevención materna infantil, el programa de enfermedades venéreas y el programa de pubertad, realizados en el año de 1908.

En 1959 se incluyen en la escuela secundaria temas de sexualidad y reproducción sexual desde el aspecto biológico (Sosa, 1994, p.95).

A principio de los años 70's, la situación demográfica de México, provoca el establecimiento de acciones de educación sexual formal, como lo es la creación del Consejo Nacional de Población (CONAPO), el cual se encargó de brindar educación sexual a través del Programa Nacional de Educación Sexual y del currículum escolar del nivel básico y educación secundaria. La educación sexual que se impartía se centró sobre todo en aspectos reproductores y demográficos, facilitando el acceso a los métodos anticonceptivos y a una información elemental de anatomía (Alvizar, 1997, p.5).

A finales de los 80's el mundo se enfrentaba a una nueva amenaza: una enfermedad mortal que se encontraba estrechamente ligada a la vida sexual, el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA), propiciando cambios en las estrategias de prevención, estableciéndose a la educación como una de ellas.

De acuerdo al Programa para la modernización Educativa, en 1989, se realizan cambios en los programas oficiales de educación sexual de los niveles básicos y

educación media, ya que se introdujeron aspectos del desarrollo, afectivo, autoestima, relaciones personales, pubertad y reproducción humana a partir del 3er. Grado de primaria y aspectos de prevención del SIDA desde el 6° año de primaria (Alvizar, 1997. p.6).

3.6.2 PANORAMA ACTUAL DE LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LAS ESCUELAS SECUNDARIAS.

El programa para la Modernización Educativa (1989-1994), establece como prioridad la renovación de los contenidos, estrategias y métodos de enseñanza, la mejora de la formación de maestros y la articulación de todos los niveles educativos que conforman la educación básica.

En mayo de 1992, al suscribirse el Acuerdo Nacional para la modernización de la Educación Básica, la Secretaría de Educación Pública inició la última etapa de la transformación de los planes y programas de estudio de educación básica, siguiendo las orientaciones expresadas en dicho acuerdo.

Para 1993, La SEP a través de la Subsecretaria de Educación Básica, elaboró el programa de Orientación Educativa para el tercer grado de Educación Secundaria de acuerdo a la reforma del Plan de Estudios de 1993, donde establece la creación de las asignaturas "Orientación Educativa" y "Educación Ambiental" a partir del año escolar 1994-1995. Dicha asignatura presentaba un programa dividido en tres bloques:

- BLOQUE I: El adolescente y la salud.
- BLOQUE II: El adolescente y la sexualidad.
- BLOQUE III: El adolescente y la formación del trabajo.

Así el bloque II "El adolescente y la sexualidad", abordaba temas como los procesos de cambios en la sexualidad durante la adolescencia, la higiene en relación con la sexualidad, la sexualidad como forma de relación humana, aspectos emocionales

de sexualidad, el respeto a la integridad sexual de los otros, madurez emocional y relaciones sexuales, sexualidad y reproducción humana, el embarazo precoz y sus efectos personales y sociales, los métodos y recursos anticonceptivos, la maternidad y la paternidad precoz.

Siendo en este bloque en donde queda incluida esta investigación, la cual pretendía abordar valores como la libertad, la responsabilidad y autoestima de la educación sexual que se impartía en la asignatura de Orientación educativa.

El plan y programa del 2011, es el que orienta la práctica educativa de educación secundaria, y analizando dicho programa se observa que la educación sexual se estudia en primer año, en la asignatura de biología (unidad 2), pero es vista como un contenido solamente, en el que al finalizar las lecciones se espera que el adolescente:

- Argumente los beneficios de aplazar el inicio de las relaciones sexuales y de practicar una sexualidad responsable, segura y satisfactoria, libre de miedos, culpas, falsas creencias, coerción, discriminación y violencia como parte de su proyecto de vida en el marco de la salud sexual y reproductiva.
- Compare la eficacia de los diferentes métodos anticonceptivos en la perspectiva de evitar el embarazo en la adolescencia y prevenir ITS, incluidas VPH y VIH.

El plan y programa del 2017 “Aprendizajes clave” es el que actualmente rige la educación secundaria en el cual encontramos temas orientados a la educación sexual en la asignatura de Biología y Formación Cívica y Ética I y II, donde se abordan contenidos propios de la educación sexual integral.

3.7 LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA EN SECUNDARIA.

Se mencionaran las características del orientador y alguna de sus funciones, es importante mencionar que el orientador pretende acompañar a la formación de cada

sujeto y por ello, necesita tener un espacio laboral en el sistema educativo dentro de alguna institución o centro de educación.

Dentro de cada nivel educativo se necesita de un perfil determinado para cumplir con las funciones de la orientación e intervenga de acuerdo a las características de la población estudiantil.

De acuerdo con el Manual de Organización de la Escuela de Educación Secundaria (1981), el orientador educativo tiene como propósito colaborar en el desarrollo integral del educando, al favorecer la creación de actitudes para lograr una vida plena, equilibrada y constructiva en el ambiente escolar, familiar y social. Las funciones que desempeña el orientador educativo en secundaria son:

- Elaborar el plan anual de actividades de orientación educativa que se debe desarrollar, de acuerdo con el programa oficial vigente y con base en el análisis de los problemas de la escuela para someterlo a la consideración de la Dirección del plantel.
- Coordinar con los maestros, asesores de grupo, médicos escolares y trabajadores sociales, el desarrollo de los respectivos programas de acción que habrán de desarrollarse en el plantel.
- Coordinar sus actividades con el demás personal escolar, con el objeto de proporcionar sus servicios en forma integrada.
- Establecer comunicación constante con los padres o tutores de los alumnos y entrevistar, por lo menos, a aquellos cuyos hijos requieran atención especial.
- Prever las necesidades de materiales y equipo que se requieran para realizar su trabajo y solicitarlos a la Dirección del plantel.
- Realizar estudios y análisis psicopedagógicos de los alumnos, incorporando los datos resultantes a la información proporcionada por el médico escolar y el trabajador para integrar la ficha individual de cada educando.

- Aprovechar las fichas individuales y los demás elementos disponibles para prestar el servicio de orientación educativa en la forma más eficiente posible.
- Colaborar en la aplicación de la prueba de exploración.
- Participar en la clasificación de alumnos por turnos y grupos para su ubicación en la especialidad de educación tecnológica que corresponda.
- Promover con el personal docente la aplicación de técnicas de estudio dirigido en los procesos de aprendizaje.
- Participar en la promoción, organización y el desarrollo de campañas, actividades y agrupaciones de alumnos que contribuyan en el proceso formativo de éstos.
- Colaborar con el personal directivo en la organización de programas de actividades escolares y extraescolares de proyección comunitaria que favorezcan el desarrollo bio-psicosocial de los alumnos.
- Coordinarse con el trabajador social y el médico escolar, a fin de dar asesoría a los padres o tutores para que éstos atiendan con mayor eficiencia los problemas de los educandos.

Responsabilidades que tiene el orientador educativo en secundaria:

- Planear y desarrollar actividades de orientación educativa para los alumnos de la escuela y orientar a quienes requieran atención específica hacia las instituciones correspondientes.
- Mantener buenas relaciones con los alumnos y padres o tutores dentro y fuera de la institución.
- Orientar a los alumnos para que den solución a sus propios problemas.
- Mantener discreción en cuanto a la información que maneje.

- Facilitar a través de actividades de orientación, la adaptación del alumno al ambiente escolar y social.
- Participar en las reuniones técnico-pedagógicas o administrativas que promuevan las autoridades educativas.
- Asistir a los cursos de capacitación y actualización que realicen las autoridades educativas.
- Colaborar con el trabajador social y el médico escolar para ofrecer la adecuada orientación psicopedagógica a los alumnos.
- Participar en el Consejo Técnico Escolar.
- Participar en las comisiones que las autoridades educativas le confieran.
- Presentar, ante el personal directivo, los informes relacionados con el desarrollo de sus funciones.

Encontrar a un profesional de la orientación que reúna estos requisitos es de gran ayuda, pues la relación con los adolescentes en secundaria sería óptima y eficaz, sin embargo, es difícil encontrar a la persona que cumpla con todo lo mencionado, pero, hay que tener en cuenta que lo importante es que la persona que se comprometa a ser Orientador en secundaria se responsabilice con lo que esto conlleva y sobre todo sea un verdadero profesional absteniéndose de emitir juicios propios de valor, deberá mantenerse al margen de lo que para él o la sociedad es bueno o malo, necesita de la observación sin prejuicios para elaborar un diagnóstico, el cual le permita aplicar sus conocimientos de manera correcta y siempre para la mejora del adolescente. El orientador debe ser capaz de poder interactuar con el alumno, los docentes, los padres de familia o tutores, pues cualquier actividad que se relacione con ellos, debe estar clara en que es necesaria y para el bien del adolescente.

3.7.1 LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.

A lo largo de la historia se ha podido estudiar el comportamiento del ser humano y dentro de estos comportamientos se ha observado como el ser humano ha buscado ser ayudado y se ha esforzado en ayudar a los demás.

Teniendo en cuenta la evolución de la Orientación Educativa se le reconoce como una disciplina científica encargada de sistematizar el “proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar el desarrollo humano a lo largo de toda la vida” (Bisquerra, 1998, p.9).

La orientación surge a comienzos del siglo XX como actividad profesional institucionalizada, sin embargo, la orientación entendida como una relación de ayuda en las diversas problemáticas que el ser humano atraviesa a lo largo de su vida, es tan antigua como la misma humanidad, pues desde siempre, el hombre ha buscado ser ayudado y se ha esforzado también en ayudar a sus semejantes, creando así formas de ayuda para enfrentar sus problemas, liberar sus tensiones y tomar alguna decisión en alguna etapa de su vida.

Por su parte Rodríguez Moreno (1995) nos dice que “orientar es fundamentalmente guiar, conducir, auxiliar a un individuo a clarificar la esencia de su vida. La raíz de la palabra orientación (guidance) evoca conceptos de guía, gestión y gobierno, es decir, que para los padres y los sujetos que solicitan ayuda, el orientado es la persona que dirige o gobierna a los alumnos (ya sea que estén o no escolarizados) hacia ciertas finalidades o intenciones educativas y vocacionales”.

Con base lo anterior, se puede definir a la orientación como el proceso por el cual se le brinda apoyo y herramientas al individuo para hacer frente y resolver sus problemas (educativos, personales, emocionales) y pueda elegir entre varias opciones. Es la transmisión de criterios de valor que ofrecen alguna guía a las personas en la cuestión esencial de qué hacer con sus vidas.

3.7.2 LOS AMBITOS DE INTERVENCIÓN DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.

LA ORIENTACIÓN VOCACIONAL.

Para Sanchiz (2008) durante el siglo XIX una serie de acontecimientos de la filosofía imperante, otros surgidos como consecuencia de los avances científicos, médicos y de los movimientos sociales y económicos, prepararon el nacimiento de la orientación como disciplina formal aplicada inicialmente al campo vocacional profesional; entre los más relevantes Martínez González (1998) destaca los siguientes:

1. El *espíritu romántico* de la época con su defensa de la individualidad logró, en no pocas ocasiones, objetivar dicha individualidad y la unicidad del ser humano.
2. La influencia de algunos de los principios de la *teoría evolucionista* de Darwin propició el desarrollo de instrumentos para medir las diferencias individuales y de recursos con los que facilitar la adaptación de los sujetos a distintos ambientes y situaciones.
3. Los avances en *neurología* y *psiquiatría* permitieron la explicación de algunos trastornos mentales, la clasificación de los mismos como base para la posterior intervención, la valoración y uso de la anamnesis y la formalización de la entrevista estructurada.
4. Los avances de la *matemática* y la posibilidad de aplicarla al estudio del comportamiento humano propiciaron la aparición de la psicometría y de la pedagogía experimental.
5. La creciente necesidad de *eleva el nivel cultural* de los ciudadanos y de rentabilizar el trabajo hicieron que se desarrollaran técnicas para conocer las capacidades de los escolares y trabajadores, y que se tratara de adecuar a las mismas, tanto la oferta educativa, como el tipo de trabajo.

Para Parsons la orientación vocacional es la elección donde interviene tres factores: el autoanálisis (el sujeto se debe de conocer a si mismo), la información profesional

(conocer el mundo del trabajo). En lo general la orientación vocacional tiene que ver con los intereses y aptitudes del alumno el cual se adapta a un contexto que lo lleva a tomar decisiones respecto a una carrera profesional.

LA ORIENTACIÓN PROFESIONAL.

La naturaleza de la orientación profesional ha ido cambiando a través de las diferentes etapas del desarrollo de la humanidad, teniendo así una estrecha relación con los cambios sociales, el papel del trabajo en la sociedad y la forma en que el hombre concibe las distintas profesiones.

Al analizar los orígenes de la orientación profesional se pueden identificar dos etapas, que están estrechamente relacionadas con el desarrollo de las ciencias.

- Primera Etapa: Pre científica: Estuvo signada por formulaciones de tipo mágico, filosófico, antropológico y religioso generadoras de diferentes concepciones del hombre y de la organización social.

Dentro de esta etapa se distinguen varios momentos con sus especificidades:

1. La orientación profesional en el Mundo Antiguo.
2. La orientación profesional en la Edad Media.
3. La orientación profesional en la Época Moderna.

En el mundo Antiguo por tratarse la orientación profesional de una actividad cuyo carácter es esencialmente de ayuda, adoptó un carácter de transmisión de doctrinas de tipo filosófico. Existen referencias de que, en esa etapa, importantes filósofos tomaban discípulos a quienes orientaban sobre sus doctrinas. (Rosental, 1981). La idea de orientar el aprendizaje de oficios o profesiones fue ampliamente aplicada en la Edad Media, durante la cual la enseñanza de los oficios se realizaba directamente en el puesto de trabajo, no existían entonces las instituciones escolares aparte del taller. La función de orientar para el aprendizaje de los oficios se realizaba en pequeñas corporaciones en el seno de las ciudades de la época y a través de los maestros de oficios.

- **Segunda Etapa:** Surge la orientación profesional como una actividad científica, que se da a partir de una serie de condicionantes sociales y económicas: La industrialización, la escolarización, la revolución científica y el desarrollo del sistema capitalista de producción y de organización del trabajo. Esta etapa se ubica a finales del siglo XIX y se extiende hasta nuestros días.

La Orientación Profesional como proceso complejo de educación de la motivación profesional de la personalidad se inicia desde edades tempranas, transcurre durante la vida escolar y no culmina con el egreso del estudiante de la universidad. Ella se extiende durante toda la vida laboral y posibilita el continuo proceso de renovación de los intereses en el área de la profesión, posibilitando una reorganización sistemática de sus potencialidades para adaptarse a nuevas situaciones, sortear circunstancias adversas o ser creativos al solucionar problemas profesionales. (Llerena Companioni, 2011, pág. 37).

La orientación profesional abarca el estudio de las tareas en las empresas, específicamente implica un puesto o un trabajo, esto quiere decir que busca la colocación de cada sujeto en un puesto determinado, de acuerdo con sus aptitudes y necesidades. También se consideran elementos como el contexto en el que interactúa el sujeto, al igual que el contexto en el que se ha desarrollado su vida, pero sin olvidar las habilidades e intereses de este. Este tipo de orientación se les puede brindar en diversas ocasiones a las personas.

LA ORIENTACIÓN INCLUSIVA.

Sanchiz (2008) menciona que al inicio del siglo XXI se da el reclamo de la escuela inclusiva, la cual busca que todos tengan la oportunidad de formarse de manera plena en todos los ámbitos de su desarrollo. Mostrándose la necesidad de trabajar el autoconocimiento y autoestima, se refleja el interés por temas como la convivencia, la intervención familiar y socio-comunitaria, la salud y la atención a la diversidad.

LA ORIENTACIÓN DE LA PERSONA.

“Su objetivo es ayudar a los alumnos en su desarrollo personal y de modo más específico ayudarles a conseguir un conocimiento real de sí mismos con sus posibilidades y limitaciones, que les permita desarrollar estrategias para la prevención de problemas y, junto a ello una atención individualizada cuando se presentan alumnos con problemas emocionales o con necesidades educativas especiales”. (Anónimo, 2021).

El ámbito de intervención de la orientación educativa lo constituye el proceso de desarrollo socio-afectivo el cual se relaciona con la personalidad su desarrollo y su ajuste, las necesidades afectivas, motivaciones, conflictos y problemas en el contexto social.

3.7.3 LOS MODELOS DE INTERVENCIÓN EN LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.

Desde el marco de la orientación, el modelo se ha definido como la representación de la realidad del proceso de intervención (incluyendo el diseño, la estructura y los componentes esenciales), y que va a influir en los propósitos, los métodos y los agentes de dicho proceso (Álvarez & Bisquerra, 1997). Esta, entre otras definiciones, nos muestra cómo los modelos nos sirven de referencia para la acción orientadora.

Los modelos y enfoques de intervención de la orientación, van de acuerdo con el contexto donde se vaya a utilizar la orientación, trabajo, escuela, etc. Los modelos ayudan a encontrar ese equilibrio entre la teoría y la práctica ayudando así a definir la intervención que se realizará.

MODELO DE SERVICIOS.

Es aquel que se utiliza para ayudar a estudiantes que presentan problemas escolares o bien, psicosociales. La intervención en este modelo es directa de un equipo de profesionales sobre un grupo de sujetos que tienen una necesidad y demandan el servicio.

Entre las características de este modelo podemos mencionar que:

- La intervención es directa por parte de especialistas hacia un grupo de sujetos que presentan alguna necesidad o dificultad. Se centran en el problema y no tanto en el contexto
- Tiene un carácter externo, puesto que suelen estar localizados fuera de la institución educativa, y de carácter sectorial, es decir, están implantados en una zona en concreto.
- La intervención es correctiva con carácter terapéutico más que preventiva. Se centra en las necesidades y dificultades concretas de los alumnos.
- Actúa prioritariamente por funciones en mayor medida que por objetivos.
- Las funciones del especialista en orientación (generalmente marcadas por la Administración) son principalmente la evaluación, diagnóstico y asesoramiento psicopedagógico, información de itinerarios académicos y profesionales, apoyo a la integración y diseño y puesta en práctica de las adaptaciones curriculares y atención a la diversidad, entre otras.

Algunas ventajas que ofrece el modelo por servicios es que destaca la posibilidad de información a los agentes educativos, la colaboración entre profesionales y la comunicación del centro educativo con el resto de los servicios de la comunidad. No obstante, existen algunas limitaciones y dificultades para poner en práctica el modelo de servicios (Vélaz de Medrano, 1998; Cano González, 2013) tales como: su escasa conexión con la institución educativa; la ausencia de contextualización de los problemas y las intervenciones; la amplitud de funciones, (predefinidas de antemano por la administración); las limitaciones de tiempo, horario y recursos

humanos para desarrollar sus funciones; las actividades se limitan en ocasiones al diagnóstico mediante test psicométricos; su enfoque es, básicamente, remedial y terapéutico y; la poca coordinación y profundidad en la relación entre los profesionales.

MODELO DE PROGRAMAS.

Se entiende por programa toda actividad preventiva, evolutiva, educativa o remedial. Un modelo de programas es un modelo planificado y sistematizado que se aplica a un contexto determinado. Se diseña a partir de la detección de necesidades y se aplica con el objetivo de obtener resultados concretos.

Por su parte, Álvarez, Riart, Martínez y Bisquerra (Bisquerra, 1998, p.85) definen el programa como una “acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr unos objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias”.

Así pues, todo programa implica actividades planificadas, las cuales deben encontrar su fundamento en teorías previamente desarrolladas. La aplicación de un programa debe ser colaborativo y abierto a diferentes contextos, donde la finalidad es dar respuesta a las necesidades que ya fueron previamente detectadas.

Algunos de los elementos de todo programa son los enlistados a continuación:

- Ha de basarse en la detección de necesidades.
- Ha de dirigirse a lograr los objetivos que cubrirán las necesidades detectadas.
- Toda actividad debe ser planificada previamente.
- Las actividades deben ser evaluadas.

MODELO POR COUSELING.

Al modelo clínico también se le conoce como modelo de counseling o relación de ayuda. Los inicios de este modelo son concretados en Repetto (2002) en tres hechos decisivos en Estados Unidos: en primer lugar, la creación del primer puesto de asesor para la atención de problemas de tipo psicológico-vocacionales de las personas veteranas de la segunda guerra mundial, en segundo lugar, la creación de la división de “Orientación y consejo/asesoramiento” dentro de la Asociación Americana de Psicología (APA) y; en tercer lugar, la importante influencia de las aportaciones del psicólogo Carl Rogers, quien fuera el propulsor de este modelo, y que con la publicación de su obra *Counseling and Psychotherapy* (1942) indicó que el centro de atención del asesoramiento se debe centrar exclusivamente en la persona y no en el problema.

Rogers es quien se da cuenta de la necesidad de cambiar toda medida curativa por medidas preventivas y de hacer tratamientos teniendo en cuenta el entorno físico y psicológico del individuo. Recalcó la necesidad de ayudar a los clientes (paciente, orientado, etc) a que se enfrenten mejor con su situación a través de las entrevistas y de las técnicas del consejo y la psicoterapia.

Por su parte Rodríguez Espinar et al. (1993) el counseling es una modalidad de intervención psicopedagógica fundamentada en la relación personal como única alternativa, que se caracteriza por una comunicación diádica entre orientador y orientado. En este sentido, las cuatro demandas que debe tener una definición de consejo profesional son las siguientes:

- “Ha de ser un servicio de ayuda hecho por una persona profesionalmente preparada para aconsejar.
- Debe tener la intención de influir en la conducta de aquella persona que busca ayuda para planificar, decidir o para satisfacer sus relaciones interpersonales.

- Debe inducir hacia el perfeccionamiento y el cambio de esa persona.
- Debe usar la relación personal individualizada y las técnicas verbales, que habrán de basarse en los descubrimientos científicos del conocimiento de la conducta humana en general y en la naturaleza del cambio de conducta a través del consejo en particular” (Rodríguez Moreno, 1995, p. 133-134)

Asimismo, esta misma autora expone que la orientación clínica se apoya de test psicológicos, técnicas clínicas y diagnosis analíticas para que el orientador pueda determinar y eliminar los problemas de sus clientes. El modelo clínico se concreta en la entrevista como un procedimiento característico para afrontar la intervención directa e individualizada. Aunque tiene un carácter claramente terapéutico, también puede tener una dimensión preventiva y de desarrollo personal. Toda entrevista supone un proceso de comunicación, porque se basa en una relación interpersonal, propiamente programada, facilitando así el crecimiento personal de la persona entrevistada. Actúa básicamente en los niveles cognitivos y emocionales del sujeto, produciendo un cambio conductual.

Las fases que, según Bisquerra (1998:71) caracterizan este modelo son:

1. Inicio y estructuración de la relación de ayuda: La iniciativa de solicitar ayuda surge del cliente (también pueden ser familiares, tutores, profesores, etc.) y se caracteriza por el establecimiento de una relación apropiada entre orientador y cliente, con un buen rapport o clima que favorece la libre expresión de sentimientos del cliente.
2. Exploración: En el modelo clínico es habitual realizar algún tipo de diagnóstico, clarificando la situación del sujeto. Conviene averiguar las experiencias, vivencias, sentimientos, percepciones del cliente con respecto a las situaciones expuestas.

3. Tratamiento en función del diagnóstico: Se establecen planes de actuación, que, tras una relación de ayuda (en el sentido rogeriano) han de partir del propio cliente. Es él quien ha de decidir el cambio y la dirección del mismo. De ningún modo ha de ser el orientador quien diga qué camino debe seguir o qué cambios deben producirse. Se potencia el autoconcepto, la autoaceptación y la autoestima.
4. Seguimiento y evaluación: Se realizan los planes establecidos y se procede a evaluar el efecto de la acción.

Por otra parte, Sampascual, Navas y Castejón (1999) resumen las características principales de la intervención que presenta este modelo en tres: carácter asistencial y terapéutico, preferentemente externa situándose fuera del proceso educativo y, directo e individual.

Ciertas necesidades que reclaman la intervención del orientador hacen necesario este modelo, pero su uso exclusivo resulta inadecuado por ser insuficiente, debiendo entenderse el consejo o counseling como complemento imprescindible a la acción orientadora grupal (Rodríguez Espinar et al., 1993).

MODELO POR TECNOLOGIAS.

Este modelo implica principalmente el uso de las tecnologías y los recursos tecnológicos, sistemas multimedia y programas de orientación por ordenador y el correo electrónico como elementos de la acción orientadora. Según Rodríguez Moreno (1995, p.19) el “modelo tecnologizado, con procedimientos informatizadores, técnicos de aprovechamiento de los recursos multimedia, motiva hacia la auto orientación, el autodidactismo y la simplificación de las relaciones tutor/alumno, orientador/ orientado, empresa/obrero, institución/sociedad”. Por tanto, el rol y las tareas desempeñadas por los orientadores, se ven reconfiguradas en este tipo de modelo.

Por su parte, para Álvarez González (1995) el modelo tecnológico sería más bien un complemento del trabajo del orientador. De igual modo, Solé (1998) y Vélaz de Medrano (1998) consideran que el modelo tecnológico solo sería un modo de llevar a cabo la intervención orientadora desde los diferentes modelos clásicos de orientación.

Siguiendo esta línea de las tecnologías se pudiera afirmar que, en el área de la orientación los medios tecnológicos pueden emplearse como recurso para el desarrollo personal, académico y profesional, en los procesos de toma de decisiones, en los itinerarios educativos, en la adaptación de materiales y recursos curriculares para personas con necesidades especiales, entre otras; a través de programas de orientación asistidos por ordenador auto aplicables y comprensivos, los sistemas multimedia, el teléfono, Internet y/o correo electrónico, y los medios de comunicación de masas (prensa escrita y digital, radio y televisión).

Con el modelo tecnológico podemos disponer de unos sistemas de orientación mucho más participativos, interactivos, motivadores, fácilmente adaptables a personas especiales. Cabe mencionar que en los últimos años se han elaborado diferentes programas informáticos relacionados específicamente con la orientación vocacional y profesional (SIOP, PIP, SIFO, INSERPRO, SAVI-2000, etc.).

No se afirma que la figura del orientador o especialista se esté o se haya sustituido por los medios tecnológicos, sino que se trata de un recurso más a utilizar por este profesional, actuando como asesor y coordinador de proceso de intervención orientadora, (algo así como lo que se vive en la educación a distancia por motivos de confinamiento) con apoyo de estos nuevos sistemas y estrategias. De acuerdo con esto, el orientador puede emplear nuevas metodologías que implican la utilización de medios tecnológicos para hacer más eficaz la intervención psicopedagógica.

3.8 EL PAPEL DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA EN EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA.

Hay que recordar que la sexualidad se hace presente durante toda la existencia humana, pero en la adolescencia es donde se vive y se manifiesta de una manera más significativa y diferente a como se expresa en las otras etapas evolutivas del sujeto. En la etapa de la adolescencia surgen períodos de sensaciones e impulsos de tipo sexual que se encuentran relacionados con los cambios biológicos que enfrentan todos los sujetos cuando pasan por esta etapa. Los cambios hormonales que presentan los adolescentes provocan que este tenga deseos y fantasías eróticas, que se quiera obtener y sentir un placer físico a través del mismo cuerpo y del cuerpo de otros, especialmente de la persona por la que se siente atraído(a). Estas sensaciones generalmente toman por sorpresa al adolescente llenándolo de angustia, temor, incertidumbre y obviamente de confusión si no se tiene la información necesaria para comprender lo que está pasando, sintiendo y experimentando, así mismo esta falta de información que acecha a los y las adolescentes genera que tomen decisiones que pueden ponerlos en una situación de riesgo, es por eso que se debe tomar a la orientación como un campo de intervención en secundaria.

La sexualidad tiene dos dimensiones una es la concepción que es una construcción social y otra el desarrollo biológico [...] que se mantiene desde el instante de la concepción hasta la muerte. Por este motivo, se necesitan conocimientos claros y precisos que la fortalezcan y permitan su potencialización de forma integral durante las diversas etapas evolutivas de las personas. Uno de los sectores profesionales que en la actualidad tiene la tarea de abordar esta dimensión en las nuevas y viejas generaciones es el colectivo orientador (Fallas, 2009, p. 54).

Las y los orientadores deben contar con los conocimientos adecuados y los insumos acordes con sus propias demandas y las de sus educandos; requiere tener en cuenta las necesidades del entorno social para responder de manera adecuada a las exigencias de brindar a las nuevas generaciones, una formación en la dimensión de la sexualidad humana con carácter científico, significativo y profesional, para que

los vínculos afectivos y sexuales adquieran niveles de funcionalidad adecuados, así como una educación sexual bien cimentada y libre de sesgos, tanto conceptuales, actitudinales, como procedimentales (Fallas, 2009, p.54).

El papel del orientador en la educación sexual es fundamental, puesto que, en la fase de la juventud, los y las adolescentes afrontan diferentes cambios, entre los cuales se hallan los físicos y emocionales que llegan a provocar confusiones, y es en esta etapa, que ellos buscan información. Por lo que, el orientador podría ser un soporte para los y las estudiantes.

El orientador será el encargado de brindarles la información adecuada, por lo que deberá disponer de conocimientos claros, exactos, de recursos idóneos para cubrir las demandas de sus estudiantes, una formación en la dimensión de la sexualidad y una educación sexual correctamente cimentada, de igual manera tendrá que conocer las diferentes teorías y modelos de sexualidad y de la enseñanza sexual, así como las secuelas que conlleva posicionarse en uno u otro modelo.

La orientación será un recurso de gran ayuda que permitirá abordar de manera adecuada el tema de sexualidad pues, a lo largo de la historia, éste suele ser polémico y complejo de comprender tanto para estudiantes como para padres de familia.

La orientación educativa debe ayudar a los y las adolescentes a afrontar algunos desafíos generados en torno a la comprensión de una sexualidad responsable y donde este ubica los siguientes conflictos: los embarazos en la adolescencia, la identidad de género, la interrupción del embarazo, las enfermedades de transmisión sexual, las cuestiones del placer y el deseo, etc.

Para García (2013) “La práctica pedagógica indica la necesidad de estructurar la orientación educativa desde una posición integradora que responda a las demandas de los contextos de actuación en los que se desarrolla la vida de los y las adolescentes”.

3.8.1 LAS FUNCIONES DEL ORIENTADOR Y DEL TUTOR

EL PAPEL DEL ORIENTADOR.

El papel del orientador es importante en la educación básica, pues, éste contribuirá con la formación del alumno. Éste deberá contar con ciertas características; por ejemplo:

- Analizar los casos de los alumnos que se presenten de manera grupal o individual.
- Tener la capacidad de crear programas y actividades que se adecuen a las necesidades que los alumnos presenten.
- Tener la facilidad de interrelacionarse con los alumnos, sus profesores y los padres de familia.
- El orientador debe ser una persona amable, cordial, que busque indagar en las experiencias, habilidades, aptitudes, conflictos y confusiones del alumno, con el objetivo de guiarlo de la mejor manera posible.

Entre otras, éstas son algunas de las características que el orientador debe tener, por el contrario, algo que se debe explicar es que no se obtendrá una decisión concisa en un momento urgente, pues, el orientador es un soporte que únicamente por medio de estrategias podrá plantear determinadas soluciones para el estudiante, debido a que, este último será quien debe tomar las decisiones.

FUNCIONES DEL ORIENTADOR.

El orientador asume funciones de diagnóstico de las dificultades de aprendizaje, asesoramiento al profesorado y a la familia, y desarrollo, en general, de actividades de orientación educativa, personal y vocacional". (Ruíz, 2008, p.33)

La primer función del orientador es el diagnóstico, dicha función busca explorar a los escolares y al contexto con el objetivo de ayudarles a sí mismos resolviendo sus problemas y predecir sus posibilidades educativas, se encarga de diferentes áreas como la biológica (le interesa saber sobre disfunciones o enfermedades que afecten

la conducta o el rendimiento), la psicológica (conocer características cognitivas y de personalidad), la psicopedagógica (conocer la trayectoria escolar del alumno, dominio de técnicas instrumentales de aprendizaje) y la ambiental contextual (conocer el contexto escolar, familiar y social).

La segunda es el asesoramiento cuyo objetivo es ayudar al alumno a conocerse así mismo para la facilitación de la toma de decisiones, aquí se abarca tres dimensiones: la escolar, profesional y vocacional y la personal. En el ámbito escolar se encarga de ofrecer ayuda para ampliar un conocimiento que el alumno tiene de sí mismo, sus características y posibilidades. La dimensión profesional y vocacional busca asesorar sobre programas de orientación profesional y vocacional para que los alumnos puedan tomar decisiones sobre sus estudios y profesiones de acuerdo con sus habilidades. Por último, la dimensión personal ayuda a los alumnos a que consigan un desarrollo constructivo, de su personalidad, algún ajuste o adaptación escolar, familiar y social.

En esta última dimensión existen dos funciones que debe realizar el orientador, la primera es una atención individualizada la cual se aplica cuando los alumnos tienen problemas emocionales o necesidades especiales, y la segunda se hace referencia a la convivencia ideando programas y actividades de orientación que buscan el desarrollo de actitudes y habilidades comunicativas.

Concluyendo que la función de asesoramiento se refiere a ser un consejero, el cual ofrece ayuda pero el único que es responsable de sus decisiones es el alumno. Con lo ya mencionado es necesario tener en cuenta que la labor de un orientador va más allá de castigar una acción que se considera inapropiada o bien va más allá de elegir que estudiar y en dónde. La presencia del orientador es fundamental en el proceso educativo y en el nivel básico (Secundaria) no es la excepción, su formación le permite enfrentarse a las situaciones, conflictos e inquietudes que tienen los adolescentes en esta etapa y no solo en lo escolar, sino en todas las situaciones que contrae el ser adolescente.

El adolescente se encuentra en un proceso de desarrollo y crecimiento, por lo que necesita de un guía, de una persona en la que pueda confiar y externar sus dudas o sentimientos sin que se sienta juzgado o incomprendido, como suele suceder en

la relación que establece con sus padres o profesores, pues necesita del acompañamiento que el profesional de la orientación le puede brindar.

FUNCIONES DEL TUTOR.

Las funciones de la acción tutorial a partir de lo que nos menciona la LOGSE, se caracterizan por dirigirse a toda la comunidad estudiantil de todos los niveles, teniendo en cuenta las necesidades educativas, adecuándose a los diferentes agentes implicados de la comunidad estudiantil como lo son los alumnos, el profesorado y familiares, y viéndose concretadas en el curriculum y en las programaciones del aula.

Sanchiz (2007) menciona que “Las funciones generales del tutor se ordenan en torno a tres polos de referencia:

- Alumnado: con respecto a éste, las funciones persiguen, en síntesis, fomentar la integración de cada estudiante en el grupo y en el aula, contribuir a la personalización del proceso de enseñanza y aprendizaje y potenciar el proceso de maduración vocacional.
- Familias: el tutor debe contribuir a la conexión entre éstas y el centro, a fin de implicar a los familiares en la educación de sus hijos.
- Profesorado: con relación a los profesores las funciones se centran en la coordinación de la programación y la evaluación, posibilitando líneas de actuación comunes.

3.8.2 LA TEORÍA DE TOMA DE DECISIONES

Este enfoque está encargado de realizar un análisis respecto a la toma de decisiones, vocacional y profesional por medio de las teorías cognitiva y conductista. De igual manera, intenta explicar la conducta vocacional por medio de una perspectiva ambientalista.

El modelo más destacado que se encuentra en esta teoría es el modelo de aprendizaje social de Krumboltz, es considerado por diferentes autores como un modelo basado en la toma de decisiones, mientras que Sebastián Ramos constituye al modelo como un enfoque global que se basa en el aprendizaje social.

A pesar de los diferentes puntos de vista de los autores, el modelo de Krumboltz analiza e intenta reconocer el impacto de los factores contextuales a los que se pueden enfrentar los individuos en la toma de decisión sobre su profesión.

De acuerdo con el autor, existen cuatro influencias básicas recibidas por las personas y que influyen para su toma de decisión: los factores genéticos y las aptitudes especiales, los factores relacionados con las condiciones medioambientales, las experiencias de aprendizaje y las aptitudes o destrezas de aproximación a una tarea.

Krumboltz propone siete fases, ya que, defiende la enseñanza sistemática de la toma de decisiones por parte del profesional de la orientación:

1. Definir el problema del modo más adecuado y preciso.
2. Examinar los valores personales, intereses y habilidades.
3. Proporcionar una variedad de alternativas.
4. Recoger la información necesaria para cada alternativa.
5. Determinar qué fuentes de información son fiables y realistas.
6. Organizar e iniciar la secuencia de conductas para la toma de decisiones.
7. Generalizar el proceso de toma de decisiones a nuevos problemas.

Kelly, desarrolló una teoría de los constructores personales, de la cual desglosa la línea constructivista en la orientación y asesoramiento profesional. Todo individuo percibe mediante de un filtro de construcciones mentales al mundo, es decir, cada persona basada en sus pensamientos, en su experiencia e interacción con los otros visualizará a su manera el mundo. El papel de la orientación será brindarle ayuda al sujeto para que estas construcciones sean articuladas de la mejor manera posible y aprendan a observar si sus construcciones son favorables o no en relación con sus objetivos establecidos.

CAPÍTULO IV: TRABAJO DE INTERVENCIÓN.

4.1 REPORTE DE LA INVESTIGACIÓN DE CAMPO.

La investigación de campo se llevó a cabo con estudiantes de tercer grado pertenecientes a la Escuela Secundaria Diurna N°107 “Xochimilco”, durante un mes.

Consistió en un taller de 5 sesiones de 100 min cada una, con los seis grupos de tercer grado (del A al F), con una matrícula de entre 30 a 35 estudiantes por grupo.

El taller fue diseñado con base en los contenidos de educación sexual (**anexo 1**) del libro Vida Saludable (Libro de Salud Integral para casi jóvenes. Editorial SEP, 2020) de educación secundaria, mismo que no se utilizaba en la escuela a la que asistimos debido a que no había un profesor asignado para impartir ese contenido y además de ser un contenido que pertenece a las materias de autonomía curricular, por lo tanto, no está contemplado en la evaluación que se les hace a los y las estudiantes.

La población estudiantil se encuentra entre los 14 y 15 años de edad, en su gran mayoría son hombres.

4.2 SISTEMATIZACIÓN DE LOS RESULTADOS.

A lo largo del taller aplicamos distintos instrumentos que nos permitieron conocer de manera individual a los estudiantes, el primer instrumento que utilizamos fue un cuestionario diagnóstico el cual nos permitió identificar sus conocimientos previos en temas de sexualidad, detectando que sus conocimientos eran mínimos en la mayoría de ellos a pesar de que comentaban que “lo sabían todo” y que no necesitaban saber más.

Se trabajaron actividades que permitieron a la población estudiantil recordar y repasar los conocimientos previos en temas de sexualidad, así como compartir sus experiencias y crear vínculos con los aprendizajes que obtenían de cada sesión.

En las actividades donde hubo menos participación, consideramos que fue debido a falta de conocimiento, por pena al hablar del tema ya que algunos o algunas lo consideraban algo privado o por indiferencia lo cual generaba actitudes de burla, de falta de atención, y los llevaba a susurrar entre ellos.

Por otro lado, hubo actividades que fueron bien recibidas por la mayoría de los grupos y en la que la participación se volvía más activa, un ejemplo es el contenido de la comunidad LGBTTTIQ+ que al ser un tema reciente les genera más interés y comodidad al hablar de ello. Además, hay estudiantes que tienen una identidad ya definida diferente a la heterónorma y una orientación sexual diferente a la heterosexual.

Nosotras trabajamos el taller con seis grupos de tercer grado de secundaria los cuales tenían entre 30 a 35 alumnos/as cada uno, en esta muestra podemos decir que los conocimientos sobre sexualidad de un 85% de la población se enfocaba únicamente en temas de métodos anticonceptivos, ETS (conociendo únicamente VIH-SIDA y Herpes), embarazo y reproducción, mientras que el otro 15% incluía temas de identidad de género, placer, orientación sexual, conocimiento de su cuerpo, etc.

Para la investigación consideramos sumamente importante determinar lo que significa la sexualidad para las y los adolescentes (y que escribieron en el instrumento diagnóstico), ya que debido a estas respuestas podríamos basarnos en el concepto que tienen sobre el término sexualidad. Si bien existe una concepción basada en que la sexualidad son aquellos cambios que se presentan en su cuerpo, las relaciones sexuales y las diferencias entre ser hombre o mujer.

Algunas de las respuestas que rescatamos del instrumento son las siguientes:

Estudiante masculino de 3°A: la sexualidad es para mí cuando 2 personas se aman.

Estudiante masculino de 3° A: la sexualidad para mí es tener relaciones sexuales.

Estudiante femenino de 3°A: La sexualidad es conocer de tu cuerpo y las relaciones sexuales.

Estudiante femenino de 3°B: La sexualidad es con quien tener relaciones.

Estudiante no binario de 3°B: La sexualidad es conocer lo que está sucediendo con mi cuerpo.

Estudiante masculino de 3°B: La sexualidad es placer en mi cuerpo.

Estudiante femenino de 3°C: Es todo lo que tiene que ver con el ser humano.

Estudiante masculino de 3°C: La enseñanza de los aparatos reproductores ¿Qué son y para que sirven?

Estudiante masculino 3°C: Es un acto donde hay relaciones sexuales.

Estudiante femenino de 3° D: La sexualidad para mí es tener intimidad con otra persona.

Estudiante masculino de 3°D: Para mí es solo información que me ayuda a saber que me pasa.

Estudiante femenino de 3°D: La sexualidad para mí es saber sobre nuestros gustos y orientación sexual.

Estudiante masculino de 3°D: Significa poder saber si un humano es hombre o mujer.

Estudiante femenino de 3° E: La sexualidad para mí es disfrutar mi cuerpo con alguien más.

Estudiante masculino de 3° E: La sexualidad para mí es el amor hacía mí y hacía otra persona.

Estudiante femenino de 3°E: La sexualidad para mí es una parte muy importante e íntima en nuestra vida que es importante de saber.

Estudiante no binario de 3°F: Depende, si hablan de tener relaciones sexuales es el instinto de procrear, pero también puede ser la manera de distinguir el género.

Estudiante masculino de 3°F: Algo que nos identifica como hombre o mujer.

Estudiante femenino de 3°F: Para saber que está bien y que está mal con mi cuerpo.

Lo que más se menciona en estas respuestas y en la mayoría esta relacionado con las relaciones sexuales, el cuerpo humano y el género, ya que es la concepción que la mayoría de los y las adolescentes tienen sobre sexualidad.

Posteriormente hacemos mención de los resultados obtenidos en la categoría: COMUNICACIÓN.

La comunicación que las y los adolescentes mencionan que tienen con sus padres o madres acerca de temas de sexualidad varía, en algunos casos es descrita como buena, en otros tantos como inexistentes. Así mismo mencionan que la información que tienen de temas sexuales en ocasiones se las ha proporcionado por parte de su madre o padre.

Estudiante masculino de 3°A: He recibido información sexual de mi papá.

Estudiante masculino de 3°A: La información recibida sobre sexualidad ha sido por mi papá.

Estudiante masculino de 3°B: La información recibida de sexualidad ha sido de mi padre.

Estudiante femenino de 3°B: La información que he recibido de sexualidad ha sido de mi mamá y un poco de mi papá.

Estudiante masculino de 3°C: La información que he recibido es de mi papá y de mi mamá.

Estudiante masculino de 3°C: He recibido información por parte de mi familia.

Estudiante femenino de 3°C: La información que he recibido es por parte de profesores.

Estudiante femenino de 3°D: He recibido información de mi hermano, mi mamá y una tía.

Estudiante masculino de 3°D: La información que he recibido ha sido por parte de mis familiares.

Estudiante femenino de 3°D: He obtenido información de libros e internet.

Estudiante masculino de 3°E: He recibido información de mis padres y maestros.

Estudiante femenina de 3°E: He recibido información de mi hermano y de algunas pláticas.

Estudiante femenina de 3°E: La información que he recibido ha sido de mi mamá principalmente, pero a veces de mi prima o maestros.

Estudiante femenino de 3°F: La información que he recibido es por parte de mi mamá y mi abuelita.

Estudiante masculino de 3°F: La información que tengo es por parte de mis profesores.

En este listado podemos observar que por lo general los estudiantes hombres de nuestra investigación reciben información sexual de su figura paterna, mientras que las adolescentes mujeres la reciben de su figura materna, y afirmando que si hablan de temas sexuales con su madre, padre o tutor. Por otra parte, encontramos pocos casos en los que se expresa que la información que recibieron de sexualidad fue por una figura educativa (Maestros/as):

Estudiante masculino de 3°A: De quien he recibido información ha sido de un maestro, este mismo estudiante menciona que no habla de temas de sexualidad con su padre, madre o tutor.

Estudiante masculino de 3°B: He recibido información sobre sexualidad en la escuela, un poco con mi papá. Este mismo estudiante menciona que solo en ocasiones habla de temas de sexualidad con su padre, madre o tutor.

Estudiante femenino de 3°C: Menciona que la información que ha recibido es por parte de sus profesores, ya que no tiene la confianza para hablar con sus padres del tema.

Estudiante masculino de 3°D: He recibido información de mis maestros porque a mis papás casi siempre evitan el tema y quiero conocer más sobre los cambios que me pasarán.

Estudiante femenino de 3°E: He recibido cierta información de mis maestros porque con algunos puedo platicar o preguntarles, pero lo que me da pena preguntar o me quedo con dudas lo busco en internet.

Estudiante masculino de 3°F: La información que tengo sobre sexualidad la he recibido por parte de los profesores, ya que rara la vez puedo hablar con mis padres de sexualidad ya que siempre evaden el tema.

Por otra parte, al preguntarles sobre si la información recibida en la escuela ha sido suficiente rescatamos lo siguiente:

Estudiante femenino de 3°A: No, porque no dicen como tal lo importante.

Estudiante masculino de 3°A: No creo.

Estudiante no binario de 3°A: Pues no mucho si soy sincera, bueno en mi escuela no se hablaba mucho sobre eso.

Estudiante femenino de 3°B: Realmente no.

Estudiante masculino de 3°B: No.

Estudiante masculino de 3°B: En la escuela NO nos enseñan nada de sexualidad.

Estudiante femenino de 3° C: Yo creo que sí.

Estudiante masculino de 3°C: Si, nos enseñan como podemos prevenir enfermedades, embarazos y cómo cuidarnos.

Estudiante femenino del 3°C: Es un poco, ya que no todo es de mucha ayuda, hay algunos temas sexuales que no tocan.

Estudiante femenino de 3°D: No es suficiente la información que he recibido porque solo nos hablan de lo básico.

Estudiante femenino de 3°D: No ha sido suficiente información porque la maestra de vida saludable no nos habla de eso y a veces nos saca al patio.

Estudiante masculino de 3°D: No tengo mucha información porque casi la secundaria la pase virtualmente por la pandemia y lo que sé, lo aprendí en casa.

Estudiante femenino de 3°E: No es suficiente el tema porque en la escuela no recuerdo haber hablado de él.

Estudiante femenino de 3°E: No es suficiente información porque algunos maestros tienen tabús.

Estudiante masculino de 3°E: Si me han dado información, pero podrían darme más, no solo lo básico.

Estudiante masculino de 3°F: Si, porque nos han enseñado lo básico que se debe de saber.

Estudiante femenino de 3°F: No, solo lo básico (métodos anticonceptivos).

Estudiante Femenino de 3°F: No tanto porque solo nos han hablado sobre los métodos anticonceptivos.

Las y los adolescentes que escribieron que no, son la mitad de nuestra muestra estudiantil, la otra mitad dijo que si ha recibido información suficiente sobre educación sexual, pero al preguntarles si sabían que son sus zonas erógenas, la masturbación y los orgasmos, la mayoría contesto que no, haciéndonos pensar que entonces no había sido suficiente la información brindada o por sus respuestas rescatamos que la educación sexual de la escuela se basa en aparatos reproductores, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual.

Estudiante masculino de 3°A: No sé qué es una zona erógena, pero el orgasmo es algo que necesitamos para vivir y la masturbación ni idea, no la práctico.

Estudiante femenino de 3°A: No sé qué es una zona erógena ni que es el orgasmo, pero la masturbación es algo que es necesario.

Estudiante femenino de 3°B: no sé qué es una zona erógena, pero el orgasmo es la satisfacción que se crea y la masturbación es una satisfacción, maravillada con eso (y un corazón).

Estudiante no binario de 3°B: No sé qué es una zona erógena y lo qué es un orgasmo no lo sé explicar, por otra parte, la masturbación es una exploración de tu cuerpo.

Estudiante femenino de 3°C: No sé qué es una zona erógena, y la masturbación creo que no está mal.

Estudiante masculino de 3°C: La masturbación es algo normal.

Estudiante femenino de 3°C: No sabría explicar que es un orgasmo y creo que la masturbación es una forma de explorar tú cuerpo.

Estudiante masculino de 3°D: No sé qué es una zona erógena, sé que un orgasmo es una sensación y reacción del cuerpo humano. Pienso que la masturbación no es buena y tampoco mala, solo algo que se debe controlar.

Estudiante femenino de 3°D: No sé qué es una zona erógena y sobre la masturbación pienso que se debe hacer bajo la responsabilidad de uno y con los cuidados.

Estudiante femenino de 3°D: No tengo nada información sobre lo que es un orgasmo ni una zona erógena. Y de la masturbación pienso que está bien, si estás de acuerdo.

Estudiante femenino de 3°E: Para mí un orgasmo es cuando estás teniendo relaciones y al momento de terminar se te sale un liquido, de la masturbación creo que es cuando empiezas a conocer tu cuerpo y saber que te satisface.

Estudiante femenino de 3°E: No sé qué es una zona erógena, del orgasmo pienso que es cuando llegas al punto máximo de placer en el acto.

Estudiante masculino de 3°E: No tengo idea de que es una zona erógena. Del orgasmo pienso que es sentir placer excesivo al tener contacto con una persona que te atrae mucho y de la masturbación pienso que está bien porque así se pueden dar placer.

Estudiante masculino de 3°E: Yo entiendo que un orgasmo es un organismo sin salir de los genitales, pero no sé qué es una zona erógena.

Estudiante no binario de 3°F: La masturbación es buena mientras no sea en exceso.

Estudiante femenino de 3°F: No sé qué es una zona erógena.

Estudiante femenino de 3° F: Un orgasmo es un placer que se provoca en la relación sexual.

Al preguntar sobre ¿Qué piensan de enviar fotografías mostrando alguna parte de su cuerpo a amigos o pareja? La mayoría respondió que no, que es malo porque no sabes que harán con el contenido y que deben de respetar su cuerpo, por otro lado, también hubo quienes pusieron que es algo normal mientras exista la confianza con la pareja y se haga por voluntad propia.

Estudiante femenino de 3°A: esta mal y bien, yo digo.

Estudiante masculino de 3°A: Pues es algo que podría o no tendría explicación.

Estudiante femenino de 3°A: Siento que no tiene nada de malo, pero tampoco hay que hacerlo con cualquier persona.

Estudiante masculino de 3°B: Muy mala educación.

Estudiante femenino de 3°B: Ellos pueden hacer lo que quieran con su cuerpo dependiendo si está mal o bien.

Estudiante femenino de 3°B: No se me hace malo, sólo es malo mandárselas a las personas incorrectas.

Estudiante masculino de 3°C: Que está bien depende de la parte que se envíe.

Estudiante femenino de 3°C: Yo digo que está mal porque muchas veces no sabemos si te pueden hacer algo.

Estudiante femenino de 3°C: Creo que está mal porque no sabes el riesgo de mandarlas.

Estudiante masculino de 3°D: Pienso que es algo malo porque te debes dar a respetar y eso es algo privado.

Estudiante femenino de 3°D: Pienso que si le mandas algo a alguien es bajo tu responsabilidad y porque le tienes confianza.

Estudiante masculino de 3°D: Pienso que está bien porque cada quien hace lo que quiera con su cuerpo.

Estudiante femenino de 3°E: Que debe ser con precaución y con una persona en la que en verdad confíes.

Estudiante masculino 3°E: Pienso que es una responsabilidad muy grande el que las tenga, se debe tener una confianza grande y pensar muchas cosas antes de mandarlas.

Estudiante femenino de 3°E: Las puedes mandar, pero asumiendo la responsabilidad.

Estudiante femenino de 3°F: Te puedes poner en riesgo que te suban a las redes sociales y te pueden amenazar.

Estudiante femenino de 3°F: Nunca lo haría tengo que respetar mi cuerpo.

Estudiante masculino de 3°F: Está bien mientras te sientas bien y sea por tu voluntad.

A través de la actividad “Yo me enamoraría de una persona que...”, debían describir las características de su pareja ideal y rescatamos que más de la mitad de los y las estudiantes priorizaban el aspecto físico ante otras características como los buenos tratos o la responsabilidad afectiva.

Estudiante femenino de 3°A: Yo me enamoraría de una persona que tuviera bonitos ojos (de color) y bonitas pestañas, cabello castaño y chinito, que sea divertido, inteligente y musculoso.

Estudiante femenino de 3°A: Yo me enamoraría de una persona que tuviera el pelo chino o el corte de librito, que no tenga acné, se le marquen las venas en sus brazos, que sea alto, delgado y musculoso; que sea inteligente, pero medio creído, que juegue futbol o basquetbol, que sea celoso (de esos que bromean), que no sea fiestero (pues que salga, pero no seguido) y que huela rico.

Estudiante Masculino de 3°A: Yo me enamoraría de una persona que sea respetuoso, cariñoso, amable, limpio, responsable, trabajador, que sepa bailar, que no sea enojón ni celoso y sobre todo sea fiel.

Estudiante femenino de 3°B: Yo me enamoraría de una persona que me abrazara con cariño, me diera besos en la frente, que tenga higiene personal, que me apapache, que sea bueno, que no sea infiel, que me ame por lo que soy y tal como soy, que sea fuerte, que tenga valores éticos y que sea inteligente.

Estudiante masculino de 3°B: Yo me enamoraría de una persona que sea respetuoso, sea amoroso, tenga metas a futuro, sea limpio, No sea celoso, sea fiel, me consienta, sea responsable, le guste Tom Holland y me quiera como soy.

Estudiante femenino de 3°B: Yo me enamoraría de una persona que tenga lindos ojos, que sea alto, que sea flaquito, que sea inteligente, que sea limpio, que sea educado, que sepa tocar algún instrumento, que sea fiel, que tenga un futuro prometedor y que cuide al planeta.

Estudiante masculino de 3°C: Yo me enamoraría de una persona que me trate bien, que tenga higiene, que sea guapa, que se arreglé, que sea divertida y que sea chaparrita.

Estudiante femenino de 3°C: Yo me enamoraría de una persona que sea alto, me fijaría en sus manos, sus ojos, que sea delgado, que juegue fútbol, que sea caballeroso, un poco celoso y romántico.

Estudiante femenino de 3°C: Yo me enamoraría de una persona que sea delgado pero musculoso, alto, que huela rico, que se le marquen las venas de sus brazos y manos, inteligente, que tenga interés en mí, que sea tranquilo y tenga buenos valores.

Estudiante masculino de 3°D: Yo me enamoraría de una persona que sea limpia, que sea guapa, que sea detallista, que no ande en malos pasos, que me respete y me dé mi lugar ante todo y todos.

Estudiante femenino de 3°D: Yo me enamoraría de un hombre que sea alto, guapo, sexy, apasionado, elegante, fornido, inteligente y que comparta gustos conmigo.

Estudiante femenino de 3°D: Yo me enamoraría de un hombre o de una mujer que tenga ojos oscuros, cabello oscuro, piel blanca, sonrisa linda, que tenga una personalidad fuerte y una nacionalidad diferente.

Estudiante masculino de 3°E: Yo me enamoraría de una chica que tenga linda sonrisa, bonito cuerpo, que me haga sentir único, que me controle, que me dé mucho amor y que no sea conformista con nada.

Estudiante femenino de 3°E: Yo me enamoraría de una persona que sea más alta que yo, que tenga pelo rizado, que tenga caderas anchas, bonita nariz, una linda sonrisa, que sea tímida, sarcástica y que tenga dinero.

Estudiante masculino de 3°E: Yo me enamoraría de una persona que esté chaparrita, que tenga buen cuerpo, que sea cariñosa, que le guste jugar fútbol, que quiera salir siempre a caminar a la calle, que sea tranquila y que tenga valores.

Estudiante femenino de 3°F: Yo me enamoraría de una persona que tenga brazos fuertes, espalda ancha, alto, medio gordito, celoso, muy masculino, celoso y que huela rico.

Estudiante masculino de 3°F: Yo me enamoraría de una persona que sea nalgón, tenga perforaciones, haga ejercicio, tenga abdomen marcado, se deje poner mascarilla, que le guste salir y sea talentoso.

Estudiante femenino de 3°F: Yo me enamoraría de una persona que sea respetuosa, me trate bien, detallista, sea limpio y que practique algún deporte.

Al hablar con los y las adolescentes sobre cuáles consideraban que eran las características de los hombres y mujeres de antes, también que pensaban de ello y cuáles consideran que siguen presentes, respondieron lo siguiente.

Grupo B: Este grupo comento que las mujeres de antes eran delgadas, tenían cabello largo, usaban vestidos, sabían cocinar, eran inteligentes, tenían modales y un vocabulario diferente a las mujeres de ahora. Y que los hombres tenían modales, eran románticos, tenían dinero, eran trabajadores, altos y se fijaban en los sentimientos. Algo interesante de este grupo es que regularmente los que más participaron fueron los adolescentes hombres, y comentaron que si bien para ellos las cosas han cambiado y a lo que más se enfocaron fue al cambio de la mujer donde mencionan que ya no es sumisa, que está es trabajadora, también que ya utiliza la vestimenta de antes que está es libre para usar lo que quiera, y terminaron diciendo que muchas veces los hombres eran los encargados del hogar mientras la mujer se encarga de llevar dinero a la casa.

Grupo C: Las características que escribieron sobre las mujeres fueron que debía saber hacer el quehacer, debía maquillarse, ser sumisa, tener buen cuerpo, usar vestimenta formal (falda o vestido largo), ser obediente, tener bonitos sentimientos, no estudiaba, debía llegar virgen al matrimonio, se debía dedicar a la familia y ser fiel. Y las características de los hombres es que debía trabajar por la familia, ser en encargado de transmitir valores, tenía que tener músculos, demostrar fuerza, que no hiciera trabajos domésticos, que tuviera dinero, que debía estudiar una carrera,

buena reputación y ser de familia con dinero. El grupo concluyó que si bien no todas las características aún están hay otras que si, en el caso de las mujeres dicen que ya pueden estudiar, trabajar que ahora ya no es normal el no llegar virgen al matrimonio, y que son libres de vestir como gusten y que ahora lo más común es ver a las mujeres con pantalón, mientras que en el caso de hombres mencionan que todavía está muy presente el que ellos son los encargados de trabajar y llevar dinero al hogar, pero que también ahora ya realizan tareas domésticas.

Grupo D: Los y las adolescentes mencionaron estas características para referirse a las mujeres de antes: sabían cocinar, eran amas de casa, femeninas, débiles, comprensivas, atendían a los hijos y al esposo, estaban sometidas a las reglas, eran hacendosas y sensibles emocionalmente, mientras que de los hombres dijeron: que eran fuertes, trabajadores, proveedores de la casa, responsables, machistas, elegantes, atentos, borrachos y guapos. Este grupo llego concluyo que eran pocas las actitudes o comportamientos que en la actualidad se seguían viendo, por ejemplo, de las mujeres se dijo que se cambió la forma de vestir, el pensamiento, la forma de expresarse y de actuar, la educación, a diferencia del pasado ahora las mujeres ya no eran obligadas a casarse y algunas ya no les gustaba el compromiso. De los hombres dijeron que en la actualidad no todos trabajan y algunos hasta son mantenidos por sus esposas, se preocupan por su físico, son padres a temprana edad y algunos no son tan responsables.

Grupo E: Para este grupo una mujer ideal en el pasado debía atender únicamente el hogar, eran vírgenes hasta que se casaban, sabían cocinar, eran hijas de padres con dinero, se dedicaban únicamente a sus hijos, a su esposo y no se les permitía estudiar. Por otro lado, de los hombres mencionaron que era trabajador, tenían mucho dinero y poder, serios, musculosos, venían de buenas familias, tenían casa propia y eran guapos. Al comparar a los hombres y mujeres del pasado con la actualidad, el grupo concluyo que lo que se sigue viendo en el presente es que algunas mujeres aún se dedican al hogar, a sus hijos y a su esposo, también que algunos hombres son machistas y que en su mayoría son trabajadores. Las diferencias que ellos vieron se basan más en el aspecto físico como ser delgado (a), alto(a), se preocupan más por el físico que por lo que sienten las personas y

respecto a otras actitudes dijeron que ahora las mujeres ya pueden estudiar y trabajar sin pedir permiso, toman sus propias decisiones, son independientes, y tienen estabilidad económica producto de su esfuerzo, mientras que los hombres son responsables, trabajadores, abuelos jóvenes, fiesteros y no todos tienen estabilidad económica.

Grupo F: Dice que la mujer era sumisa, tenía muchos hijos, se dedicaban al trabajo del hogar, cocinaban todo el tiempo, eran femeninas, inteligentes y no podían volver a juntarse. Por otro lado, el hombre tenía carro, era responsable, caballeroso, honesto, trabajador, respetuoso, amable y eran de familia adinerada. Al analizar lo que escribieron el grupo menciona que respecto a las características de las mujeres de antes a las de ahora han cambiado mucho, que ya no es sumisa, que el hecho de ser mamá o no es una decisión propia, que ya no deben de quedarse en el hogar que son libres de ir a trabajar y que no está mal que se vuelvan a juntar que es algo normal y no por eso se les debe de menospreciar, lo que más nos impactó es que fueron los hombres los que hicieron esos comentarios, por otro lado al analizar sobre las características de los hombres de antes dicen que ahora ya realizan actividades que se decía que eran cosas de mujeres, un ejemplo que ellos dijeron fue el cocinar pues dicen que ellos saben cocinar, y algo que nos sorprendió fue que hicimos la pregunta de ¿Cuántos hombres de aquí cocinan? Y todos sabían y al preguntar ¿Cuántas mujeres cocinan? Solo una dijo que sabía.

Otro punto importante es lo que piensan de acuerdo con el momento adecuado para comenzar su vida sexual, la respuesta más común fue después de los 18 años, muy pocos fueron los que consideran que lo importante es estar preparado tanto física como mentalmente y contar con la información suficiente sobre el tema.

Estudiante no binario de 3ºA: Entre los 18 y los 20 años.

Estudiante femenino de 3ºA: A los 17-18 años.

Estudiante masculino de 3ºA: La inicié a los 14.

Estudiante femenino de 3°B: A la mayoría de edad.

Estudiante masculino de 3°B: A los 18.

Estudiante femenino de 3°B: Cuando mi cuerpo ya este preparado. Sería cuando sea mayor de edad.

Estudiante masculino de 3°C: Después de los 18 años

Estudiante femenino de 3°C: A los 25 y que este bien informada.

Estudiante masculino de 3°C: Cuando me sienta preparada y lista.

Estudiante femenino de 3°D: Mi vida sexual ya la inicié.

Estudiante femenino de 3°D: No sé cuándo la voy a iniciar, quizá a los 18 o después.

Estudiante masculino de 3°D: No sé cuándo, a lo mejor cuando conozca a alguien con quien pasaré mi vida.

Estudiante masculino de 3°E: A los 18.

Estudiante femenino de 3°E: Cuando esté preparada física y mentalmente, y principalmente cuando tenga la madurez que me diga que estoy lista.

Estudiante femenino de 3°E: Cuando de verdad me sienta cómoda con una persona que no me obligue a nada.

Estudiante masculino de 3°F: Después de cumplir 18 años.

Estudiante masculino de 3°F: Cuando esté mentalmente maduro.

Estudiante femenino de 3°F: Después de los 18 años.

Resulta también importante hacer mención de por qué los y las adolescentes consideran importante recibir educación sexual, ya que escribieron cuáles son los temas que realmente les preocupan.

Estudiante femenina de 3°A: Para no terminar embarazadas o con una enfermedad.

Estudiante masculino de 3°A: Para prevenir infecciones o bebés no planeados.

Estudiante no binario de 3°A: Para saber y conocer acerca de tu cuerpo.

Estudiante no binario 3°B: Para no tener infecciones o embarazos no deseados.

Estudiante femenino de 3°B: Para cuidarse (Embarazos o virus).

Estudiante masculino de 3°B: Para no contraer una ITS o dejar hijos regados por el mundo.

Estudiante masculino de 3°C: Para tener una buena salud sexual y saber todo del tema.

Estudiante femenino de 3°C: para prevenirse y cuidarse.

Estudiante femenino de 3°C: Para evitar embarazos y enfermedades de transmisión sexual.

Estudiante masculino de 3°D: Un tema que me gustaría saber más es como usar todos los métodos anticonceptivos para no embarazarse o infectarme.

Estudiante femenino de 3°D: Quisiera saber más de cómo usar un condón femenino para no terminar embarazada.

Estudiante femenino de 3°D: Saber sobre las infecciones o enfermedades para no contagiarme.

Estudiante masculino de 3°E: Me gustaría saber sobre la función de los órganos sexuales en el acto. Y tener más información para tomar decisiones correctas en el momento.

Estudiante femenino de 3°E: Estaría bien más información para mantener una mente abierta y no cometer los mismos errores.

Estudiante masculino de 3°E: Quiero saber cómo funciona cada método anticonceptivo para saber cuál es el mejor y usarlo en el momento adecuado.

Estudiante femenino de 3°F: Para aprender a cuidarnos.

Estudiante femenino de 3°F: Porque así se evitan enfermedades y embarazos no deseados.

Estudiante no binario de 3°F: Para evitar algo no deseado, para ser orientados y educados respecto al tema.

Como bien se menciona, lo que rescatamos de esta pregunta es que los y las estudiantes consideran que la educación sexual es importante para evitar embarazos no deseados y para no contraer una ETS, dejando un poco de lado el disfrute de su cuerpo (placer), conocer sus derechos sexuales o reproductivos...

Como hemos dicho, la sexualidad está presente en todo momento, y esto lo pudimos observar justamente durante la aplicación del taller de sexualidad, en situaciones más específicas que vivimos con los y las adolescentes en cada sesión que tuvimos, donde encontramos temas como, identidad de género, estereotipos, machismo, libertad de expresión, etc.

Hubo situaciones que observamos que se relacionan con la sexualidad y las cuales se dan cotidianamente, por ejemplo cuando llegamos el primer día que nos presentamos y les informamos a los y las adolescentes que íbamos a trabajar hubo un comentario de un adolescente que nos dijo que porque íbamos hablar de eso sí somos mujeres, consideramos que es caso de machismo no solo por el comentario de ese día sino por otras cosas que llegaba a decir sobre que las mujeres, el nos

comentó que eso era lo que le decía su papá que él era el que mandaba, por eso él era así.

Otro punto que podemos rescatar es que cuando les dijimos que era sobre sexualidad los y las adolescentes hicieron comentarios de “que padre”, “wow”, “ya lo sé todo”, etc., en donde nos trataban de dar a entender que es algo fácil de tratar para ellos, sin embargo cuando les hicimos el diagnóstico su actitud cambió por completo, no querían que supiéramos lo que estaban escribiendo incluso al entregarlo lo doblaron para que no se vieran sus respuestas, también nos decían que si era obligatorio todo o podían evitar responder algunas que los hacían sentir incómodos, desde este momento pudimos notar la falta de educación sexual en los grupos, ya que igual en el diagnóstico se reflejó en la falta de respuestas de algunas preguntas o por las respuestas erróneas que encontramos.

Otra situación fue la de una adolescente que nos compartió que su papá la criticaba y le cuestionaba su manera de vestir, ya que ella usa ropa muy holgada en colores oscuros, gorras, accesorios voluminosos, por lo que su papá le decía que era “poco femenina” y por lo que le empezó a regalar faldas, vestidos, zapatos tipo flats, lo que la llevó a enfrentarse a su papá para defender su identidad. Nosotras consideramos que en esta situación hay una limitación a la expresividad, en donde se reflejan estereotipos y prejuicios de género, ya que al ser niña su papá consideraba que se tenía que vestir y comportarse como tal, pues llegó a pensar que era lesbiana “machorra” (sic).

Por otro lado la identidad de género y la orientación sexual son temas que en la actualidad se han fortalecido, teniendo mayor impacto como se mencionó previamente en el trabajo, y fue algo que pudimos comprobar durante el taller pues es en la etapa de la adolescencia donde se experimentan diferentes emociones y sensaciones, también es donde se puede comenzar a descubrir o definir la orientación e identidad sexual, como lo es en el caso de uno de los alumnos que tuvo la confianza de hablarlo con nosotras y hacernos saber que es homosexual. Y nos comentó que se sentía bien consigo mismo y no le daba pena hablar o decir cuál era su orientación sexual.

De igual manera, otra chica nos habló sobre su orientación sexual, mencionando que es bisexual y que al igual que su compañero no tiene problema en hacerlo saber. Sin embargo, no en todos los casos es lo mismo, pues en la última actividad del taller (“Carta a mis padres”) una chica mencionaba sentirse confundida sobre su orientación e identidad sexual, pues escribió que en algunas ocasiones ella se ve jugando fútbol, actuando, cantando pero que no se ve ni se siente como mujer, que no sabe aún si le gustan los chicos, las chicas o ambos y que le gustaría hablarlo con sus papás o alguien que la pudiera ayudar a saber que le gusta, que no le gusta o a definirse.

Consideramos que educar sobre sexualidad implica hablar de identidad de género y de orientación sexual, ya que tanto hay situaciones de aceptación y auto aceptación como las hay de rechazo, por ejemplo: la homofobia que es considerada como aquella actitud discriminatoria, ofensiva y de desprecio hacia los miembros de la comunidad LGBTTTTIQA+.

Durante el taller encontramos alumnos/as muy interesados, sin embargo, hubo un caso en particular. Durante una de las sesiones una alumna comento que ella no iba a trabajar porque el tema era de sexualidad. Se opuso a trabajar y habló con la subdirectora del plantel para que ella pudiera permanecer en el salón de clases sin participar, no obstante, aunque ella pidió no ser incluida en las actividades opinaba o respondía algunas preguntas que les hacíamos al grupo en temas específicos, pero cuando se tocaban temas como la identidad de género, orientación sexual, el placer y lo referente a la comunidad LGBTTTTIQA+, ella se salía del salón o se “dormía”.

Aunque en la actualidad el tema de sexualidad se puede hablar de manera más libre y algunos contenidos son incluidos en el libro de vida saludable, consideramos que aún existen algunos tabús, creencias y personas que se limitan y se resisten a hablar de estos temas como fue el caso de la estudiante.

Una situación de “estereotipos” que llamo mucho nuestra atención fue la de un chico que en una actividad donde se tenía que escribir ¿cómo es la mujer? ¿Qué la caracteriza?, la mayoría ponía que era trabajadora, buena madre, cariñosa, protectora, etc... y ya en los comentarios menciona que por lo menos no en su caso, ya que su mamá los había abandonado a su papá, a su hermano y a él de muy pequeño, que no era nada de lo que habían puesto sus compañeros, aquí nosotras lo que podemos rescatar es el tema del rol de género que la sociedad ha establecido para las mujeres que son madres de familia.

Esto nos permitió observar como el tema de la sexualidad es concebido de diversas maneras entre los y las adolescentes, pues si bien nos encontramos con un grupo en su mayoría mujeres, dónde la dinámica del taller se basó en el respeto, la tolerancia y la disposición al trabajo; pues de este primer grupo rescatamos la participación en los temas abordados y la confianza de preguntar abiertamente sus dudas, los pocos adolescentes hombres eran respetuosos con nosotras y con sus compañeras, compartían lo que sabían de la sexualidad y compartían sus experiencias, con este grupo trabajar fue más sencillo, porque expresaban su opinión de los temas de sexualidad que consideran son importantes en su vida y la información proporcionada era útil, al final de cada sesión nos hacían los comentarios de lo que les gusto de los temas y de los temas de su interés; así mismo, nos agradecían el enseñarles y hablarles de estos temas, se mostraba su entusiasmo y el agrado de las sesiones cuando al concluir las se acercaban y nos decían -cuando es la siguiente sesión-. Este grupo referido, era un grupo muy respetuoso, inclusive cuando entrábamos a su salón todos se ponían de pie al saludarnos y acataban las reglas, cumplían con su material. Por el contrario teníamos otro grupo donde predominaban los adolescentes hombres; este grupo a comparación del primero, era muy difícil pues se observaba un juego de poder que tenían los adolescentes sobre las pocas mujeres del grupo, haciendo que las actividades tuvieran una carga machista por parte de los estudiantes, quienes fueron los protagonistas en cada una de las sesiones, lo podíamos notar debido a que los que más participaban eran justamente los hombres ya que las mujeres al ser pocas no se expresaban, por lo cual era necesario pedirles que participaran en las sesiones y cuando lo hacían nos decían sus dudas y comentarios bastante

buenos, mientras que para los hombres las actividades las veían como un juego y los convertían en chistes locales de “doble sentido”, (de alguna manera consideramos que estas actitudes los hacían para ser el centro de atención de la clase), las actividades realizadas eran más significativas para las niñas quienes se interesaban por los temas y se dirigían con respeto, actitudes que no se veía en los “chicos”, pues no mostraban respeto ni por las autoridades del plantel.

Pedimos el apoyo de los alumnos y las alumnas para escribir una carta dirigida a sus padres de forma anónima. En este ejercicio nos encontramos con algunos casos de abuso sexual de los que fueron víctimas ciertos alumnos/as, de los cuales la mayoría de estos abusos sucedieron en el ámbito familiar, lo que dejó a éstos y éstas en situaciones de vulnerabilidad mencionando no haber hablado con sus papás sobre lo que les sucedió y que, si les gustaría que supieran. En uno de estos casos, la carta menciona que la persona enfrentó un abuso sola, añadiendo que años después fue cuando comprendió lo que le habían hecho y la seriedad de esta situación, y que lamentablemente la convivencia con la persona que la agredió continuo, puesto que decidió callar ante su madre y su padre.

Es una situación de silencio en la que se encuentran las personas que han sufrido de abuso sexual, ya que en ocasiones es muy difícil hablar, debido a que la persona agresora es alguien cercano lo que complica la denuncia.

El abuso sexual es una práctica que irrumpe el desarrollo de las personas, donde la educación puede incidir en su prevención, en donde se ofrezcan herramientas a estudiantes de acuerdo a su edad para fortalecer su autoestima, su habilidad de comunicación para que les permita hablar en cualquier situación, a cuidar de su cuerpo y que nadie ajeno a ellos los debe tocar sin su consentimiento, al igual que conozcan sus derechos sexuales y reproductivos.

En las cartas encontramos que algunos estudiantes mencionaban comentarios acerca de su definición sexual, donde escribieron que por lo regular las únicas personas que sabían acerca de esto eran sus amigos, puesto que en algunos casos la madre o el padre eran homofóbicos y se lo hacían saber a sus hijos con comentarios desagradables hacia las personas de la comunidad LGTTTIQA+,

provocando que los y las adolescentes decidieran no hablar con ellos sobre su orientación y ocultarla para evitar conflictos en su casa. En una de las cartas se menciona que la orientación sexual se ocultaría hasta ser mayor de edad y tener la posibilidad de irse de casa para vivir libremente su sexualidad. Lo que podemos ver es una opresión a su identidad y a su libertad de expresión.

En el tema de métodos anticonceptivos y ETS, los adolescentes decían saber mucho, sin embargo cuando les preguntamos acerca de los métodos que conocían únicamente mencionaban el condón (para hombre y mujer), la pastilla del día siguiente, el DIU y pastillas anticonceptivas, y para ellos su único uso es el no tener algún embarazo, dejando de lado que hay algunos que sirven para proteger de algunas ETS, que la efectividad de cada uno es diferente y que incluso es necesario acudir al médico para el uso de algunos. Por otro lado, sobre las ETS la que más mencionaron fue el VIH- SIDA, del cuál desconocían que son distintos que puedes contraer VIH y ese después se convierte en SIDA, también mencionaron la sífilis, y la clamidia, y nos sorprendió el ver qué hay enfermedades que pasan por alto y son riesgosas cómo el VPH, o que ignoran de otras que existen, por ejemplo, las ladillas. Consideramos que los y las adolescentes deben de tener la información suficiente sobre las enfermedades para que puedan prevenir tanto el contraer alguna como el contagiar.

Cuando se hablo acerca de la comunidad LGBTTTIQ+, a cada grupo se le pregunto acerca del significado de cada una de las letras, a lo que se referían y cuáles eran los prejuicios y estereotipos que ellos consideraban que se decían acerca de la comunidad.

Solo 4 estudiantes nombraron el significado de casi todas las letras, mientras que el resto del grupo menciona conocer gay, lesbiana y bisexual. Así mismo, enfatizaron en no conocen cual es la diferencia entre cada uno de ellos, como por ejemplo entre una persona transgénero, travesti, pansexual, asexual, etc. Respecto a los estereotipos que ellos consideraron que están presentes acerca de la comunidad los más comunes fueron que los hombres homosexuales tuvieron que haber vivido un abuso sexual, son los que más contraen ETS o que las mujeres

lesbianas no pueden ser femeninas pues en su mayoría se visten como hombres o parecen “machorras”. Algo más que se menciona es que se piensa que las personas bisexuales son personas confundidas y que no saben o pueden definir si son gays o lesbianas. También hubo quienes al decir lo que significa cada uno decía que se identificaba con alguno que se mencionaba.

Por medio de la investigación teórica y práctica (taller) llegamos a la conclusión que la sexualidad está presente y se va desarrollando en cada etapa de nuestra vida, por ejemplo, al nacer se nos otorga un sexo (hombre o mujer) el cuál se puede fortalecer por los estereotipos sociales existentes que encontramos fácil y cotidianamente, por ejemplo, asignar un género a los colores, el rosa para mujeres y el azul para hombres, la manera adecuada de vestir e incluso las actividades que se deben de realizar, dando paso a el rol de género.

Aunque la sexualidad se desarrolla a lo largo de nuestra vida, es en la adolescencia en donde se pueden visualizar más cambios físicos, psicológicos y emocionales provocando que aparezca cierta confusión y resistencia al cambio.

Generalmente en la etapa de la adolescencia comienzan con la búsqueda de su identidad y a definir su orientación sexual. Algunos alumnos (as) durante el taller nos expresaron su confusión al no saber qué es lo que les gusta y la incertidumbre o miedo que se presenta ante ellos, pues no saben si al hablar con sus padres/madres serán rechazados o aceptados.

Es también en esta etapa que surgen las dudas respecto a la sexualidad, en especial de las relaciones sexuales, que gracias a las actividades realizadas en el taller nos percatamos que ciertos alumnos(as) expresaban sentirse “expertos” en este tema aunque para ellos fuera algo nuevo, puesto que la educación sexual que habían recibido se limitaba a aspectos biológicos (aparatos reproductivos), métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual provocando así que el proceso por el que atraviesan los y las adolescentes sea más confuso o difícil. Consideramos que la información que les brindan es muy útil, no obstante creemos pertinente se debe de ampliar a temas más allá de la reproducción, ya que, es importante que comprendan que la sexualidad no es únicamente tener relaciones

sexuales, que va más allá de eso, cómo saber que en el momento que decidan iniciar su vida sexual es porque se sienten física y mentalmente preparados para dar ese paso y puedan tener una experiencia placentera y responsable, conocer sus derechos sexuales, los diferentes métodos anticonceptivos y ETS que existen, las partes que conforman sus órganos sexuales y el como cuidar su cuerpo no solo de embarazos o ETS, también de la hipersexualización y el sexting que hoy en día puede ser normalizado pero pone en riesgo a la persona, al igual que sepan que no solo existe una orientación sexual o un género (hombre o mujer) porque puedes tener el cuerpo de “hombre” pero identificarte como mujer, o como no binario.

Durante la aplicación del taller tuvimos la oportunidad de observar casos de machismo, estereotipos, roles de género, búsqueda de la identidad, entre otros, los cuales reforzaron nuestra investigación teórica.

Dónde vimos que se pueden generar consecuencias negativas o presentar riesgos al ejercer la sexualidad sin la educación sexual y creemos importante impartirla de manera más amplia sin prejuicios, ni tabús para que de esta manera aumente el conocimiento de los y las adolescentes en este tema y cuenten con la información adecuada.

4.3 DETECCIÓN DE NECESIDADES EDUCATIVAS EN EL CAMPO DE LA EDUCACION SEXUAL.

Consideramos que la educación sexual en secundaria es importante e indispensable, por el autoconocimiento que ofrece y las posibilidades de desarrollo que permite a la persona que la obtiene.

Respecto a los resultados obtenidos consideramos importante la intervención del orientador u orientadora educativa para trabajar con los padres, madres y/o tutores de como entablar comunicación con sus hijos o hijas adolescentes, permitiéndoles conocer sus experiencias entorno a su sexualidad, creando vínculos de confianza en el que puedan expresar cualquier duda o situación de abuso que hayan vivido o

estén viviendo, para que puedan recibir ayuda o atención necesaria, rescatando la importancia de que a los y las estudiantes se les brinde información sobre las instituciones de apoyo a la que pueden acudir para expresar sus dudas o experiencias que no saben elaborar.

4.4 DISEÑO DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN.

Un taller es una modalidad de enseñanza -aprendizaje que se caracteriza por la combinación que se da entre la práctica y la teoría, en donde los encargados de impartir el taller exponen los fundamentos teóricos y procedimentales, que sirven de base a los estudiantes para que en conjunto realicen actividades que han sido diseñadas previamente y que los conducen u orientan a la comprensión y entendimiento de los contenidos, vinculándolos al mismo tiempo con la práctica. El taller es una estrategia idónea que permite la autonomía entre los participantes, bajo una continua supervisión y retroalimentación oportuna.

Nosotras concebimos los talleres como un medio y un programa, cuyas actividades se realizan simultáneamente al período de estudios teóricos como un intento de cumplir su función integradora.

La esencia del *TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL: “Conoce tu sexualidad: responsable y placenteramente”* (**anexo 2**) surge a partir de que creemos necesario e importante que los estudiantes reciban en la escuela, una adecuada educación acerca de temas sexuales, basada en el conocimiento científico, sin ningún tipo de prejuicio ni tabúes, aclarando las dudas de los estudiantes, reflexionando y analizando los temas, para que los estudiantes puedan obtener información confiable y correcta respecto a este tema y, con ello puedan tomar mejores decisiones acerca de su sexualidad viviéndola de manera libre, placentera y responsable, además de que este informado de qué hacer y a dónde acudir en caso de que presente alguna situación de riesgo.

Este taller se dirige a los estudiantes entre los 14 y 15 años de edad, que cursen el tercer grado de educación secundaria, en alguna escuela pública ubicada en la Ciudad de México.

Este taller comprende 4 Módulos temáticos en 5 sesiones de trabajo, en las que se espera que los estudiantes reciban la información necesaria y adecuada sobre sexualidad, de manera que le permita aclarar y esclarecer sus dudas o inquietudes sobre su sexualidad.

Temario:

Módulo I: Mi cuerpo

Propósito: Que los y las estudiantes conozcan las características de los cambios físicos y biológicos de su cuerpo y reconozcan sus conocimientos o inquietudes que tienen en torno a la sexualidad.

Temas:

- Reconociendo a los integrantes del grupo.
- Transición de la infancia a la adolescencia.
- Cambios físicos, biológicos, sociales y/o culturales.
- El enamoramiento y el noviazgo.
- Las prácticas sexuales (Sexo y sexualidad ¿Es lo mismo?)

Módulo II: COMUNI-SEX.

Propósito: Reflexionar sobre la importancia de la comunicación de los y las estudiantes con sus familiares, compañeros o pareja, con el fin de establecer un vínculo de confianza entre ellos, al hablar de algún tema de sexualidad.

- La comunidad LGBTTTIQ+
- Mitos y prejuicios sobre la sexualidad.
- Comunicación con la familia, escuela y compañeros.

Módulo III: The house of pleasure (enfoque en el placer)

Propósito: Que los y las estudiantes identifiquen, que las prácticas sexuales placenteras no están separadas de las responsabilidades que acarrea el ejercicio de las prácticas sexuales.

- El deseo vs el placer.
- Las llamadas zonas erógenas.
- Pornografía y masturbación.
- Juguetes sexuales.
- Valores en la sexualidad.

Módulo IV: Adoles-Sex.

Objetivo: Dotar de información y referencias fidedignas al adolescente acerca de su sexualidad para evitar situaciones de riesgo.

- Enferm-Edades de tipo sexual y los métodos anticonceptivos como métodos preventivos.
- El embarazo, el aborto y yo.
- ¿Cómo cuidar mi cuerpo en el ejercicio de la sexualidad?

4.5 APLICACIÓN DEL PROGRAMA.

El taller se llevó a cabo dentro de los salones de cada grupo de tercer grado, dentro de un horario de 2:00 pm a 6:00 pm de lunes a viernes, atendiendo dos grupos por día, en un total de cuatro semanas que abarcaron el período del 20 de junio al 15 de julio del 2022.

Durante las sesiones no recibimos apoyo de algún profesor, a excepción de una ocasión donde la maestra de la asignatura de español III nos apoyó diciéndoles a los y las estudiantes que prestaran atención, participaran, hicieran los trabajos y a cambio ella lo tomaría en cuenta para la calificación de su asignatura.

La asistencia variaba en los grupos, en ocasiones estudiantes que habían ido a la sesión anterior no iban a la siguiente y los que no habían ido se presentaban, esto no afectaba en las dinámicas del taller pero si en el aprendizaje continuo.

Encontramos estudiantes que recibieron con disposición e interés el taller, mientras que otros y otras estudiantes mostraban resistencia, falta de interés y empatía hacia nosotras y sus compañeros y/o compañeras.

Una experiencia que tuvimos fue con una estudiante que por algún motivo (que desconocemos) se negó a participar en el taller, acudiendo a la subdirectora para informarle su incomodidad con los temas que abordábamos y por ello no iba a estar presente, no obstante siempre se quedaba en el salón y daba su opinión en las dinámicas pero rechazaba trabajar las actividades. Debido a esta situación la subdirectora tomo una postura de oposición a los contenidos del taller, sin embargo como fue el único caso el director nos apoyó para poder terminarlo.

4.6 EVALUACIÓN DEL PROGRAMA.

Para este apartado se recaudaron algunas evaluaciones que hicieron los y las estudiantes sobre que les pareció el taller (**anexo 3**).

Por otro lado, aplicamos una rúbrica de evaluación de cada sesión (**anexo 4**) donde evaluamos varias características sobre los y las estudiantes durante el taller, éstas fueron:

El cumplimiento del material que se les solicitaba para las sesiones: éste variaba dependiendo del grupo, en algunas ocasiones todos y todas cumplían con los materiales solicitados, mientras que en otros solo una parte del grupo cumplía con éste. Algunos alumnos y alumnas buscaban la manera de solucionarlo, pues nos solicitaban permiso para ir a dirección a sacar copias y en otras sesiones nosotras nos encargamos ya sea llevando material extra para quien lo necesitara, o pidiéndoles ir a sacar copias para que tuvieran el material y así poder avanzar en los tiempos de la planeación de la sesión.

La disposición para las actividades tanto individual como grupal: en la parte individual siempre participaban las mismas personas, sin embargo si les pedíamos su participación durante las sesiones lo hacían sin problema, mientras que en el aspecto grupal era una de las actividades que en la mayoría de los grupos fluía sin ningún problema y que disfrutaban hacer.

El vocabulario respetuoso al participar o dirigirse a sus compañeros (as) y maestras: la mayoría de las y los estudiantes se dirigían a nosotras con respeto, pero al hablar entre ellos en ciertos grupos, se dirigían con palabras altisonantes.

La entrega de evidencias en tiempo y forma: solían entregar todo lo que les solicitábamos ya sean cuestionarios, mapas, cartas, esquemas, etc... la mayoría siempre entrego en tiempo y forma; e incluso se esforzaban y eran creativos.

Participación en las dinámicas grupales y su integración: ésta se daba con facilidad, sin embargo, era diferente en cada grupo. Al principio los y las estudiantes eran apático, porque les costaba integrarse con facilidad a grupos de trabajo que no fuera su círculo de amigos, sin embargo, conforme fue pasando el tiempo se fueron integrando en éstas y relacionándose con sus compañeros/as con mayor facilidad.

El número de participaciones por sesión: fue importante ya que esto nos permitió llevar un seguimiento de cada uno y su evolución durante las sesiones. Pudimos notar el cambio en las participaciones de los y las estudiantes en donde expresaban sus dudas o daban su opinión sobre los temas, de manera más frecuente.

Es importante mencionar que las dos primeras sesiones las participaciones voluntarias fueron muy escasas, por lo que la participación era dirigida por nosotras, posteriormente su participación se volvió más autónoma, lo que permitió la libertad de expresión en los temas del taller.

Consideramos que el taller fue un espacio donde los y las adolescentes pudieron relacionarse con temas de sexualidad que no habían revisado y que además era de su interés, aunque el taller puede mejorar haciendo adaptaciones de acuerdo a la población con la que se trabaje y teniendo un poco más de apoyo por parte de las

escuelas secundarias (ya que en otras escuelas no nos permitieron llevar a cabo el taller, por la pandemia o por los contenidos del mismo).

La finalidad de este taller fue desarrollar y estructurar actitudes positivas frente a la sexualidad, el amor, el placer y el afecto, así como promover la conciencia del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, basado en la libertad, el respeto y la responsabilidad en sus relaciones futuras.

NOTAS FINALES.

Este trabajo se sustenta en la orientación educativa, y por lo tanto en este marco los comentarios de los y las estudiantes con los que se trabajó en el taller no tienen un posicionamiento de nosotras como autoras, por lo que se tiene la finalidad de convertir los comentarios en necesidades educativas “no en criticar ni dar cuestionamientos personales”.

La investigación de campo nos permitió conocer de manera más profunda las situaciones en las que viven y por las que pasan los y las adolescentes en torno al desarrollo de su sexualidad, así como comprender que la falta de confianza y diálogo con sus padres o tutores en ocasiones es muy escasa, lo que ha llevado a algunos/as a ocultar el sufrimiento de abuso físico, psicológico y sexual, así como su orientación sexual por miedo a ser juzgados y rechazados por sus padres y/o tutores o por sus pares.

Lamentablemente, los y las adolescentes que no dijeron que sufrieron abuso sexual es porque no se han dado cuenta de ello, porque no entienden lo que les pasó y simplemente presentan un comportamiento diferente al habitual, por ejemplo: dificultad para establecer relaciones sociales, aislamiento, depresión, falta de apetito, entre otras.

En algunos casos, el abuso lo sufren por alguien cercano a ellos/as, otro motivo por el cual suelen quedarse callados por temor a que no les crean, o por temor a ser discriminados o culpabilizados.

De igual manera, los y las adolescentes a la larga muestran sentimientos de culpabilidad, reproche, vergüenza y llegan a presentar autoestima baja acompañado quizá de pensamientos suicidas en ocasiones extremas.

Observamos también la necesidad que tienen, de pedir y/o recibir ayuda y de ser escuchados y comprendidos.

Por otro lado, suelen buscar respuestas a sus dudas por otros medios, ya sea con sus pares, en determinadas páginas de internet o en redes sociales. No obstante, el uso de internet ha provocado que cualquier persona publique información y/o tenga acceso a esta, corriendo el riesgo de que ésta pudiera no ser verídica, generando una desinformación y/o corriendo el riesgo de encontrarse con páginas de trata de personas.

Los chicos o chicas que se encuentran en una indefinición sobre sus preferencias presentan ciertas molestias emocionales, suelen evitar el tema, algunas veces se aíslan, se sienten incómodos y se dejan influenciar por lo que les gusta a sus amigos (as).

El taller fue un espacio donde se permitió a los y las adolescentes expresarse de manera libre, pero hubo ciertas normas para la expresión de palabras, pues en algunos grupos encontramos que hablaban con palabras altisonantes, algo que ellos/as veían normales por el contexto escolar y social en el que se desarrollan a diario, sin embargo, se pedía que dejaran de hacerlo en el espacio educativo donde se encuentran.

Por otro lado, las autoridades de la escuela se dirigían a nosotras exponiendo que algunos alumnos/as se sentían incómodos al hablar de sexualidad, que están muy jóvenes para hablar de esos temas, y que algunos padres, madres y/ tutores son quienes se oponen a que los y las estudiantes reciban esta información, o que son ellos quienes deberían de explicarles estos temas y aclararles sus dudas, ya que, esto un tema personal que no debe ser tratado en la escuela, además observamos ciertas actitudes conservadoras por parte del personal docente ante los temas tratados en las sesiones.

Con nuestro trabajo, pretendemos dar a conocer con más detalle los temas que integran a la educación sexual y la necesidad que hay de incorporarla al plan y programa a nivel secundaria, debido a que los y las adolescentes atraviesan por una etapa crucial de cambio, lo cual los pone en una situación de vulnerabilidad ante la posible desinformación y riesgos en la práctica de la sexualidad.

Podemos decir que, durante la adolescencia aparecen las dudas en torno a la sexualidad, emerge la curiosidad de conocer lo que conlleva una relación sexual y se presenta la confusión respecto a su identidad y orientación sexual, por ello, como pedagogas llevamos a cabo el taller de sexualidad donde les brindamos información más completa y verídica, así como abrir espacios de dialogo en el que los y las estudiantes opinaran abiertamente, donde se cuestionen lo que ya saben y reflexionen entre sus pares, comprendieran el funcionamiento de su cuerpo, pero, principalmente crearan su propio criterio con la información brindada con el fin que tengan la posibilidad de conocerse mejor para que de esta manera acepten su sexualidad y puedan ejercerla de manera libre, sana, responsable y placentera.

Durante la investigación teórica seleccionamos y analizamos información, reafirmamos nuestros conocimientos sobre el tema, mientras que íbamos integrando otros más, los cuales decidimos incluir porque los consideramos importantes; por ejemplo, la influencia que tiene la alimentación, el contexto en el desarrollo de la maduración del cerebro adolescente, sexting, entre otros.

Cabe resaltar, que en algunos artículos referían a los aspectos de la cultura y la familia, ya que hay opiniones opuestas, unos creen que es necesaria la información sobre educación sexual, mientras que otros piensan que es una forma de incitar a los y las adolescentes a comenzar con su vida sexual.

Por otra parte, es importante mencionar que otra situación que nos impactó fueron las cifras sobre el índice de embarazo adolescente, la tasa de mortalidad por interrupción del embarazo adolescente, la deserción escolar a causa del embarazo precoz y el índice de contagio de ETS en México.

Un tema actual es lo referente a la comunidad LGBTTTIQA+ debido a que cada día tiene mayor reconocimiento y apoyo por parte de la sociedad en la lucha por su libertad de expresión y sus derechos. Esta categoría nos condujo hacia la Hipersexualización, que ésta normalizada por la sociedad y la cual, muestra un estereotipo del hombre y la mujer ideal, donde deben de tener ciertas características, por ejemplo, ojos claros, color de piel clara, cuerpos estéticos y mayormente reflejan la heterosexualidad.

La falta de comunicación puede tener su origen en las creencias ya sea religiosas o culturales de sus progenitores, así como de su familia nuclear, en la que no se les dedican el tiempo suficiente, haciéndolos sentir que no son importantes, y que con el paso del tiempo; ellos/as asimilaron estos comportamientos como normales, conllevando a una comunicación escasa con ellos (as). Se expresa por parte de los y las adolescentes la necesidad de hablar sobre sus preferencias, sus miedos y dudas, así como hablar de sexualidad, pues muchos no saben cómo lidiar, manejar ni expresar sus vivencias.

Es notorio que este lenguaje no era utilizado por todos/as, en ocasiones lo usaban como sentido de pertenecía de su círculo de amigos/as, por el contrario, había ciertos grupos donde se dirigían de manera muy respetuosa y se ponían de pie cuando una autoridad entraba a su salón de clase.

Otra situación, fue la organización de la institución, donde había una falta de control de las autoridades de la escuela, desde su forma de dirigirse a su compañeros/as y sus profesores/as, hasta su forma de vestir, por ejemplo, en varias ocasiones los y las estudiantes no llevaban el uniforme, llevaban ropa casual (shorts, chamarras de color, tenis de color, gorras, gorros, lentes, pantalón de mezclilla, etc).

De manera general, observamos una falta de comunicación entre profesores, padres, madres y/o tutores y comunidad escolar, pues ante las situaciones observadas de faltas de respeto, carencia de autoridad docente y control del estudiantado, creemos necesaria la organización y la comunicación para que el aprendizaje se lleve a cabo de manera eficaz.

Creemos que es indispensable la comunicación con los padres y madres cuidadores en la etapa de la adolescencia, al no tenerla impacta en sus actitudes, por ejemplo, algunos nos preguntaban sus dudas acerca de temas que les intrigaban sobre sexualidad, otros no querían hablar argumentando que era algo íntimo, este aspecto lo pudimos abordar más a fondo en la actividad “carta a mis padres” ya que aquí los y las estudiantes que no tienen comunicación con sus padres, madres y/o tutores lo expresaron por escrito donde se percibió enojo hacia ellos, escribiendo algunas

dudas que tenían y que quisieran preguntar, además de ciertas experiencias que les gustaría platicar, expresando su sentir y su necesidad de ser tomados en cuenta.

Es importante que se atienda a la población estudiantil con la ayuda necesaria para manejar las situaciones de abuso o las inquietudes que tienen y que no pueden decir.

La adolescencia es una etapa de muchas dudas, a pesar de que algunos aseguran ya tener claro lo que les gusta y lo que no, otros muestran cierta incertidumbre ante esta situación, muchos/as se están descubriendo y requieren acompañamiento adecuado.

Es natural que el ser humano se cuestione sobre su sexualidad, sus preferencias y su orientación, sin embargo, cuando un o una adolescente se encuentra confundido sobre su sexualidad es recomendable que hable con alguien más, de preferencia sea un experto que lo pueda guiar de manera correcta.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aberastury, Arminda Khobel, Mauricio. (1988). **La adolescencia normal**. México, Editorial Paidós Educador.
- ADMI, (2015). **Salud sexual para población inmigrante. ¿Qué es el placer sexual y cómo aumentarlo?** Recuperado de <https://unaf.org/saludsexualparainmigrantes/que-es-el-placer-sexual-ycomo-aumentarlo/>
- Álvarez, M. (1995). **Orientación Profesional**. Barcelona: Cedecs Psicopedagógica.
- Álvarez, M. (1996). **Modelos de intervención en orientación**. En R. Bisquerra (Coord.). Modelos de orientación e intervención psicopedagógica. Barcelona: CISS-PRAXIS.
- Álvarez, M. (1998) .**Los modelos en orientación**. En Bisquerra, R. (Coord.) Modelos de orientación e intervención psicopedagógica. Barcelona: CISSPRÁXIS.
- Álvarez, M., & Bisquerra, R. (1997). **Los modelos de orientación e intervención psicopedagógica**. En AIDIPE (Comp.), Actas del VIII Congreso Nacional de Modelos de Investigación Educativa, Sevilla, Universidad de Sevilla, 22-25.
- Alvízar, D. **La educación sexual en la escuela secundaria. Su metodología**. México 1997. Página 10. Tesina (especialización en Orientación educativa) UPN.
- Arnau, J. (1990). **Metodología de la investigación del comportamiento. Murcia**. Universidad de Murcia.
- Asamblea General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) ,1990.
- Ayarza, A. **Educación sexual para adolescentes**. Edit. Magisterio, Colombia, 2002. pág. 18.
- Ballén, R. A. (2010). **La pedagogía en los diálogos de Platón**. Diálogos de saberes, p. 35-54.
- Bardi, A., Leyton, C., & Martínez, V. (s/f). **Masturbación: mitos y realidades**. Pp: 1-7.
- Biblioteca Nacional De Medicina De Los EE. UU. (S/A). **Enfermedades de transmisión sexual**. E.U. MedlinePlus. Información de salud para usted. Recuperado de: <https://medlineplus.gov/spanish/sexuallytransmitteddiseases.html>

- Bisquerra, R. (1990). **Orientación psicopedagógica**. Barcelona: CISSPRAXIS (última ed. 2003).
- Bisquerra, R. (2008). **Modelos de orientación e intervención psicopedagógica**. Bilbao: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. y otros (1989). **Programa de orientación profesional autoaplicat**. Quadern d'orientació als estudiants. Barcelona: CISS-PRAXIS.
- Cardinal De Martín, C. **Educación sexual: Un proyecto humano de múltiples facetas**. Edit. Siglo del hombre, Colombia, 2005.
- Caricote Agreda, E. (34, julio-septiembre, 2006). **Influencia de los estereotipos de género en la salud sexual en la adolescencia**. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35603409.pdf>.
- Carrera, Beatriz, & Mazzarella, Clemen (2001). **Vygotsky: enfoque sociocultural**. Educere, 5(13),41- 44. [fecha de Consulta 9 de enero de 2021]. ISSN: 1316-4910. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=356/35601309>
- Carrizo, Héctor, et. al. **La educación de la sexualidad humana. Educación y sexualidad**. 1° Ed. Volumen 4, México, CONAPO, 1982, p. 78.
- Castillo, G. **“Los adolescentes y sus problemas”**. Edit. Minos III MILENIO, España, 2007. pág. 31-109.
- Calixto, R. **Educación de la sexualidad: una necesidad en las escuelas**. Edit. UPN y Castellanos. México, 2008. Pág. 17-38.
- Cervantes Vera, L. G. (2003). **La escuela secundaria como un factor de influencia en la construcción de la identidad del adolescente, propuesta de curso-taller "trabajando con el adolescente su identidad**. (Licenciatura en Pedagogía.). Universidad Pedagógica Nacional.
- Climent, G. (2009). **Representaciones sociales sobre el embarazo y el aborto en la adolescencia: perspectiva de las adolescentes embarazadas**. Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy, (37),221-242. [fecha de Consulta 16 de enero de 2021]. ISSN: 0327-1471. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=185/18516803009>
- CNDH. (2018). **Derechos sexuales y reproductivos: un asunto de derechos humanos**. México: Comisión Nacional de Derechos Humanos.
- Colado, A. L. (2021). **Educación formal y educación no formal: Quaderns d'animació i Educació social**, p.34.

- Cuche, Denys. **La noción de cultura en las ciencias sociales, Nueva visión**. Buenos Aires, 1999.
- Crespo J., Guerrero N. (2013). **Modelo y tendencias psicopedagógicas y la educación basada en competencias II**, Enfoque Sociocultural. Instituto Pedagógico Campechano. Yucatán.
- De La Teja González Diana Lizeth. (2012). **Orientación, adolescencia y sexualidad**. Propuesta de taller de educación sexual para adolescentes de segundo de secundaria. Tesina, licenciatura en Pedagogía. Universidad Pedagógica Nacional. p.97.
- Delgado, R. (2017). **La construcción de la sexualidad en adolescentes varones en situación de calles** (Tesis de grado). Universidad mayo de San Andrés: Bolivia.
- Díaz, S., & Schiappacasse, V. (2017). **¿Qué y cuáles son los métodos anticonceptivos?** Santiago: ICMER.
- Diccionario de psicología. (1979). Editorial Grijalba.
- Elisabeth Roudinesco und Michel Plon. **Artículo Edipo** (Complejo de): **Diccionario de Psicoanálisis**, Paidós, 2da. Edición, revisada y actualizada 2008, p. 247 (Título original: Dictionnaire de la Psychanalyse, traducción de Jorge Piatigorsky y Gabriela Villalba.
- Erikson, E. (1968). **Identidad, juventud y crisis**.
- Erikson, E. (1992). **Identidad, juventud y crisis**. Madrid: Taurus.
- Erickson, E. (2000). **El ciclo vital completado**. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Erikson, E. (1997). **Sociedad y adolescencia**. Madrid, España, Siglo Veintiuno Editores.
- Estrada, L. (1997). **El ciclo vital de la familia**. México: Grijalbo. p.11-38.
- Fallas, A. (2009). **Educación afectiva y sexual. Programa de formación docente de secundaria**. (Tesis doctoral). Universidad de Salamanca: España.
- Fallas Vargas, Manuel Arturo; Artavia Aguilar, Cindy; Gamboa Jiménez, Alejandra. (16, diciembre, 2012). **Educación sexual: Orientadores y orientadoras desde el modelo biográfico y profesional**. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194124704004.pdf>
- Felitti, K. (2016). **Juegos y juguetes para la liberación sexual femenina**. Apuntes de Investigación del CECYP.

- Fajardo Caldera, M. I., Gordillo Hernández, M., & Regalado Cuenca, A. B. (2013). **Sexting: nuevos usos de la tecnología y la sexualidad en adolescentes**. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 521-533.
- Fernández, A. **Jóvenes de vidas grises: psicoanálisis y biopolíticas**. 1° ed. Buenos Aires: Nueva Visión, 2013.
- Fernández Gómez, F. (2005). **La tutoría como elemento de la función docente**. En *Varios Psicología y Pedagogía*. Valencia: CEP.
- Foucault, M. (2008). **Historia de la sexualidad 1: la voluntad del saber**. 2da. Edición. Buenos Aires: Siglo XXI Editores. p. 152.
- Fuentes, D. (2006). **Lecturas pasos prácticos: CICLO VITAL I. Freud & Erikson**.
- Fundación Huésped (2016). **VIH**. Disponible en: <https://www.huesped.org.ar/informacion/vih/>
- García-Pujadas, María Isabel, & Pérez-Almaguer, Roberto, & Hernández Batista, Raysa (2013). **Aproximación a los desafíos que generan conflictos en los adolescentes de secundaria básica**. *Ciencias Holguín*, XIX (2), p.8 [fecha de Consulta 9 de enero de 2021]. ISSN: Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1815/181527530008>
- González, F. (2017). **La masturbación, una práctica común en adolescentes**. Bogotá: Universidad católica de Colombia facultad de psicología curso de especial interés psicología y sexualidad.
- González, Ma. Ángeles (2016). **Identidades sexuales: identidad de género, orientación sexual, rol del género**. Recuperado de <https://identidadessexuales.wordpress.com/2016/11/09/las-identidadessexuales-desde-un-enfoque-historico-sociocultural/#:~:text=Un%20enfoque%20hist%C3%B3rico%20y%20sociocultural,natural%20en%20los%20seres%20humanos.&text=En%20ella%20nos%20indica%20que,se%20canaliza%20para%20el%20matrimonio>.
- Grañeras Pastrana, M., Parras Laguna, A., Madrigal Martínez, A., Redondo Duarte, S., Vale Vasconcelos, P., Navarro Asencio, E., Fernández Torres, P. and Savall Ceres, J., N.D. **Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas**. 1st ed. Madrid: SECRETARÍA GENERAL TÉCNICA Subdirección General de Información y Publicaciones, p.12.

- Guichot, R. (2006). **Historia de la educación: reflexiones sobre su objeto, ubicación epistemológica, devenir histórico y tendencias actuales**. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos, p. 11-51.
- GUTIÉRREZ, E. **La adolescencia como etapa existencial**. México. Ed. Panamericana, 2000, págs. 143-144.
- Hernández, C. (1996). **Educación y comunicación: pedagogía y cambio cultural**. *Nómadas (Col)*, 5, (1-10). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1051/105118998005.pdf>
- Hiriart, V. **Educación sexual en la escuela: Guía para el orientador de púberes y adolescentes**. Edit. Paidós, México, 1999. págs. 34-44.
- Imaginario, A. (s/f). **Significado de familia**. Recuperado de <https://www.significados.com/familia/>
- Hurley, L. (2016). **¿Cómo incluir el tema del aborto en la educación?** IPPF.
- Instituto de Salud del Estado de México. **Derechos Sexuales y Reproductivos**. Secretaría de Salud. Recuperado de: https://salud.edomex.gob.mx/isem/derechos_sexuales
- Instituto Nacional De Las Mujeres, (24 de junio de 2020). **Estrategia nacional para la prevención del embarazo en adolescentes**. Recuperado de: <https://www.gob.mx/inmujeres/acciones-y-programas/estrategianacional-para-la-prevencion-del-embarazo-en-adolescentes33454#:~:text=junio%20de%202020-.El%20embarazo%20en%20adolescentes%20es%20un%20fen%C3%B3meno%20que%20ha%20cobrado,de%2015%20a%2019%20a%C3%B1o>
- Instituto Nacional de las mujeres (2021). **Estrategia Nacional para la prevención del embarazo en adolescentes**. Gobierno de México. Disponible en <https://www.gob.mx/inmujeres/acciones-y-programas/estrategia-nacional-para-la-prevencion-del-embarazo-en-adolescentes-33454>
- Kalmbach, P. (2017). **Lutero y la educación. Teología y cultura**. p. 27-36.
- Klein, M. **Estadios tempranos del conflicto edípico**. En: Psicoanálisis del desarrollo temprano: contribuciones al psicoanálisis. Buenos Aires: Paidós, 1986.
- Ley General De Los Derechos De Niñas, Niños Y Adolescentes. (2014). Diario Oficial de la Federación, México. Recuperado en: http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5374143&fecha=04/12/2014

- Llerena Companioni, O. **"Una mirada a la orientación profesional desde el enfoque histórico cultural en la educación superior actual."**, en Contribuciones a las Ciencias Sociales, diciembre 2011, www.eumed.net/rev/cccss/16/
- Lobato, Clemente. **Psicología y asesoramiento vocacional**. Revista de Psicodidáctica, núm. 13, enero-junio, 2002 Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea Vitoria-Gazteis, España.
- Londoño, M. L. (1996). **Derechos Sexuales y Reproductivos**. Los más humanos de todos los derechos. Colombia.
- López, J. (s/f). **Origen y desarrollo histórico de la orientación educativa**. Recuperado de http://lopezlunajesus.weebly.com/uploads/1/1/2/3/1123245/origen_y_desarrollo_historico_de_la_orientacioneducativa/FI-POE.pdf
- Luisi Frinco, V. D. (2013). **Educación de la sexualidad en el contexto familiar y escolar**. *Educere*, 429-435.
- Marco, A. 2015. **Cultura, filosofía e historia i fundamentales**. Editorial Adriana Hidalgo. p. 154.
- Martín, R. B. (s.f.). **Contextos de Aprendizaje: formales, no formales e informales**. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, 13.
- Martínez, E. (2003). **Educación en la virtud. Principios pedagógicos de Santo Tomás**. *Revista electrónica mensual del Instituto Universitario Virtual Santo Tomás*, 27-72.
- Martínez González, Ma. De C. (1998). **Orientación escolar**. Madrid: Sanz y Torres.
- Martínez, Ma. C, Quintanal, J. & Téllez, J. A. (2002). **La orientación educativa: origen y desarrollo**. En Ma. C. Martínez, J. Quintanal. & J. A. Téllez. **La orientación escolar. Fundamentos y desarrollo**. (pp. 16-40). Madrid: Dykinson.
- Marzano, M. (2006). **La pornografía o el agotamiento del deseo**. Buenos Aires: Manantial.
https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang_es&id=FtsVBAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=la+pornografia&ots=_VkxNwv8-B&sig=Takl5huVwNhRM4zBpEsoYK1ap4#v=onepage&q&f=false
- MEC (1994). **Plan de acción tutorial y plan de orientación académico profesional**. Módulo específico para psicopedagogos. Madrid: Dirección General de Renovación Pedagógica, Centro de Desarrollo Curricular.
- MedlinePlus, Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU (2021) <https://medlineplus.gov/spanish/acercade/uso/usodecontenido/>

- Mejía, G. (2014). **Sexting: una modalidad cada vez más extendida de violencia sexual entre jóvenes**. Revista Perinatología y Reproducción Humana, Vol.28 (4), 217-221
- Messina, G. P. (2008). **Educación y trabajo: lecciones desde la práctica innovadora en América Latina**. Innoventos.
- Miller, Frank W. **Principios y servicios de orientación escolar**. Madrid, Editorial Magisterio Español S.A.
- Miranda, F. (2010). **“La reforma curricular de la educación básica”, en Los grandes problemas de México**. VII Educación. El Colegio de México, México. Recuperado en: <http://2010.colmex.mx/16tomos/VII.pdf>
- Montero, A. **Educación Sexual: Un pilar fundamental**. Rev Med Chile, 2011, pág. 1249-1251.
- Repetto (2002). **Modelos de orientación e intervención psicopedagógica**. Madrid: UNED.
- Rodríguez Espinar, S., Álvarez, M., Echevarría, B. & Marín, M. A. (1993). **Teoría y práctica de la orientación educativa**. Barcelona: PPU.
- Rodríguez Moreno, M. L. (1995). **Orientación e intervención psicopedagógica**. Barcelona: CEAC.
- Roger, G. (1980). **NECESIDAD PEDAGÓGICA Y PSICOLÓGICA DE LA ORIENTACIÓN**. En G. Roger, **Orientación Escolar** (págs. 37-59). Argentina: Kapelusz.
- Rosental, M. E IUDIN, P. (1981). **Diccionario filosófico**. La Habana. Editora Política.
- Rubio E. (1994) **Antología de la sexualidad humana**. 1^a ed. Consejo Nacional de Población, México.
- Rubio, E. (1994) **Antología de la sexualidad humana**. 2.^a ed. Consejo Nacional de Población, México.
- Ruíz, L. S. (2008). **Modelos de orientación e intervención psicopedagógica**. Universitat Jaume.
- Salinas F, Y Rosales L.A. (2016). **La agenda pendiente de la educación inicial y preescolar en México: sexualidad integral**. En Revista Educación. Departamento Educación PUCP Vol. XXV, N° 49. Recuperado de: <https://www.researchgate.net/.../308971833> [La agenda pendiente de la educacion ini.](#)
- Sampascual, G., Navas, L. & Castejón, J. L. (1999). **Funciones del orientador en primaria y secundaria**. Madrid: Alianza.

- Sánchez, Ma. **Caracterización del rol, espacio y límite del adolescente en una muestra variada de topografía familiar**. Universidad de la Habana: Facultad de Psicología; 2008.
- Sanchiz, M. L. (2007). **La intervención psicopedagógica para una adecuada convivencia**. III Jornadas serveis especialitzats d'orientación. Valencia: CEFIRE.
- San Martín, Hernán (1991), **“Salud y enfermedad”**. México. Medicina mexicana.
- Santana Vega, L. E. (2003). **Orientación educativa e intervención psicopedagógica**. Cambian los tiempos, cambian las responsabilidades profesionales. Madrid; Pirámide.
- Santillana, MA. (2021, FEBRERO). **La sexualidad en sociedades prehispanicas**. Ciencias UNAM -DG- DC. Recuperado de: <https://ciencia.unam.mx/leer/1086/la-sexualidad-en-sociedadesprehispanicas>
- Sanz Oro, R. (2001). **Orientación psicopedagógica y calidad educativa**. Madrid: Pirámide.
- Sarramona, J., Vázquez Gonzalo Y J. Colom, A. (1998). **La educación no formal y otros conceptos próximos**. En Sarramona, J., Vázquez Gonzalo y J. Colom, A. Educación no formal. (pp. 10-25). Barcelona: Ariel Educación.
- Sanvisens, A. M. (1987). **Educación, pedagogía y ciencias de la educación**. España: Barcanova.
- Secretaria de Educación Pública. **Manual de organización de la escuela de educación secundaria**. México: SEP. 1981.
- Secretaría de Educación Pública. **Planes y programas de Estudio de Educación Básica (Secundaria)**. México, 1993. Pág. 11.
- Secretaría de Educación Pública. **Sugerencias para la operación del programa de orientación educativa**. México, 1994.
- Secretaria de Educación Pública (2011). **Lineamientos de asignatura estatal**. México. Recuperado de: <http://www.curriculobasica.sep.gob.mx/index.php/estatal?sid=1143>
- Secretaria de Educación Pública (2015). **Saliendo adelante, disfrutando plenamente Cuaderno de viaje por la vida de las Madres Jóvenes y Jóvenes Embarazadas**. Dirección General de Educación Indígena de Subsecretaría de Educación Básica, México. Recuperado en: <http://dgei.basica.sep.gob.mx/>
- Secretaría de Educación Pública (2017). **Modelo Educativo para la educación obligatoria. Educar para la libertad, México**. Recuperado de:

http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207252/Modelo_Educativo_OK.pdf

- Smitter, Y. (2006). **Hacia una perspectiva sistémica de la educación no formal**. Laurus, p.17.
- Sosa, A. **Enfoque psicológico de la educación sexual en adolescentes**. México, 1994, pág. 95. Tesis (Licenciatura en Psicología Educativa). UPN.
- S/A. (24 de mayo de 2021). **Temas de salud para educadores**. Obtenido de Planned Parenthood: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-desalud/para-educadores/que-es-la-educacion-sexual>
- S/A. (01 de 05 de 2021). **Psicocode**. Obtenido de Psicocode: <https://psicocode.com/psicologia/orientacion-educativa/>
- Tapia, E. Y Rodríguez D. (2011a) **Elaboración de las propuestas curriculares con perspectiva de género de quinto y sexto de primaria**. Propuesta quinto grado. Instituto Nacional de las Mujeres. México.
- Tapia, E. Y Rodríguez, D. (2011b). **Elaboración de las propuestas curriculares con perspectiva de género de quinto y sexto de primaria**. Propuesta sexto grado. Instituto nacional de las mujeres. México.
- Triskier, F. (2011). **El segundo nacimiento. Algunas consideraciones acerca del desarrollo cerebral durante la adolescencia**. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 462 - 469.
- Vargas, E. (2007). **Sexualidad... mucho más que sexo**. Bogotá: Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de Psicología. Ediciones Uniandes.
- Vélaz De Medrano, C. (1998). **Orientación e intervención psicopedagógica: concepto, modelos, programas y evaluación**. Málaga: Aljibe.
- Villanueva, Y. A., & Chávez, L. S. (2013). **La orientación educativa en México**. Su historia y perfil del orientador. *Revista Pilquen*, 1-10.
- Virginia Galilea. (s/f). **Orientación vocacional**. Recuperado de https://www.sie.es/crl/archivo_pdf/ORIENTACION%20VOCACIONAL.pdf
- Weinberg, C. (1972). **Orientación educacional y sus funciones**. Buenos Aires, Argentina. Editorial Paidós.
- Woolfolk, A. (1996). **El trabajo de Erickson**. En *Psicología Educativa*. Prentice Hall, 6ª Ed. México. pp. 66-68.

- Zalpa, G. (2011). **Cultura y acción social. Teorías de las culturas.** El concepto de la cultura en las ciencias sociales. México: Editorial Plaza y Valdés.

PÁGINAS DE INTERNET:

- <http://www.eluniversal.com.mx/notas/546948.html>
- <https://www.mdemujer.org/cuales-las-diferencias-embarazo-planeado-noplaneado-las-mujeres-hijos/>
- <https://www.mdemujer.org/cuales-las-diferencias-embarazo-planeado-noplaneado-las-mujeres-hijos/>
- <https://www.gob.mx/conavim/articulos/embarazo-no-planificado-enadolescentes-y-acceso-al-aborto-legal-y-seguro?idiom=es>
- <https://medlineplus.gov/spanish/hivaids.html>
- http://paidopsiquiatria.cat/files/enfoque_cognitivo_coductual.pdf
- <https://hipertextual.com/2015/12/tipos-familia>
- http://cedhj.org.mx/poblacion_LGBTTTIQ.asp
- <https://www.cndh.org.mx/noticia/dia-internacional-contra-la-homofobia-la-transfobia-y-la-bifobia>
- <https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/secu-ae-explorabiologiasec.html>
- <https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/secu-ae-explorabiologiasec.html>
- https://salud.edomex.gob.mx/isem/derechos_sexuales#:~:text=Los%20derechos%20sexuales%20y%20reproductivos,ha%20firmado%20en%20este%20camp

ANEXOS

**RELACIÓN ENTRE LOS TEMAS DE SEXUALIDAD DEL LIBRO DE VIDA SALUDABLE
Y EL TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL.**

Libro vida saludable	Pág.	Taller de sexualidad (Tesis)
<p><u>Capítulo 7. Nuestra sexualidad.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> » Pubertad (Órganos sexuales femeninos y masculinos.) » Menstruación » El auto placer » Relaciones sexuales » Métodos anticonceptivos. » VIH-SIDA » Fecundación. (Espermatozoides, cromosomas) » Embarazo (Y el parto) 	<p><u>141</u></p> <p><u>149</u></p> <p><u>151</u></p> <p><u>142</u></p> <p><u>155</u></p>	<p><u>Módulo I. Mi cuerpo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> « Transición de infancia a adolescencia « Cambios físicos, biológicos, culturales, etc. « Enamoramiento y noviazgo. « Prácticas sexuales. <p><u>Módulo II. Comuni-Sex</u></p> <ul style="list-style-type: none"> « Comunidad LGBT+ « Mitos y prejuicios sobre la sexualidad. « Comunicación familiar, amigos, etc.
<p><u>Capítulo 3. Prevención de Enfermedades</u></p> <ul style="list-style-type: none"> » Higiene del cuerpo (Como lavar partes íntimas). 	<p><u>157</u></p> <p><u>158</u></p>	<p><u>Módulo III. Enfoque en el placer</u></p> <ul style="list-style-type: none"> « Deseo vs placer. « Zonas erógenas. « Pornografía y masturbación. « Juguetes sexuales. « Valores en la sexualidad.
<p><u>Capítulo 6. Prevención de la violencia</u></p> <ul style="list-style-type: none"> » Violencia en casa (Abuso sexual). 	<p><u>162</u></p> <p><u>70-71</u></p> <p><u>134-137</u></p>	<p><u>Módulo IV. Adole-Sex</u></p> <ul style="list-style-type: none"> « Enfermedades. « Anticonceptivos. « Embarazo. « Aborto. « Cuidado del cuerpo en el ejercicio de la sexualidad.

Temas en común: Libro vida saludable y taller de sexualidad.

❖ Modulo I: MI CUERPO

Pubertad, órganos femeninos y masculinos, menstruación, relaciones sexuales, higiene del cuerpo.

❖ Módulo III: ENFOQUE EN EL PLACER

El auto placer.

❖ Módulo IV: ADOLE-SEX

Métodos anticonceptivos, VIH-SIDA, Fecundación, Embarazo, violencia (abuso sexual).

TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL: **“Conoce tu sexualidad: Responsable y placenteramente”**

Por lo general la palabra taller en el lenguaje coloquial, es un lugar donde se hace, se construye o se repara algo, por ejemplo: los talleres de carpintería, los talleres mecánicos, talleres de herrería, etc. Pero este término no se queda aquí, desde hace varios años se ha ido perfeccionando este concepto de taller, extendiéndolo así al ámbito educativo, generando así la idea de que el taller es un lugar donde varias personas trabajan cooperativamente para hacer o reparar algo, es el lugar donde se aprende haciendo en conjunto con otros, dando así lugar a prácticas innovadoras que buscan métodos y estrategias en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Un taller es una modalidad de enseñanza -aprendizaje que se caracteriza por la combinación que se da entre la práctica y la teoría, en donde los encargados de impartir el taller exponen los fundamentos teóricos y procedimentales, que sirven de base a los estudiantes para que en conjunto realicen actividades que han sido diseñadas previamente y que los conducen u orientan a la comprensión y entendimiento de los contenidos, vinculándolos al mismo tiempo con la práctica. El taller es una estrategia idónea que permite la autonomía entre los participantes, bajo una continua supervisión y retroalimentación oportuna.

Nosotras concebimos los talleres como un medio y un programa, cuyas actividades se realizan simultáneamente al período de estudios teóricos como un intento de cumplir su función integradora.

La esencia del taller surge a partir de que creemos necesario e importante que los estudiantes reciban en la escuela, una adecuada educación acerca de temas sexuales, basada en el conocimiento científico, sin ningún tipo de prejuicio ni tabúes, aclarando las dudas de los estudiantes, reflexionando y analizando los temas, para que los estudiantes puedan obtener información confiable y correcta

respecto a este tema y, con ello puedan tomar mejores decisiones acerca de su sexualidad viviéndola de manera libre, placentera y responsable, además de que este informado de qué hacer y a dónde acudir en caso de que presente alguna situación de riesgo.

Este taller se dirige a los estudiantes entre los 14 y 15 años de edad, que cursen el tercer grado de educación secundaria, en alguna escuela pública ubicada en la Ciudad de México.

Este taller comprende 4 Módulos temáticos en 5 sesiones de trabajo, en las que se espera que los estudiantes reciban la información necesaria y adecuada sobre sexualidad, de manera que le permita aclarar y esclarecer sus dudas o inquietudes sobre su sexualidad. Para esto implementaremos un cuestionario. **(Véase ejercicio 1)**

Durante este taller se realizarán varias actividades de acuerdo a diversas temáticas.

Número de sesiones: 5 sesiones de 1 hora con 30 minutos cada una (1 sesión por semana).

Duración del taller: 5 semanas (7 horas y 30 minutos en total).

Metodología:

El presente taller será un espacio de confianza, respeto, tolerancia y participación, donde se realizará, trabajo en equipo e individual por parte de los estudiantes, a través de distintas actividades como debates, lluvias de ideas, cuestionarios, etc. Cada sesión tendrá un tema en particular, los cuales se abordaran con apoyo de materiales impresos (fotocopias), lecturas sencillas, esquemas, presentaciones (Power Point), entre otros con la finalidad de una mejor comprensión de los contenidos.

Temario:

Módulo I: Mi cuerpo

Propósito: Que los y las estudiantes conozcan las características de los cambios físicos y biológicos de su cuerpo y reconozcan sus conocimientos o inquietudes que tienen en torno a la sexualidad.

Temas:

- Reconociendo a los integrantes del grupo.
- Transición de la infancia a la adolescencia.
- Cambios físicos, biológicos, sociales y/o culturales.
- El enamoramiento y el noviazgo.
- Las prácticas sexuales (Sexo y sexualidad ¿Es lo mismo?)

Módulo II: COMUNI-SEX.

Propósito: Reflexionar sobre la importancia de la comunicación de los y las estudiantes con sus familiares, compañeros o pareja, con el fin de establecer un vínculo de confianza entre ellos, al hablar de algún tema de sexualidad.

- La comunidad LGBTTTIQ+
- Mitos y prejuicios sobre la sexualidad.
- Comunicación con la familia, escuela y compañeros.

Módulo III: The house of pleasure (enfoque en el placer)

Propósito: Que los y las estudiantes identifiquen, que las prácticas sexuales placenteras no están separadas de las responsabilidades que acarrea el ejercicio de las prácticas sexuales.

- El deseo vs el placer.
- Las llamadas zonas erógenas.
- Pornografía y masturbación.
- Juguetes sexuales.

- Valores en la sexualidad.

Módulo IV: Adoles-Sex.

Objetivo: Dotar de información y referencias fidedignas al adolescente acerca de su sexualidad para evitar situaciones de riesgo.

- Enferm-Edades de tipo sexual y los métodos anticonceptivos como métodos preventivos.
- El embarazo, el aborto y yo.
- ¿Cómo cuidar mi cuerpo en el ejercicio de la sexualidad?

MÓDULO I: MI CUERPO

Sesión 1

Propósito general: Conocer a los y las estudiantes que integraran el taller, así mismo darles a conocer los contenidos que se abordaran a lo largo de este, estableciendo acuerdos de convivencia.

Objetivos específicos	Tema.	Actividad y duración.	Material.
<ul style="list-style-type: none">• Explicar al grupo el objetivo del taller, los módulos y contenidos a abordar.• Establecer un ambiente de confianza, para que los y las estudiantes expresen sus dudas.• Saber los conocimientos con los que cuentan los y	<ol style="list-style-type: none">1. Encuadre del taller2. Integración grupal3. Presentación del taller.	<ol style="list-style-type: none">1. Presentación del taller, mediante hojas de trabajo del programa que serán entregados a los estudiantes. Se revisarán los contenidos a abordar en el taller2. Realizaremos la dinámica de integración:	<ul style="list-style-type: none">• Fotocopias del programa y del instrumento diagnóstico.• Rotafolio o pizarrón.• Marcadores.• Cinta adhesiva.

<p>las estudiantes en temas de sexualidad.</p>		<p><i>“Presentación por parejas”</i> (Anexo 2)</p> <p>3. Aplicación del instrumento diagnóstico (Anexo 1) que el estudiante entregará a alguna de las encargadas del taller.</p> <p>4. Se abrirá un espacio para aclarar dudas o resolver preguntas de los adolescentes.</p>	
<p>Evaluación:</p> <p>Se evaluará con:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Una rúbrica (anexo 23) ➤ El instrumento diagnóstico. 			

Sesión 2.

Propósito general: Que los y las estudiantes sean capaces de reconocer los cambios que han tenido durante la infancia e inicio de la pubertad y adquieran información sobre las diversas formas de relacionarse.

Objetivos específicos	Tema	Actividad	Material
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los cambios internos y externos que presenta nuestro cuerpo en la adolescencia tanto de hombre como mujer. • Reconocer la función de cada uno de nuestros aparatos reproductivos. • Conocer el funcionamiento del ciclo menstrual y la eyaculación. • Analizar el significado de noviazgo y enamoramiento, así como la importancia 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Transición de la infancia a la adolescencia. 2. Cambios físicos, biológicos y/o sociales. 3. El enamoramiento, el noviazgo. 4. Primer acercamiento a las prácticas sexuales. 5. Sexo y sexualidad ¿Es lo mismo? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se pedirá a los y las estudiantes que lleven una fotografía de cuando tenían entre 9- 10 años de edad y una reciente (edad actual). Posteriormente redactaran en una hoja blanca que cambios notan en ellos/as. 2. Se realizará la actividad: “Diferencias” (Anexo 3) y “verdadero o falso”. (Anexo 4) 3. Se realizará la actividad: “¿es 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarrón. • Esquemas del cuerpo del hombre y la mujer. • Esquemas de los aparatos reproductores masculino y femenino. • Tarjetas con preguntas. • Hojas blancas. • Plumones y/o colores. • Frases de presión. • Frases de presión. Análisis.

<p>de ambos en la adolescencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar lo que son las prácticas sexuales en la adolescencia. • Identificar las diferencias entre los conceptos de sexo y sexualidad. 		<p><i>verdad que...?</i> (Anexo 5).</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Espacio de dudas y/o preguntas. 5. Se realizaría la actividad: “Yo me enamoraría de...” (Anexo 6). 6. Se realizará la actividad: ““NO” es mi decisión” (Anexo 7). 7. De manera grupal se pedirá a los adolescentes que escriban en una hoja blanca que significa para ellos sexo y sexualidad. Posteriormente sus hojas las depositarán en una caja que tendrá la función de urna. 8. Se sacarán algunas hojas y leeremos algunas de sus respuestas. 9. Se realizará la actividad <i>“Construyendo una</i> 	
---	--	--	--

		<p><i>definición de sexualidades” (Anexo 18).</i></p> <p>10. Espacio de dudas y/o preguntas.</p>	
<p>Bibliografía</p> <ul style="list-style-type: none"> • PICK, Susan. Yo adolescente. Edit. Planeta, 3ra ed. México, 1995. • CASAS, M. Hablemos con los jóvenes: Guía práctica de educación de la sexualidad para padres y maestros. Edit. Trillas, 2da ed. México 2000. • Redacción (2019). Sexo y sexualidad no son lo mismo, conoce las diferencias. Revista al momento. Recuperado de https://almomento.mx/sexo-y-sexualidad-no-son-lo-mismo-conoce-las-diferencias/ 			
<p>Evaluación:</p> <p>Se evaluará:</p> <p>➤ Rubrica (anexo 23)</p>			

MÓDULO III: COMUNI-SEX.

Sesión 3.

Propósito general: Que los y las estudiantes reflexionen la reproducción de los estereotipos, mitos y prejuicios entorno a la sexualidad y la comunidad LGBTTTIQ+.

Objetivos específicos	Tema	Actividad y duración	Material
<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar acerca de los estereotipos o prejuicios que se dan entorno a la comunidad LGBTTTIQ+. • Propiciar y promover la comunicación entre el o la adolescente y sus familiares cercanos. • Describir la comunicación de los y las adolescentes en la escuela y entre sus compañeros ante la sexualidad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. La comunidad LGBTTTIQ+. 2. Comunicación del adolescente en la familia. 3. Comunicación en la escuela y con sus compañeros. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se realizara la actividad titulada ideales en los tiempos de antaño (anexo 8). Posteriormente realizaremos la actividad titulada marcianos de la tierra (anexo 9). 2. Se realizará la actividad “Carta a mis padres” (Anexo 10). 3. Realizaremos la actividad de “Mito o dato” (Anexo 11). 4. Espacio de dudas y/o preguntas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas blancas. • Plumas o lápices. • Lista de frases sobre sexualidad. • Portafolios de papel bond. • Plumones de colores.

BIBLIOGRAFÍA:

- GIOMMI, Roberta. *Programa de educación sexual*. Edit. Everest, España, 1999.
- <http://www.surt.org/maletaintercultural/index.php?vlg=0&vmd=0&vtp=2&tex=16#borde-op>

Evaluación:

Se evaluará :

- Rubrica (anexo 23)

MÓDULO 3: The house of pleasure.

Sesión 4.

Propósito general: Que los y las estudiantes conozcan su cuerpo y las diversas maneras de sentir placer, a través del conocimiento de sus zonas erógenas.

Objetivos específicos	Tema	Actividad y duración	Material
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer que el deseo y el placer son 2 concepciones con significados diferentes. • Reconozcan en su cuerpo espacios de placer y al mismo tiempo tengan responsabilidades al llevar a cabo las prácticas sexuales. • Identificar como la pornografía interviene en las concepciones de las relaciones sexuales 	<ol style="list-style-type: none"> 1. El deseo vs el placer. 2. Las llamadas zonas erógenas. 3. La pornografía y la masturbación. 4. Los juguetes sexuales. 5. Valores en la sexualidad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizaremos la actividad titulada: <i>“Esto y Así... me gusta”</i> (Anexo 12). 2. Leeremos en plenaria el artículo <i>“Las zonas erógenas”</i> (Anexo 13). 3. Realizaremos la actividad: <i>¿Qué hago? ¿Cómo me siento?</i> (Anexo 14). 4. Se realizará la actividad <i>“Mitos del porno”</i> (Anexo 15). 5. Se realizará la actividad <i>“El</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Post-it de colores. • Rotafolio con los círculos de los niveles de placer. • Fotocopias del artículo. • Fichas de los casos con las preguntas correspondientes. • Fichas de contenidos para cada caso. • Dibujos de los órganos genitales

<p>heteros y lésbicas-gays.</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar el uso y función de algunos juguetes sexuales básicos. <p>Promover en los adolescentes el desarrollo de su sexualidad de forma responsable y establecida con valores.</p>		<p><i>ahorcado sexual</i>" (Anexo 16).</p> <p>6. Se realizará la actividad: "Los valores en la sexualidad".</p>	<p>femeninos y masculinos.</p> <ul style="list-style-type: none"> "Xiques, crispetes i pipigragia" (Escena del Film: Blog). Computadora. Proyector. Mapas ciegos de los órganos genitales femenino y masculino. Fotocopias: Hasta 16 mitos del porno.
<p>Artículo recuperado de:</p> <ul style="list-style-type: none"> https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/vida-sexual/zonas-erogenas.html#:~:text=Pero%20en%20realidad%20toda%20la,y%20los%20laterales%20del%20t%C3%B3rax Anónimo. (2013) "Aproximación al maravillo mundo de los juguetes sexuales". MÜNCH, Lourdes. Ética y valores. Edit. Trillas; México, 2009. Video Xiques, crispetes i pipigragia", recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=8D3GIKIoTvY 			
<p>Evaluación:</p> <p>Se evaluará:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Rubrica (anexo 23). 			

MÓDULO IV: Adoles-Sex.

Sesión 5.

Propósito general: Que los y las estudiantes conozcan las enfermedades de transmisión sexual y sus vías de contagio, de igual manera reflexionen sobre la importancia del uso de métodos anticonceptivos para evitar algún tipo de contagio o un embarazo.

Objetivos específicos	Tema	Actividad y duración	Material
<ul style="list-style-type: none"> • Explicar la importancia que tienen los diferentes métodos anticonceptivos y las consultas de salud en la prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS). • Conocer las consecuencias del embarazo precoz y el aborto. • Analizar las diversas situaciones a las que 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Enferm-Edades de tipo sexual y los métodos anticonceptivos como métodos preventivos. 2. El embarazo, el aborto y yo. 3. ¿Cómo cuidar mi cuerpo en la sexualidad? 	<ul style="list-style-type: none"> • Se realizará la actividad “¿Qué sabemos?” (Anexo 19). • Se realizará la actividad de la botella (Anexo 20). • Se realizará la actividad: “Decisiones de Autocuidado” (Anexo 21). • Se entregará a cada estudiante un catálogo de diversas instituciones dónde 	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenador. • Proyector. • Presentación de power point. • Pizarrón o rotulador de hojas bond. • Hojas blancas. • Plumones y plumas de colores. • Una botella grande de plástico. • Lista de preguntas. • Tarjetas. • Cartulina.

<p>los y las estudiantes se puede enfrentar a la hora de experimentar prácticas sexuales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dar las herramientas necesarias a los y las estudiantes, para que puedan decidir libre y responsablemente sobre su cuerpo. 	<p>4. Clausura del taller.</p>	<p>podrá obtener información fidedigna respecto a temas de sexualidad (Anexo 22).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Al finalizar el taller se pedirá a cada estudiante que exprese por escrito en una hoja blanca su opinión acerca de que les pareció el taller y si les dejó o no algo positivo. • Despedida (5 min). 	<ul style="list-style-type: none"> • Lápices, plumas y/o plumones de colores. • Hojas blancas.
<p>BIBLIOGRAFÍA: HIRIART, Vivianne. Todos los métodos anticonceptivos: ¿Cómo funcionan? Edit. Grijalbo, México, 2003.</p> <p>GIOMMI, Roberta. Programa de educación sexual. Edit. Everest, España, 1999.</p> <p>GALLOTI, A. Guía sexual para adolescentes. Edit. Juventud. 2da ed., Barcelona, 2002.</p>			
<p>Evaluación:</p> <p>Se evaluará:</p> <p>➤ Rubrica (anexo 23)</p>			

EJERCICIOS DE LAS ACTIVIDADES A DESARROLLAR EN CADA SESIÓN.

Ejercicio 1: Instrumento.

Edad: _____

Alcaldía donde vives: _____ ¿Con
qué género te identificas?

Femenino: _ Masculino: _ Con alguno de la comunidad LGBT+TIQ+: ___ No binario:
—

1. ¿Con quién vives?
2. Para ti, ¿Qué es la sexualidad?
3. ¿Hablas con tus padres, madres, tutores, etc. sobre temas de sexualidad?
4. ¿Prácticas alguna religión? ¿Cuál?
5. ¿Cómo impactan tus creencias religiosas en tus ideas y/o prácticas sexuales?
6. ¿De quién has recibido información sobre sexualidad?
7. ¿Ha sido suficiente a información que has recibido sobre sexualidad en tu escuela?
8. Podrías explicarnos más detalladamente por qué de tu respuesta anterior
9. ¿Por qué crees que es importante que los adolescentes reciban educación sexual?
10. En este momento de tu vida ¿Qué necesitas saber sobre tu sexualidad? 11. ¿Cuáles son tus mayores preocupaciones sobre la sexualidad humana?
12. ¿Conoces tus derechos sexuales y reproductivos?
13. Menciona los métodos anticonceptivos que conoces.
14. ¿Sabes que es una zona erógena?
15. ¿Qué es para ti un orgasmo?
16. ¿Cómo identificas a una persona sexy?
17. ¿Qué piensas de la masturbación?
18. ¿Cuál es la función de la pornografía en la vida del adolescente?
19. ¿Qué opinas de enviar fotografías mostrando alguna parte de tu cuerpo desnudo a tus amigos, pareja, etc?
20. Para ti, ¿cuándo sería el mejor momento para iniciar tu vida sexual?

Ejercicio 2: Dinámica de integración: “Presentación por parejas”.

Objetivo:

Que las y los asistentes rompan el hielo y se conozcan, para que puedan trabajar en un ambiente de confianza.

Materiales:

- Rotafolio o pizarrón.
- Marcadores y □ Cinta adhesiva.

Duración: 30 minutos.

Desarrollo.

1. Se les pide que se pongan de pie.
2. Se les pide que se enumeren; por ejemplo, si son 30 personas del 1 al 15 y se repite.
3. Se les pide que quienes tengan el mismo número se reúnan e intercambien durante tres minutos su nombre completo, profesión, lugar de trabajo, alguna actividad que les guste realizar, su interés por asistir al taller y sus expectativas.
4. En plenaria, cada participante se presenta, en un minuto, como si fuera esa otra persona.
5. Se les pide que pongan atención en la presentación que hacen, especialmente cuando representan a alguien de diferente sexo.
6. Durante la plenaria, el facilitador va anotando las expectativas de cada persona en una hoja de rotafolio o en el pizarrón.
7. De igual manera, llamará la atención sobre la forma de cómo se presentan: la ausencia del segundo apellido, de la profesión, etc.
8. Comentar y retroalimentar sobre estas observaciones.

Ejercicio 3: Diferencias.

Objetivo: Identificar los cambios internos y externos que sufre el cuerpo del y la adolescente (hombre y mujer).

Material:

- Pizarrón.
- Esquemas del cuerpo del hombre y la mujer.
- Esquemas de los aparatos reproductores masculino y femenino.
- Plumones y/o colores.

Duración: 20 minutos.

Desarrollo.

1. Se repartirá a cada estudiante 2 esquemas (Uno del cuerpo del hombre y la mujer y otro de los aparatos reproductores, masculino y femenino)
2. Se pedirá a los adolescentes que marquen con color o plumón azul en el esquema del cuerpo del hombre y la mujer las partes externas del cuerpo que sufren cambios importantes durante la adolescencia.
3. Con un color rojo marcarán en el esquema de los aparatos reproductores (masculino y femenino) cuales son las zonas que sufren cambios importantes en el interior del cuerpo, durante la adolescencia.
4. Se pedirá que guarden su hoja y se trabajará con el tema correspondiente.
5. Al concluir el tema, se pedirá que vuelvan a sacar sus esquemas y rectificaremos con lo visto en la sesión.

Ejercicio 4: Verdadero o Falso.

Objetivo: Identificar los aprendizajes previos y nuevos del adolescente, sobre el tema de los aparatos reproductores femenino y masculino.

Material:

- Fotocopias de la actividad.
- Pizarrón.
- Plumones.
- Esquemas de los aparatos reproductores.

Duración: 20 minutos.

Desarrollo.

1. Se repartirá a los adolescentes una fotocopia con 10 preguntas.
2. El estudiante leerá con atención y marcará la casilla de verdadero o falso.
3. Al terminar las 10 preguntas volteará su hoja y esperaremos a que la mayoría de sus compañeros termine.
4. Se resolverán las preguntas en plenaria al final.
5. Cada adolescente se calificará.

Ejercicio 5: ¿Es verdad que...?

Objetivo: Conocer y analizar algunos de los mitos más comunes sobre la menstruación y la eyaculación.

Material:

□ Tarjetas de preguntas.

Desarrollo:

1. Se formarán equipos de cuatro a seis integrantes según la totalidad de estudiantes.
2. Se repartirán a cada equipo un juego de tarjetas con las preguntas escritas.
3. Cada equipo deberá decidir si la respuesta a la pregunta de las tarjetas es verdadera o no y por qué. En caso de duda, la tarjeta se dejará de lado.
4. Cada uno de los integrantes de cada equipo leerá ante el resto del grupo las preguntas que le han tocado a su equipo y dirán si es verdad o no.
5. Al finalizar todos los equipos leerán aquellas tarjetas que dejaron de lado y en las cuales se tiene duda para que de manera grupal se pueda responder.

Tarjetas de Preguntas.

1. ¿Es verdad que a una adolescente le hace mal bañarse o nadar cuando esta menstruando?

Falso. No existe ninguna razón física que limite a una mujer para que realice cualquier actividad durante su periodo menstrual.

2. ¿Es verdad que una adolescente puede quedar embarazada aún si un adolescente no eyacula o “se viene” dentro de ella?

Verdadero. Aún si un adolescente eyacula cerca de la vagina de una adolescente, en la vulva, es posible que el esperma encuentre un camino para entrar en la vagina.

3. ¿Es verdad que una adolescente puede quedar embarazada si ha tenido relaciones durante su periodo menstrual?

Verdadero. Es posible que una adolescente quede embarazada en cualquier momento durante su ciclo menstrual, incluso durante el sangrado.

4. ¿Es verdad que los hombres que tiene un pene más grande, gozan más sexualmente?

Falso. No existe ninguna relación entre el tamaño del pene y el goce sexual. Algunos que así lo creen pueden enorgullecerse de ello pero lo real es que aun con un pene “chico” se siente placer. Los penes erectos tiene un tamaño similar aunque flácidos se vean diferencias marcadas.

5. ¿Es verdad que una adolescente puede quedar embarazada la primera vez que tiene relaciones sexuales?

Verdadero. Una adolescente puede quedar embarazada la primera vez y cada vez que ella tenga relaciones sexuales, a menos que ella o su pareja utilicen un método anticonceptivo confiable.

6. ¿Es verdad que tanto hombres como mujeres pueden llevar la iniciativa para las relaciones sexuales?

Verdadero. La mujer tiene el mismo derecho y capacidad de llevar esta iniciativa si ella lo desea. Muchas veces la sociedad trata de reprimir la iniciativa de la mujer no solo en lo que se refiere a las relaciones sexuales sino a otras áreas de su vida que implican que ella tome una decisión.

7. ¿Es verdad que la primera vez que la mujer tiene contacto sexual suele ser muy doloroso?

Falso. Si existe una buena lubricación y preparación psicológica emocional para el acto sexual no tiene que ser doloroso.

Ejercicio 6: Yo me enamoraría de...

Objetivo: Reflexionar sobre las características que determinan la elección de pareja.

Material:

- Fotocopias de la actividad.

Duración: 20 minutos.

Desarrollo.

1. Se otorgará a cada estudiante una fotocopia de la actividad.
2. Se deberá contestar de manera rápida con un tiempo contra reloj de 5 minutos para hacerlo.

Fotocopia de la actividad:

YO ME ENAMORARÍA DE...

Sexo (h/m): _____ Edad: _____

Yo me enamoraría de una persona que...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Ejercicio 7: “NO” es mi decisión.

Objetivos:

- Identificar emociones y sentimientos, y su relación con aquello que hacemos o no hacemos.
- Identificar las emociones y los sentimientos que experimentamos al decir NO (límites).
- Identificar las emociones y los sentimientos que experimentamos cuando alguien nos dice NO.
- Entrenar la capacidad empática
- Conocer los diferentes estilos de comunicación
- Reconocer frases y situaciones de presión en las relaciones sexo-afectivas
- Entrenar técnicas y habilidades comunicativas para responder a la presión Explicar el consentimiento como algo que pasa por un Sí explícito.

Materiales:

- Frases de presión.
- Frases de presión. Análisis.
- Hojas blancas.
- Bolígrafos
- Ordenador, proyector, audio, conexión a internet (opcional)
- Corto: Los Gritones. (opcional)

Duración: 60 minutos.

Desarrollo:

1. Se reparte a cada persona 12 trozos de hojas blancas numerados y un bolígrafo.
2. La persona referente de la actividad lee una frase y cada persona debe escribir en el papel una posible respuesta a esa frase. En total se leerán 12 frases, todas ellas frases de presión para coaccionar a alguien a tener relaciones sexuales.
3. Después de leer todas las frases se recogen los papeles juntando cada frase con sus posibles respuestas.

4. Dividimos el grupo grande en grupos pequeños y repartimos las frases con sus respuestas. (Ej.: Grupo 1: frases y repuestas 1-2-3; Grupo 2: frases y repuestas 4-5-6; etc.)
5. Cada grupo deberá discutir qué implica cada frase de presión, qué nos puede hacer sentir, por qué nos puede resultar difícil dar una respuesta... y elegir cuál consideran que es la mejor respuesta y por qué.
6. Se pondrá en común el trabajo realizado por los grupos. A continuación, se abrirá un debate que puede dinamizarse con las siguientes preguntas: a) ¿Qué es una frase de presión?, b) ¿Qué sentimientos y emociones nos genera una frase de presión? (persona receptora), c) ¿Por qué se utilizan este tipo de frases? (persona emisora), d) ¿Qué podemos hacer si, a pesar de nuestras negativas, nuestra pareja o la persona con la que estamos nos sigue presionando?, e) ¿Qué factores nos pueden hacer aceptar una situación que no queremos?, f) ¿Podríamos clasificar estas frases entre propias de chicos y propias de chicas?, g) ¿En qué situaciones aparecen este tipo de frases? Aquí pueden explicar situaciones que hayan vivido o les hayan explicado.

Para dinamizar el debate puede ser de ayuda el documento de Análisis de las frases de presión.

7. Ver el corto Los Gritones. Recoger las impresiones del grupo sobre el cortometraje y relacionarlas con lo que se ha trabajado. (opcional).

Frases de presión.

Si me quisieras, lo harías.
Todo el mundo lo hace, nuestros amigos y amigas de nuestra edad lo han hecho.
Si no lo hacemos, tendré que buscar a otra persona.
Si te quedas embarazada, viviremos juntos.

Tienes que crecer, no puedes ser siempre una niña.
Ya verás cómo te va a gustar.
Si lo hacemos, estaremos más unidos.
Si no querías hacerlo, ¿Por qué has empezado?
No me hagas esto.
Si bebemos un poco más nos dará menos vergüenza.
Podemos tomar algo que hará que nos olvidemos de todo y nos la pasemos genial.
Tienes tantas ganas como yo.

Frases de presión. ANÁLISIS.

<p>1. Si me quisieras, lo harías.</p> <p>Con esta frase se señala que tener relaciones sexuales es una prueba del amor ya que relaciona el amor hacia alguien con el “hacer las cosas” para y por esa persona. Tener o no tener relaciones sexuales es una decisión personal que no necesariamente se relaciona con la estima que sentimos hacia una persona.</p>
<p>2. Todo el mundo lo hace, nuestros amigos y amigas de nuestra edad lo han hecho.</p> <p>En esta frase se dice que lo que hace la mayoría es lo correcto. No hacer lo que hace la mayoría de la gente puede hacer que nos sintamos “fuera del grupo”, excluidos y excluidas. Si bien es cierto que necesitamos sentir que pertenecemos a un grupo, la sexualidad tiene que ver con nuestro propio cuerpo y emociones. Cada persona es diferente por tanto, la decisión sobre su cuerpo y su sexualidad depende sólo de ella, el respeto hacia los tiempos y decisiones de cada persona es un derecho.</p>
<p>3. Si no lo hacemos, tendré que buscar a otra persona.</p> <p>Esta frase es un chantaje emocional. Juega con la idea de que si no accedemos va a pasar algo que no nos gustará.</p>
<p>4. Si te quedas embarazada, viviremos juntos.</p>

<p>Detrás de esta frase ésta la idea de construir una familia, algo que se relaciona con la vida adulta. Además, con esta idea se suele fantasear con una vida adulta en familia cercana a los ideales que podemos ver en películas, canciones series, etc.</p>
<p>5. Tienes que crecer, no puedes ser siempre una niña.</p> <p>Aquello que nos hace personas maduras es la capacidad para tomar decisiones. Es respeto hacia los tiempos y decisiones de cada persona es un derecho.</p>
<p>6. Ya verás como te va a gustar.</p> <p>Esta frase es un chantaje emocional. Juega con la idea de que si accedemos a algo va a pasar algo que nos gustará. Lo que nos gusta o no nos gusta sólo lo sabemos nosotras y nosotros mimos/as.</p>
<p>7. Si lo hacemos, estaremos más unidos.</p> <p>Con esta afirmación se alimenta el mito de que las relaciones sexuales son un punto máximo en la relación amorosa. Tener relaciones sexuales es algo relacionado con la intimidad, pero para sentirnos vinculados a otra persona no tenemos por qué tener relaciones sexuales con ella.</p>
<p>8. Si no querías hacerlo, ¿Por qué has empezado?</p> <p>Aceptar compartir intimidad no significa aceptar realizar todas las prácticas que le apetezcan a la persona o personas con quien la compartimos. Es posible aceptar un tipo de intimidad y no otra, un tipo de prácticas y no otras. Tenemos derecho a para, a decir NO a una práctica o a una relación, siempre que queramos. Esta frase además, intenta hacer sentir culpable a la persona que dice que NO. Decir NO es un derecho que hay que respetar, y el NO siempre prevalece frente al SI.</p>
<p>9. No me hagas esto.</p> <p>Las decisiones de las demás personas pueden no gustarnos, puede incluso que nos hagan daño o que nos molesten. Sin embargo, no podemos obligar a nadie a hacer algo que no quiere para evitar estos sentimientos. Esta frase además, intenta hacer sentir culpable a la persona que dice que NO. Decir NO es un derecho que hay que respetar.</p>
<p>10. Si bebemos un poco más nos dará menos vergüenza.</p> <p>El alcohol y otras drogas pueden desinhibirnos y hacernos perder la vergüenza. Son sustancias que implican un cambio en nuestro estado de consciencia y que por tanto influyen también en como tomamos las</p>

<p>decisiones en este estado. Decidir si queremos cambiar nuestro estado de consciencia es una decisión individual, nadie nos puede obligar a ello. Con esta frase se propone a alguien consumir alcohol para conseguir un cambio en una decisión. Esta frase que chantajea, diciendo que si se consume va a pasar algo positivo.</p>
<p>11. Podemos tomar algo que hará que nos olvidemos de todo y nos la pasemos genial.</p> <p>Algunas drogas pueden provocar estados emocionales positivos. Las drogas son sustancias que implican un cambio en nuestro estado de consciencia y que por tanto influyen en las decisiones que tomamos sobre nuestra sexualidad cuando estamos en este estado. Tomar o no toma drogas es una decisión individual, nadie nos puede obligar a ello. Con esta frase se propone a alguien consumir drogas para “olvidar” los motivos que le llevan a decir NO. Es una frase que chantajea, diciendo que si se consume va a pasar algo positivo.</p>
<p>12. Tienes tantas ganas como yo.</p> <p>Que una persona tenga ganas de tener relaciones sexuales no implica que la otra también tenga. El deseo y las ganas son individuales y subjetivos. La comunicación en este sentido es muy importante para saber qué quiere y qué no quiere la otra persona, y respetarlo.</p>

Ejercicio 8: Ideales en los tiempos de antaño.

Objetivo: Evidenciar la construcción social de los roles de género.

Materiales:

- Rotafolios de papel bond.
- Plumones de colores.
- Cinta adhesiva.

Duración: 35 minutos.

Desarrollo.

En una hoja grande de papel bond se hacen dos columnas: el hombre ideal y la mujer ideal.

El hombre ideal.

La mujer ideal.

Se pide a los estudiantes que escriban en cada una de ellas las características consideradas como ideales para los hombres y para las mujeres en el tiempo de sus abuelos y abuelas. (5 m)

Después, a partir de ese listado, se pregunta cuáles son las que se mantienen hasta hoy y las que no y se inicia el debate (25 m)

Apuntes para reflexión:

¿Qué ha cambiado en lo que se espera de las mujeres y de los hombres, desde el tiempo de los abuelos hasta hoy?

¿Qué similitudes y qué diferencias se encontraron en las características encontradas por las diferentes personas de la clase, de diferentes orígenes?

¿Por qué creen que ha cambiado o por qué no ha cambiado? (distinguir las luchas políticas de las mujeres, los modelos familiares, la relación entre ellos en la escuela) ¿Cuáles de las características indicadas tienen un fundamento biológico y cuales tienen una explicación social?

¿Se nace hombre o mujer o nos hacemos hombres o mujeres?

Observaciones: Este puede ser un buen momento para conocer los roles de género de cada cultura. Las culturas no deben ser estigmatizadas por sus roles de género, sin embargo, las tradiciones no pueden ir nunca en contra de los derechos fundamentales de toda y cualquier persona. Es importante también que los y las estudiantes entiendan que las diferencias de género existen en las diferentes clases sociales, en todas las nacionalidades y que no es solamente una cuestión de la esfera individual, sino que afecta todas las áreas de la vida humana.

Idea: A partir de este ejercicio se puede explicar la diferencia entre los conceptos de sexo y de género (dinámica siguiente). Se puede también dividir el grupo en subgrupos de acuerdo con sus orígenes, para que después se pueda comparar las diferentes idealizaciones de los hombres y de las mujeres en los diferentes sitios.

Ejercicio 9: Marcianos en la Tierra.

Objetivos:

- Identificar estereotipos de género
- Analizar las diferencias de género en la educación de las y los adolescentes.

Materiales:

- Rotafolio de papel bond.
- Plumones de colores.

Duración: 45 min.

Desarrollo.

1.- El grupo de estudiantes recibe la noticia que va a recibir la visita de una comisión de marcianos (plutonianos, jupiterianos) en la clase; están interesados en conocer a los y las habitantes de la Tierra, pero como sabe que son muchos y diversos empezará por España, donde sabe que habitan muchas culturas. Esta comisión supo que en la especie humana del Planeta Tierra hay hombres y mujeres, pero no sabe cómo distinguirlos, por eso pide ayuda al grupo de estudiantes para que les den pistas para poder saber cómo distinguirlos, en particular a los más nuevos, a los niños, niñas y jóvenes.

2.- Se dividen los estudiantes en varios grupos.

3.- Unos grupos se encargan de la distinción entre niños y niñas y otro/s de la distinción entre jóvenes mujeres y jóvenes varones. (Si son 4 grupos, cada uno podrá trabajar una de las categorías: niños, niñas, jóvenes mujeres, jóvenes hombres).

4.- Él/la docente sugiere algunos indicadores:

- diferencias físicas
- formas de vestir
- juguetes
- la forma como los adultos hablan y se relacionan con ellos y con ellas
- lo que les gusta jugar y hacer
- comportamientos más habituales (en la escuela, en la casa, en el grupo de pares.

5.- Cada grupo, hace su debate interno y después prepara la presentación de sus resultados a la comisión, mostrando su mapa de pistas de la forma más original posible (diseñando en el papel bond o a través de teatro, danza, música, etc.) (10 m para la preparación)

6.- Cada grupo presenta su mapa de pistas a la comisión (7/9 m)

7.- Se socializan y debaten las conclusiones (15 m)

Apuntes para reflexión:

¿Fue fácil encontrar diferencias en las formas de educación de los niños y niñas?

¿Qué diferencias culturales encontraron?

¿Qué consecuencias tiene la educación de los niños y niñas cuando son después adultos?

¿Ser hombre y ser mujer depende de hecho de la biología de los cuerpos o de la forma como se educa?

¿Cómo se educan a los niños? ¿Qué se les dice con esa educación?

¿Y a las niñas, cómo se educan a las niñas?

Observaciones: rescatar todos los estereotipos de género que surjan en el debate, se puede analizar la construcción social que se hace del ser hombre y del ser mujer.

Ejercicio 10: Carta a mis padres.

Objetivo: Facilitar la comunicación entre el o la adolescente y sus padres.

Materiales:

- Hojas blancas.
- Lápices o plumas.

Duración: 25 minutos.

Desarrollo:

- 1- Solicitar a los y las adolescentes que escriban una carta dirigida a sus padres o a alguno de ellos. En ésta comentarán algún aspecto del que no han podido hablar con él (ella, ellos) y del cual les gustaría hablar.
- 2- Preguntar si algún voluntario quisiera leer su carta al grupo. Si nadie quiere leerla, pedir que comenten su experiencia: los que escribieron cómo se sintieron y los que no la hicieron que expongan sus razones.
- 3- Sugerir como actividad en casa que entreguen la carta a su destinatario considerando las posibles consecuencias de ello.

Ejercicio 11: Mito o dato.

Objetivo: Identificar qué es lo que conocen los alumnos sobre su sexualidad mediante la comunicación con sus compañeros de clase, aclarando las posibles dudas que puedan tener.

Material: Lista de frases sobre sexualidad.

Duración: 55 minutos.

Desarrollo.

- 1- Dividir el grupo en 4 equipos.
- 2- A cada equipo se le dará una lista de frases, de las cuales algunas se refieren a mitos sobre la sexualidad y otras a datos ciertos.
- 3- Cada equipo deberá leer las frases, y entre todos dirán por qué es mito o dato.
- 4- Al finalizar todos los equipos, se aclararán cuáles son datos y cuales son mitos, junto con las dudas que se tengan.

Lista de frases.

- La ducha vaginal previene el embarazo

Mito. La ducha vaginal no es un método efectivo de anticoncepción.

- Los jóvenes pueden tener enfermedades transmitidas sexualmente sin tener síntomas

Dato. Mientras que algunas enfermedades venéreas pueden mostrar síntomas fácilmente reconocibles, otras no. La gonorrea, por ejemplo, normalmente no presenta síntomas en la mujer y poco detectable en el hombre. Es importante hacerse examinar por un médico, si uno piensa que tiene una de esas infecciones.

- Una vez que un hombre se ha excitado y tiene una erección, debe continuar hasta el final porque puede ser dañino sino lo hace.

Mito. No hace daño el no eyacular cada vez que el hombre tiene una erección. En ocasiones un hombre puede llegar a sentir alguna molestia si se mantiene excitado sexualmente durante un periodo prolongado. Esto desaparecerá si es capaz de relajarse.

- Los condones o preservativos ayudan a prevenir la propagación de las enfermedades transmitidas sexualmente.

Dato. Los condones no son solo un método anticonceptivo efectivo, sino que también son eficaces en prevenir la propagación de muchas enfermedades de transmisión sexual, incluso en SIDA.

- Un hombre con un pene más grande es más potente sexualmente que uno con un pene pequeño.

Mito. El tamaño del pene no tiene relación ninguna con la potencia del hombre.

- Una adolescente puede quedar embarazada si tiene relaciones sexuales durante la menstruación.

Dato. Es posible que una adolescente quede embarazada en cualquier momento durante su periodo menstrual.

- El masturbarse puede producir enfermedades mentales.

Mito. El masturbarse no produce ningún tipo síntoma de enfermedad mental ni física.

- Una adolescente puede quedar embarazada aún si un adolescente no eyacula dentro de ella.

Dato. Aún cuando un adolescente eyacule cerca de la vagina de la adolescente, es posible que el espermatozoides encuentre el camino hacia la vagina.

Ejercicio 12: “Esto y así me gusta”

Objetivos:

- Vincular el placer con las emociones y sentimientos.
- Visibilizar la diversidad de preferencias sexuales.
- Visibilizar la diversidad de prácticas sexuales.

Materiales:

- Post-it.
- Bolígrafos.
- papel bond con los círculos de los niveles de placer.

Duración: 40 minutos.

Desarrollo:

- 1- La dinámica se inicia repartiendo a cada joven post-it (3-4) en los que deberán escribir (siendo lo más específicas/específicos posible) aquellas prácticas sexuales que les gustan. Detrás de cada papel cada persona podrá el símbolo de chico o chica en función de su sexo.
- 2- Después colocaremos en el centro del salón el rotafolio con los círculos de excitación y placer.



3. Cada persona colocará prácticas en los círculos que corresponda en función del grado de placer que les produce esa práctica.
4. Una vez que todas las prácticas estén colocadas, lanzaremos las siguientes preguntas al grupo:
 - ¿Qué tipo de prácticas han sido más repetidas?
 - ¿Añadirías alguna práctica?
 - ¿Todas las prácticas gustan a todo el mundo?
 - ¿Qué factores influyen en que una práctica nos guste o no?
 - ¿Hablamos con nuestras parejas sexuales sobre aquello que nos gusta?
 - Observando las prácticas, ¿podemos identificar qué prácticas han sido escritas por chicos y cuáles por chicas?
 - ¿Las prácticas que han aparecido nos muestran una diversidad en las preferencias sexuales?

Ejercicio 13: Artículo.

Las zonas erógenas

Las **zonas erógenas** son aquellas que por su sensibilidad provocan sensaciones de placer al ser estimuladas, dado que en ellas se acumulan muchas terminaciones

nerviosas. Y no se limitan a los órganos sexuales, lo que en muchas parejas pueden constituir una verdadera obsesión, hasta el punto de olvidar el resto del cuerpo. En una relación sexual que pretende ser plenamente satisfactoria es necesario conocer las **zonas erógenas** de la pareja y saber cómo estimularlas para producir la excitación y el placer. Cada persona responde de una manera diferente a su estimulación y unas le resultan más gratificantes que otras. Hay que explorarlas todas para conocer las sensaciones que su estímulo genera en la pareja y así poder ofrecerle la máxima satisfacción.

Se puede comenzar por la cabeza, masajeando el pelo, lo que produce una sensación muy relajante. O acariciando y besando la nuca, para causar un escalofrío que recorra la espalda. Los lóbulos y la parte trasera de las orejas son también muy sensibles, especialmente en los hombres. Finalmente, los labios incrementan su sensibilidad con la excitación y basta un roce muy leve para que se sienta una sensación muy placentera.

Los pies también pueden proporcionar sensaciones de placer, más allá de provocar cosquillas. Pero en realidad toda la piel puede ser considerada una zona erógena, especialmente la parte interior de muslos y brazos -incluidas la parte posterior de las articulaciones-, el abdomen -entorno al ombligo y llegando al pubis-, la espalda, las axilas y los laterales del tórax.

En lo que se refiere a los pechos, éstos son mucho más sensibles en la mujer que en el hombre y, de hecho, son una de sus principales zonas erógenas. Aunque en cada mujer puede cambiar el modo de estimulación más satisfactorio: caricias muy leves, apretar suavemente los pezones erectos, presionar con toda la mano, etc.

Queda finalmente la zona del suelo pélvico, en el que se ubica el ano, el periné, y el clítoris, la vulva y la vagina en la mujer, y los testículos, el escroto y el pene en el hombre. Esta zona es la de mayor carga sexual en cuanto a la excitación se refiere y no se debe olvidar ninguna, pues se puede obtener un orgasmo diferente estimulando sólo una de ellas. También hay que hablar del punto G, en el hombre situado en el ano a la altura de la próstata, y en la mujer en la parte delantera de la

entrada de la vagina. Se puede estimular manualmente o, en el caso de la mujer, buscando posturas que faciliten el mayor contacto del pene con él durante la penetración.

Conocer el cuerpo del otro, estudiar las reacciones de cada parte a las caricias y los besos e identificar así las zonas más erógenas es una garantía para una vida sexual plenamente satisfactoria.

Ejercicio 14: ¿Qué hago? ¿Cómo me siento?

Objetivos:

- Conocer qué partes del cuerpo son más sensibles a la estimulación y pueden producir más placer.
- Aclarar dudas e informar sobre la dimensión placer/sensibilidad de la chica y el chico
- Reflexionar alrededor de los mitos de “la primera vez”.
- Vincular el placer con los sentimientos y emociones.
- Reconocer la importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales.

Materiales:

- Fichas de los casos con las preguntas correspondientes. (Anexo 14.1)
- Fichas de Contenidos para cada caso. (Anexo 14.2)
- Dibujos de los órganos genitales femeninos y masculinos. (Anexo 14.3). Como alternativa se pueden dibujar en una pizarra o papelógrafo cuando sean necesarios.

Duración: 45 minutos.

Desarrollo:

1. Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre las y los jóvenes; de ellas y ellos hacia la persona referente; pero también de esta persona hacia las y los jóvenes. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que los y las jóvenes se sintieran juzgadas por la persona referente.
2. Se distribuyen a las personas participantes en cinco grupos y se reparten los cinco casos (*EJERCICIO 14.1*). Si no es posible hacer cinco grupos, podemos hacer menos grupos y repartir más casos por grupo (*Posible variación 1, 2 Y 3*). Cada grupo leerá el caso y responderá a las preguntas planteadas. Las preguntas se pueden responder verbalmente o por escrito.
Una persona de cada grupo recogerá las aportaciones y luego se pondrán en común en el grupo grande.
3. Cada grupo leerá su caso y las respuestas dadas. Se planteará al grupo grande si quieren hacer aportaciones.
4. Por último, la persona responsable de la actividad explicará los contenidos relacionados con cada caso (Ver *EJERCICIO 14. 2 y 14.3*). Si el hecho de hablar explícitamente de cuerpos y de órganos y prácticas sexuales hace que el grupo se altere y se haga difícil seguir con la dinámica, podemos recordar las normas pactadas al principio e invitar a salir del espacio a quién no sea capaz de asumirlas.

Ejercicio 14.1: Ficha de casos.

CASO 1: MASTURBACIÓN

Exposición

Desde hace un tiempo nos liamos. El otro día por 1 vez ella me masturbó mientras yo la acariciaba pero sólo moviendo la mano por encima de sus bragas. Después al llegar a casa sentí extrañeza, no sé si estuve a la altura... Estaba flipando tanto de

lo que sentía cuando me lo hacía, ¡que no sé si le di tanto gusto como ella a mí! El próximo día quiero currármelo de verdad y masturbarla “bien”. ¿Por dónde empiezo? ¿Y si compro algo especial (rollo vibrador), o es suficiente con meterle los dedos?

Preguntas

- ¿Qué quiere?
- ¿Cómo se estará sintiendo?
- ¿Quién nos explica cómo funciona esto de la masturbación? ¿Dónde aprendemos sobre el sexo?
- ¿Qué palabras usamos para nombrar la masturbación de un chico? ¿Y la masturbación de una chica?
- ¿Creéis que las chicas se masturban menos que los chicos?

CASO 2: ORGASMO

Exposición

Yo no me atrevo a preguntarle a Sandra si se corre. No veo que haga nada. Muy distinto de cuando está súper excitada. Alguna vez lo hemos hablado y ella siempre me dice: “Me encanta todo lo que hacemos”. Me da vergüenza volver a comentárselo... ¡estoy perdido! Preguntas

- ¿Qué le pasa? ¿Qué quiere saber?
- ¿Qué se siente ante esta situación? ¿Por qué?
- ¿Qué le recomendaríais a esta persona? ¿Es fácil?
- ¿Qué le recomendaríais a la chica? ¿Es fácil?
- ¿Es lo mismo estar súper-excitado/a que tener un orgasmo?
- ¿Cómo puede saber esta persona si ella ha llegado al orgasmo?

CASO 3: “LA PRIMERA VEZ” (chico)

Exposición

José está hablando con sus amigos. De los tres, dos de ellos han mantenido relaciones sexuales. Y de estos dos, uno de ellos “lo ha hecho”. Están hablando de

sus cosas y este último explica: “Yo no sé si es normal; no sé... la primera vez fue bien, raro y rápido pero una pasada, y Nadima no sintió ningún dolor! Pero este fin de semana... me pareció que la cosa no iba tan bien, la sentí extraña. Después le pregunté y me dijo que esta vez le había hecho daño. Yo creo que pudo ser que no se le había acabado de romper el himen...” Preguntas

- ¿Qué duda tiene el chico?
- ¿Qué comentarios pueden hacerle los amigos?
- ¿Qué creéis que hizo cuando la “sintió extraña” como él dice?
- ¿Cómo se puede sentir después de que ella le dijera que le había hecho daño?
- ¿A los chicos quién les da información sobre la primera vez? ¿Y a las chicas?

CASO 3: “LA PRIMERA VEZ” (chica)

Exposición

Ester está hablando con sus amigas. De las 3, 2 de ellas han mantenido relaciones sexuales. Y de éstas dos, 1 de ellas “lo ha hecho”.

Están hablando de sus cosas y esta última explica: “Yo no sé si es normal lo que me pasa, no sé... quizás es que como hace poco que lo hacemos, todavía no se me ha acostumbrado el cuerpo. La primera vez fue bien y no me dolió ¡Fue una sensación rara pero no sentí ningún dolor... y eso que me habían dicho que podría hasta sangrar! Pero este fin de semana... sí que me dolió un poco... pensamos que era normal y que quizás no se me ha acabado de romper el himen...” Preguntas

- ¿Qué duda tiene la chica?
- ¿Qué comentarios pueden hacerle las amigas?
- ¿A qué conclusiones creéis que llegarán?
- ¿Qué creéis que hizo ella cuándo sintió dolor? ¿Por qué?
- ¿A las chicas, quién les da información sobre la primera vez? ¿Y a los chicos?

CASO 4: SEXO ORAL

Exposición

¿Cómo puedo saber si cuando le hago sexo oral a mi pareja lo hago del todo bien? ¿Es eso lo que le gusta de verdad?

Hablé con dos amigas que salen juntas para contarles que este tema me estaba rallando y ellas me dijeron que entendían mi angustia y que ellas también se hubieran sentido un poco perdidas si el cuerpo de su pareja fuera distinto al suyo.

Me dijeron que la mejor manera de conocer si lo que estoy haciendo le gusta a mi pareja es hablarlo con ella. Pero yo igualmente quiero que me deis alguna pista, ¿la tenéis?

Preguntas

- ¿Qué quiere saber?
- ¿Cómo se estará sintiendo?
- Imagina que un amigo tuyo te explica que le pasa esto, ¿qué le dirías? ¿Y tú cómo te sentirías?
- ¿Quién nos explica cómo funciona esto del sexo oral? ¿Dónde aprendemos del sexo?
- ¿Qué palabras usamos para nombrar el sexo oral que se hace a un chico? ¿Y el que se hace a una chica?

CASO 5: PENETRACIÓN ANAL

Exposición

A los dos nos apetecía y teníamos curiosidad de probar esto de la penetración anal. Nos paramos cuando ella me dijo que le dolía un poco. Hasta yo mismo también noté un poco de dolor. ¿Es algo raro o solamente es que nos tenemos que acostumbrar?

Preguntas

- ¿Qué quiere saber?
- ¿Cómo se estará sintiendo?
- Imagina que un amigo tuyo te explica que le pasa esto, ¿qué le dirías? ¿Y tú cómo te sentirías?
- ¿Quién nos explica cómo funciona esto del sexo anal? ¿Dónde aprendemos del sexo?

Ejercicio 14.2: Fichas de Contenidos para cada caso.

CASO 1. ESTIMULACIÓN/MASTURBACIÓN

- Presentar el cuerpo como un “mapa sensible”. No todo el placer está en los órganos genitales.
- El petting es una práctica sexual que consiste en el roce y caricias entre los cuerpos. • Las zonas erógenas son zonas con más terminaciones nerviosas y por tanto, zonas más sensibles.
- Chicas y chicos tenemos zonas erógenas en común: ano, pezones, costillas, cuello...
- Chicas y chicos tenemos relaciones diferentes con nuestro cuerpo y, concretamente con nuestros genitales. Los chicos están más familiarizados y socialmente está “bien vista” la masturbación. Las chicas están menos familiarizadas con sus genitales y socialmente no se les habla de la masturbación.
- Podemos mostrar las imágenes de los genitales externos (Material 3) y explicarlas.
Estimulación chica

- El clítoris es el órgano más sensible a la estimulación sexual. Se encuentra donde se juntan los labios menores, en el exterior de la vagina. Aquello que vemos es “la punta del iceberg” ya que el clítoris tiene ramificaciones internas.
- En los tres primeros centímetros del interior de la vagina encontramos mucha sensibilidad porque esta parte está en contacto con las ramificaciones internas del clítoris.
- El clítoris se puede estimular de forma directa o indirecta, haciendo una presión suave y, escuchando el ritmo que marca la propia persona en función del placer que va experimentando.
- Hacer dedos es sinónimo de entrar en la vagina i/o moverlos por la vulva.
- Para obtener placer no es necesario introducir nada en la vagina. Los labios y el clítoris son partes de la vulva muy sensibles. Para obtener placer, se pueden acariciar labios y el orificio de la vagina por fuera.

Estimulación chico

- La zona de mayor sensibilidad es el glande.

- También encontramos mucha sensibilidad en el perineo, zona que está entre los testículos y el ano.
- La estimulación se puede realizar con caricias.
- Atender si el prepucio se puede retirar completamente hasta el glande. No apretar ni forzar si no se puede.

Aspectos a tener en cuenta

- Vigilar la intensidad de la presión que realizamos. Los genitales son tan sensibles al placer como al dolor.
- La higiene (manos, uñas, genitales) es importante.
- El lubricante se puede usar como complemento para resbalar más en la masturbación.
- Debemos respetar los ritmos. Cada persona es diferente y cada momento también lo es.
- Atender a la comunicación corporal. Una mano puede guiar a la otra hacia allí donde le produce placer.
- No debemos sentirnos obligados/obligadas a nada. Ni a hacer, ni a dejar que nos hagan si no nos apetece.

CASO 2. ORGASMO

- Para identificar el orgasmo es necesario tener un conocimiento del propio cuerpo y reconocer sensaciones.
- La concepción actual del placer vincula éste al orgasmo. Esta es una concepción niega el placer experimentado durante el proceso y se enfoca solo en el momento del orgasmo.
- En el lenguaje que utilizamos decimos “correrse” para hablar del orgasmo. “Correrse” se refiere a la eyaculación del semen. Este es otro ejemplo de como al hablar de sexualidad, tomamos como única referencia la sexualidad de los hombres.
- La mujer identifica el orgasmo basándose en su propia experiencia y sensaciones. No tiene claves externas como en el caso del hombre (erección, eyaculación, pérdida de erección)
- Es posible que una mujer tenga varios orgasmos (multiorgasmica), pero esta posibilidad no implica que necesariamente deba ser así.

- A menudo en esta situación aparece la idea de que las chicas “fingen” los orgasmos. Es interesante plantear la pregunta de por qué una chica preferiría “fingir” que explicarle a su pareja sexual que no ha tenido un orgasmo.

Proceso de excitación de un chico Erección.

- Pistas del orgasmo: semen, sensación intensa de placer, pérdida de erección.
- Entre la erección y la eyaculación, en cualquier momento puede aparecer el líquido pre seminal. Es un líquido que no se nota, que no produce placer, pero que puede contener espermatozoides y por lo tanto, puede dejar embarazada a una chica. Relacionar este hecho con la práctica de la “marcha atrás” como práctica no segura aunque se retire el pene del interior de la vagina antes de eyacular.

Proceso de excitación de una chica

- En el interior de la vagina, siempre hay flujo vaginal que la protege y mantiene la flora vaginal en equilibrio. La cantidad de flujo aumenta considerablemente con la excitación.
- El orgasmo en la chica no tiene pistas externas. Como pista interna tenemos las contracciones pélvicas.
- Mayor calor corporal, subidón, alivio, etc.
- Una chica solo sabe si ha tenido un orgasmo a partir de la experiencia, en comparación con lo que ha ido sintiendo en anteriores experiencias. Aspectos a tener en cuenta
- Si un orgasmo “se escapa” o “se corta” nos puede dar “rabia”, pero esto no implica que no nos lo hayamos pasado bien. Es importante disfrutar de las sensaciones de todo el proceso y no plantearse el orgasmo como única meta.
- Tanto los chicos como las chicas si están súper-excitados/as pero no llegan al orgasmo pueden sentir molestias por la tensión acumulada que no se ha liberado. No es nada grave y por tanto, estas molestias no deben usarse para insistir en continuar la relación sexual hasta llegar al orgasmo.
- La expresión del orgasmo es personal. No debemos suponer que la persona con la que estamos reaccionará como a veces se nos muestra en las películas (ej.: gritos). Reaccionará como le apetezca y sienta.
- Si "hacerlo" es hacer la penetración vaginal, ¿qué es lo que hacemos si no realizamos esta práctica? Debemos cuestionar esta afirmación porque no siempre que tenemos una relación sexual realizamos esta práctica.

CASO 3.” PRIMERA VEZ”

- Es importante tener un conocimiento del propio cuerpo y aprender a reconocer las sensaciones a partir de la experiencia con él.
- Desmitificar la imagen del himen como barrera. Es una membrana que cubre una parte del interior de la vagina, no lo “tapa”. Ejemplo de ello es que el himen no interfiere en la regla.
- Podemos usar la imagen de los genitales internos de una chica para explicar dónde estaría el himen y qué sería (y qué no).
- Desmentir la vinculación entre el himen y dolor.
- Para que haya una P+V (penetración vaginal) placentera las dos personas deben tener ganas. Además de las ganas, el chico debe tener una erección y la chica debe estar muy excitada y por tanto, tener mucho flujo vaginal que ayude a que la penetración sea placentera. Si no hay flujo vaginal, la penetración duele.
- La primera vez que realizamos cualquier práctica podemos sentir nervios. Además, en el caso de las chicas estos nervios van en aumento por el mito de que la primera vez de una P+V les va a doler.
- La primera vez de una P+V las chicas pueden estar ilusionadas, pero tal vez algo tensas. Esta tensión dificulta la excitación y por tanto, la penetración puede causar dolor.
- El himen no “se rompe”, esto nos lleva de nuevo al mito de que vamos a sentir dolor. El himen es una membrana, una piel muy fina que se va abriendo y que finalmente se desprende.
- La idea de “acostumbrar el cuerpo” nos lleva a pensar que la vagina se va “dando de sí” a medida que se ha realizado más veces la P+V. Eso no es cierto, la vagina se adapta porque es un músculo, y luego vuelve a su estado original. Lo importante, por lo tanto, no es hacerlo muchas veces, sino hacerlo con escucha y sensibilidad.
- Si sentimos dolor, debemos recordar que lo que buscamos es placer y no dolor.

CASO 4. SEXO ORAL

- En las parejas heterosexuales es frecuente tener dudas sobre cómo funciona el cuerpo de la otra persona.
- Es importante relacionar el sexo oral con todo lo que ya hemos hablado en los casos anteriores, especialmente con la masturbación. El sexo oral sería como una caricia húmeda, caliente, más suave, que provoca otras sensaciones.
- Desmitificar los complejos sobre el olor de la vulva y/o el pene. Debemos mantener nuestra higiene, y si es así, el olor es un olor natural.
- Tener especial cuidado con dientes, podemos cubrirlos con los labios.

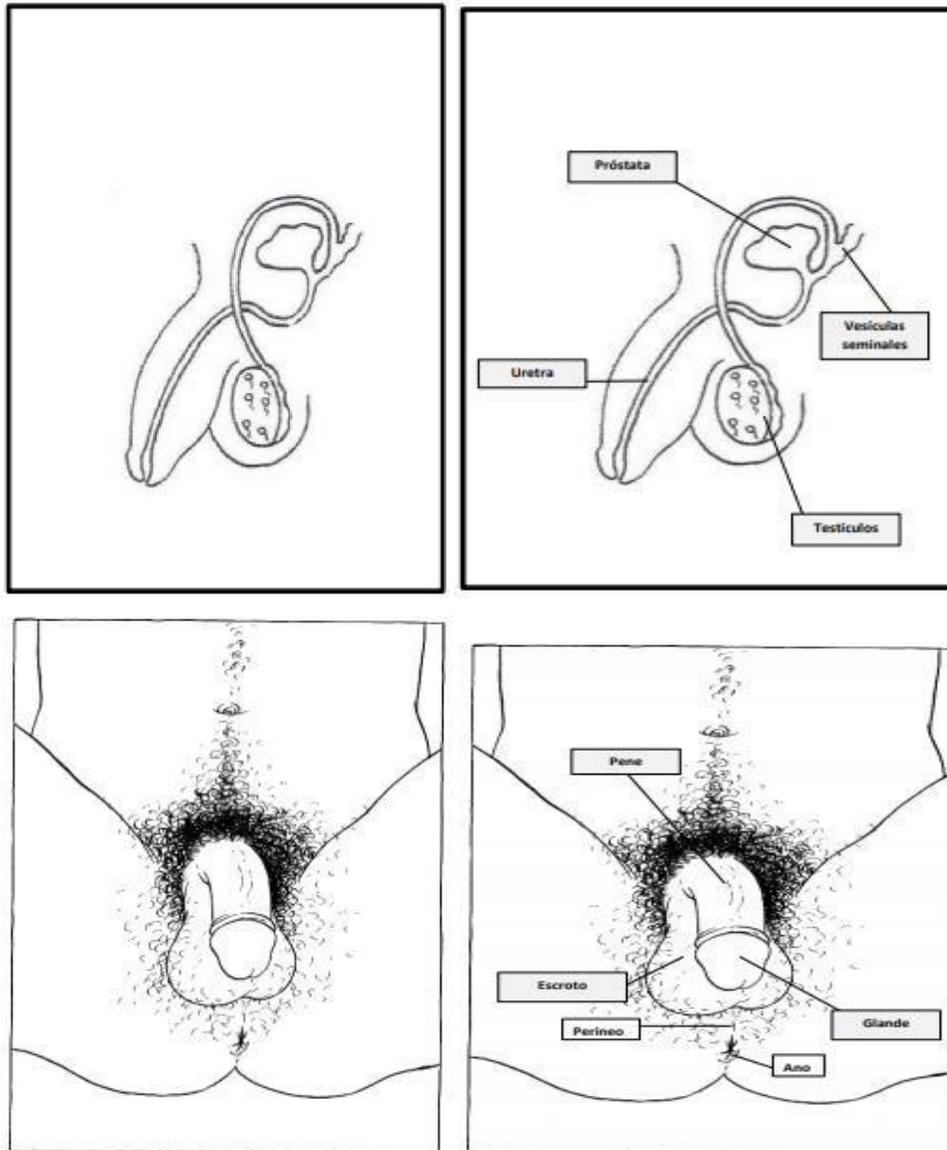
- Controlar el espacio que necesitamos para sentirnos cómodas/os y respirar libremente.
- Algunos trucos: acompañar la caricia de boca con mano/dedos, estimular la parte del perineo u otras partes del cuerpo, acercarse lentamente y respirar cerca (el aliento es caliente y es agradable), soplar cerca, etc.
- Podemos “coger ideas” de aquello que nos explican nuestra amistades pero finalmente será nuestra experiencia la que nos guíe.
- Como en todas las prácticas, también aquí conviene situar lo que se muestra en las películas porno como algo de “peli”. En estas películas rara vez aparece el diálogo. Seguramente a nosotras/os hablar y reír con la pareja nos ayudará a estar a gusto, a desinhibirnos y a disfrutar más.
- La única forma de asegurarnos que a la otra persona le gusta lo que le hacemos es preguntándole. Hay muchas formas de preguntar, no hace falta hacer una entrevista previa. Un ejemplo puede ser preguntar: ¿así? O ¿quieres más suave? Cuando estás acariciando a la otra persona.

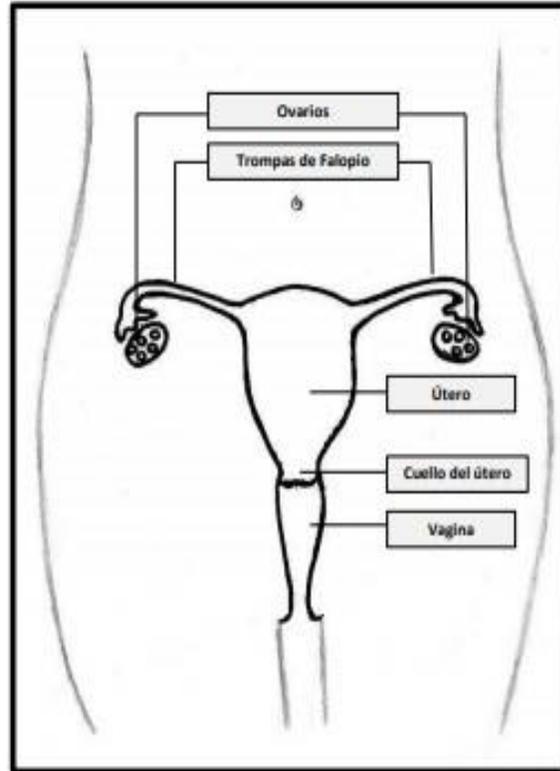
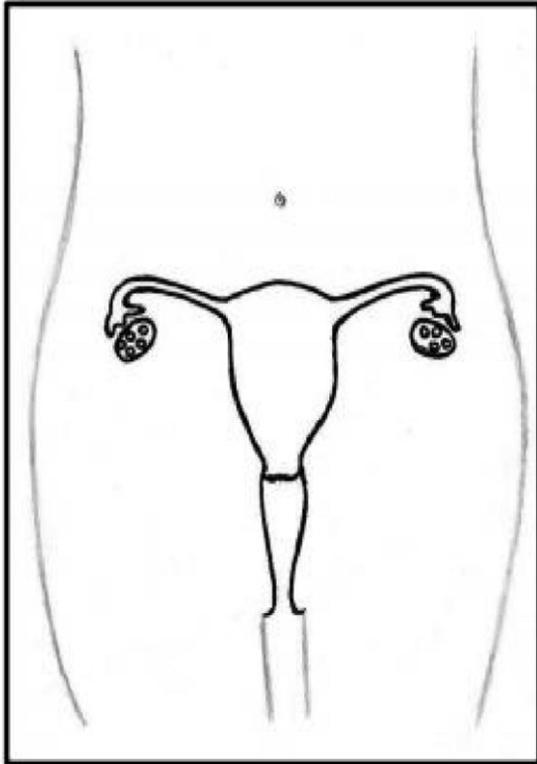
CASO 5. PENETRACIÓN ANAL

- Tanto las chicas como los chicos tenemos una zona con mucha sensibilidad: el perineo y la parte externa del ano.
- El lenguaje “petar” lleva implícito el dolor. En este sentido debemos recordar que aquello que estamos buscando es el placer para las personas implicadas en la práctica.
- El ano no tiene lubricación natural. Es imprescindible utilizar lubricante para que el roce sea agradable. Se puede usar la saliva como alternativa.
- Antes de la penetración debe estimularse el esfínter anal con caricias y presionándolo para que se dilate.
- Cada práctica tiene tempos e intensidades diferentes. Si buscamos placer debemos encontrar el tempo que nos de placer. Para ello es también muy importante comunicarnos entre las personas implicadas en la práctica para asegurarnos de que aquello que se siente es lo que se busca.
- Debemos escuchar y respetar lo que nos dice el cuerpo, sintiendo cuáles son sus límites.
- Importante mantener higiene.
- Hay que vigilar con las infecciones si realizamos la P+V y la P+A (penetración anal). Debemos cambiar el preservativo para cada una de estas prácticas.

- Hay posturas que pueden ayudar a que la persona que recibe la penetración pueda sentirse más cómoda, con más autonomía para marcar su propio ritmo. Una vez más, remarcar la importancia de la comunicación y de sentirnos bien con la pareja sexual tanto para expresar como nos sentimos, como para saber cómo se siente.

Ejercicio 14.3: Órganos genitales.





Ejercicio 15: Mitos del porno.

Objetivos:

- Conocer los órganos genitales de las mujeres y los hombres.
- Conocer el ciclo de estimulación sexual en las mujeres y en los hombres.
- Reflexionar alrededor de los mitos de “la primera vez”.
- Analizar críticamente la sexualidad que se muestra en las películas y videos porno.

Materiales:

- “Xiques, crispetes i pipigragia” (Escena del Film: *Blog*)
- Ordenador
- Proyector
- Sonido
- Pizarrón o rotulador de papel bond.
- Plumones de colores
- ANEXO 15.1. Hasta 16 mitos del porno

Duración: 45 minutos.

Desarrollo.

1. Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre las y los jóvenes; de ellas y ellos hacia la persona referente; pero también de esta persona hacia las y los jóvenes. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que los y las jóvenes se sintieran juzgadas por la persona referente.
2. La dinámica se inicia presentando los conceptos generales que vamos a trabajar. Escribimos en la pizarra *primera vez* y *porno* y pedimos a las personas participantes que nos digan aquellas palabras, imágenes y/o situaciones que les vengan a la cabeza, primero con una palabra y después con la otra. Vamos anotando en la pizarra todo lo

que nos van diciendo. Podemos ir explorando cada una de las palabras que salen. Por ejemplo, podemos preguntar: ¿Qué quiere decir?, ¿Dónde se siente?, ¿Quién lo siente?, etc. Después haremos un círculo rojo entorno a aquellas palabras que las personas participantes identifiquen con “situaciones que no generan bienestar” y trazaremos un círculo azul entorno aquellas que se identifiquen con “situaciones que generan bienestar”. [*Posible variación 1*]. Para hacerse una idea, un ejemplo de palabras que pueden salir en las dos columnas sería el siguiente, aunque cabe decir que pueden salir muchas otras. Nos puede ser de ayuda ver el *ANEXO 15.1*, sobre los mitos del porno.

Primera vez	Porno
Nervios	Excitación
Inseguridad	Cuerpos perfectos
Momento especial	Depilación
Dolor	Bukake
Placer	Placer
Conexión	Big dick
Condón	...

3. Una vez realizado este primer ejercicio (que retomaremos más adelante), veremos este vídeo: [“Xiques, crispetes i pipigragia”](#) (fragmento de la película *Blog*, de Elena Trapé, 2010) donde un grupo de adolescentes se reúnen para ver una película porno y hablan sobre emociones, prácticas sexuales y la “primera vez”.
4. Finalizado el visionado dividiremos el grupo en 4 grupos de 4-5 personas. Cada grupo deberá trabajar uno de los siguientes temas:

1. Órganos genitales y excitación

- Dibuja los órganos genitales de las mujeres y los hombres, externos e internos
- ¿Qué órganos genitales han nombrado en la película?
- Cuando una persona está excitada, ¿podemos ver cambios en sus órganos genitales externos?

2. **Prácticas sexuales**

- ¿Qué prácticas sexuales nombran en la película?
- ¿Cómo hablan de estas prácticas? ¿Qué emociones podemos identificar?
- En la película las chicas hablan de lubricante, ¿para qué nos dicen que sirve, ¿cómo y dónde se pone?

3. **El orgasmo**

- ¿Qué es el orgasmo? ¿Cómo sabemos si una chica tiene un orgasmo?
- En la película una de las chicas dice que solo el 4% de las mujeres llegan al orgasmo con la penetración, ¿qué pensáis sobre esto?
- En la película una chica habla del clítoris, ¿qué es el clítoris? ¿Dónde está? ¿Para qué sirve?

4. **Comunicación e instinto**

- ¿Cómo es la relación sexual que las chicas ven en la película porno?
- ¿Qué tipo de comunicación hay entre las y los protagonistas de la película porno?
- ¿Cómo nos gustaría que fuese la comunicación en una relación sexual?

5. Una vez realizado el trabajo en grupos pequeños lo pondremos en común a fin de que cada grupo pueda conocer el trabajo de los otros grupos y realizar las aportaciones que consideren oportunas.
6. Después de la puesta en común, volveremos a las palabras, imágenes i/o situaciones sobre *la primera vez* y *el porno* y reflexionaremos sobre la posibilidad de decidir sobre qué tipo de emociones queremos sentir en nuestras experiencias, y sobre qué tipo de emociones y experiencias aparecen en las películas porno. Nos puede ayudar el *ANEXO 15.1* sobre los mitos del porno.

Ejercicio 15.1: Hasta 16 mitos del porno.

1. LOS CUERPOS DE LAS ACTRICES Y ACTORES PORNO SON CUERPOS REALES.

Las personas que se dedican a la industria del porno tradicional utilizan sus cuerpos como herramientas de trabajo y por tanto, los modifican para convertirlos en cuerpos “perfectos”, en cuerpos que cumplen con los estereotipos de mujeres y hombres actuales. El tamaño del pene, los senos, labios vaginales y clítoris son ejemplos de cómo la cirugía estética y los efectos especiales alimentan todavía algunos mitos respecto al cuerpo y el placer.

2. SEXO CENTRADO EN EL PLACER MASCULINO

Las películas porno heterosexuales están grabadas desde una mirada centrada en el placer del hombre: la cámara imita la mirada masculina, la relación sexual gira alrededor del orgasmo del hombre y acaba cuando este eyacula. Si la mujer tiene un orgasmo o no, no tiene ninguna importancia para la escena. En la vida real, cuando la gente decide tener sexo con otras personas, todas deberían contar por igual en la relación: el placer de todas debería tener la misma importancia.

3. SI NO HAY GRITO, NO HAY ORGASMO.

En las películas porno es común ver a las mujeres gritar y gemir cuando tienen un orgasmo. La respuesta sexual es muy diversa, y la forma de vivir y expresar un

orgasmo es una elección personal que se encuentra influenciada por muchos factores: ganas, tiempo, pareja, estimulación recibida, momento ciclo menstrual, etc. Las mujeres (y los hombres) no tienen por qué expresar el placer gritando y gimiendo. Y al revés tampoco, los gemidos no son indicadores inequívocos de que alguien ha tenido un orgasmo. Por otra parte, más allá del momento de clímax, como es el orgasmo, es también importante disfrutar de toda

4. LAS MUJERES SON MULTIORGASMICAS.

Las mujeres que aparecen en muchas películas pornográficas, además de compartir los gritos y gemidos, experimentan varios orgasmos en cada relación sexual. La vivencia del orgasmo, sea éste uno o más, es una cuestión personal que se encuentra relacionada con muchos factores. Pensar que todas las mujeres responden igual ante un orgasmo y que todas tendrán varios orgasmos en cada relación sexual es una expectativa alimentada por los vídeos, pero que no se corresponde con la realidad.

5. SEXO DE HORAS, HORAS Y MÁS HORAS.

El porno es una película y por lo tanto, la práctica sexual es una escena con cámaras delante. Esto quiere decir que las actrices y actores paran y descansan, y que las escenas se cortan y se repiten. Por último, lo que vemos es una escena construida a partir de secuencias que pertenecen a varios "cortes". En la vida real, prácticas de penetración que duren mucho rato pueden llegar a ser dolorosas... ¡y aburridas!

6. EN EL SEXO TODO FLUYE, LAS PALABRAS SOBRAN

En el porno (y en las pelis románticas) nunca se representa el diálogo, los momentos de hablar de qué se quiere y qué no, de qué le gusta y cuáles son los límites de cada una/o, etc. Y si se representa es siempre en forma de orden (chúpamela, ponte de esta forma,...). Así parece que, o bien todo fluya automáticamente y que la gente sea capaz de leer la mente de sus compañeras/os sexuales, o bien que siempre haya alguien dispuesta/o a que le den órdenes. A nadie se le escapa, además, que en las escenas heterosexuales, son siempre las mujeres quién las reciben y los hombres quién las dan. La realidad es muy diferente, y para saber si a otra persona le apetece y le gusta una situación o práctica concreta, la única forma es preguntar, hablarlo... Ahora bien, tampoco hace falta hacer una entrevista formal, hay muchas formas de preguntar que pueden formar parte del juego sexual, y para eso la imaginación es una maravillosa herramienta.

7. SEXO A PELO...

En la gran mayoría de películas porno no vemos preservativos. En estas relaciones sexuales no se tiene en cuenta la exposición a las ITS y los embarazos no planificados que sí deben tenerse en cuenta en la vida real.

8. LA MUJER ANTE LA VIOLENCIA... ¿SIEMPRE RESPONDE CON DESEO?

La violencia a través de insultos o de la fuerza física son algunas de las conductas que podemos ver de los hombres hacia las mujeres en estas películas. Estas conductas a menudo aparecen como conductas que excitan a las mujeres. Las personas somos diversas y lo que nos excita o no sólo lo sabemos nosotros/as. En este sentido, es importante comunicarse y consensuar qué se quiere hacer y cómo, para que todas las personas implicadas en la relación puedan disfrutar.

9. LO QUE VEMOS EN EL PORNO, LE GUSTA A TODOS/AS.

En el porno se escenifican muchas fantasías que no tienen por qué ser compartidas por todas las personas. Las conductas, prácticas sexuales y actitudes que aparecen en los vídeos no deben generalizarse.

10. DUREZA Y FOGOSIDAD.

La dureza y la violencia que aparecen en las películas porno a menudo son relacionadas con pasión, fogosidad, intensidad, etc. Aunque el “hard sex” del porno puede ser una opción, es importante tener en cuenta la comunicación para consensuar lo que se quiere y lo que no se quiere. El consentimiento respecto al qué y al cómo debe ser explícito.

11. SEXO GENITALIDAD.

En las películas porno la relación sexual se suele centrar en la genitalidad (principalmente en la práctica de la penetración), sin atender a besos, caricias, juegos sensuales, etc. No se ven las diferentes fases del proceso de excitación, sino sólo las últimas fases de este proceso. Son películas que muestran sexo coital sin mostrar las situaciones eróticas, previas o posteriores al sexo coital.

12. GRANDES EYACULACIONES.

Tanto en hombres como en mujeres, en las películas porno suele aparecer una gran cantidad de fluido en las eyaculaciones. En cuanto a los hombres, la cantidad de semen es mayor que la cantidad habitual de una eyaculación (que es de 1.5 a 4 ml) y con respecto a la eyaculación de las mujeres, debemos saber que ésta es muy

variable y no aparece en todas las mujeres. Esta variabilidad en presencia y cantidad no es un problema en la relación y no tiene una relación directa con el placer.

13. PRÁCTICAS SEXUALES.

Las personas que se dedican a la industria del porno son actores y actrices. Son personas que se han especializado para poder desarrollar este trabajo y que se entrenan para hacer determinadas posturas. Dado que el objetivo de los vídeos es lograr un impacto visual, a menudo podemos encontrar posturas que pueden ser complicadas, incómodas y poco placenteras que son mostradas como posturas muy excitantes.

14. HOMBRES GAIS ESTEREOTIPADOS

En las relaciones sexuales entre hombres aparece un estereotipo concreto de hombre. Se trata de un hombre estilizado, musculoso y con un pene grande. La relación se encuentra dirigida a la penetración. Hay que tener en cuenta que el sexo entre hombres incluye otras prácticas más allá de la penetración anal.

15. LESBIANA HACIENDO DE HOMBRE

En las relaciones sexuales entre mujeres en los vídeos a menudo encontramos una de las mujeres desarrollando un rol tradicionalmente atribuido a los hombres, el rol activo, mientras que la otra asume el rol pasivo, tradicionalmente atribuido a las mujeres. Hay que tener en cuenta que en las relaciones sexuales entre mujeres no tenemos por qué encontrar estos roles de género tradicionales y que existe una variabilidad de roles y situaciones diversas.

16. LESBIANAS COMO OBJETOS SEXUALES SIEMPRE DISPONIBLES PARA EL DESEO DE LOS HOMBRES

En el porno, cuando aparecen prácticas lésbicas, prácticamente siempre se representan como situaciones que buscan complacer a otro, que está mirando o participando, pero pocas veces como prácticas centradas en el placer de las mujeres que las están realizando. En la vida real, no hay muchas lesbianas que deseen compartir sus prácticas con hombres, y menos para complacerles a ellos.

Ejercicio 16: Ahorcado sexual.

Objetivo:

- Identificar el uso de los principales juguetes sexuales.
- Reflexionar sobre el uso irresponsable de los juguetes sexuales más comunes.

Materiales:

- Pizarrón o rotafolio de papel bond.
- Plumones de colores.
- Imágenes ilustrativas.

Duración: 15 minutos.

Desarrollo.

- 1- Se pegarán en el pizarrón o rotafolio algunas imágenes que representen el juguete sexual que se explicará.
- 2- Los estudiantes de manera ordenada irán diciendo una letra del abecedario que creen que lleva ese juguete. Si la consonante dicha aparece en el nombre del juguete se irá escribiendo hasta completar el nombre completo.
- 3- Una vez descifrado el nombre, se explicará su uso y los cuidados que requiere.

Ejercicio 17: Los valores en la sexualidad.

Objetivo:

- Que los participantes apliquen los valores y los antivalores en la sexualidad a través del conocimiento del significado de cada valor y antivalor.

Materiales:

- 10 tarjetas que tienen como contenido el significado de los valores y los antivalores aplicables en la sexualidad. □ Teléfono celular.

Duración: 30 minutos.

Desarrollo.

- 1- El coordinador explicará a los participantes que posee 10 tarjetas que contienen la definición de 10 valores y antivalores que pueden ser apreciables en el área de la sexualidad.
- 2- El coordinador pondrá música de moda, mientras se va pasando un dado entre los participantes. Cuando deje de sonar la música, la persona que se quede con el dado tendrá que elegir una tarjeta.
- 3- El coordinador pedirá al participante que lea en voz alta el contenido de la tarjeta (Tiene que leer tanto el valor como el antivalor.)
- 4- Después de haberse leído el contenido de la tarjeta, el participante, tendrá que aplicar el contenido a través de un ejemplo.
- 5- El coordinador solicitará al participante que ponga un ejemplo de la manera en que puede aplicarse el valor y el antivalor que eligió en el área de la sexualidad.
- 6- El coordinador pedirá respeto y silencio para la persona que está participando, y procurará que todos se integren a la dinámica.

Ejercicio 18: ¿Qué entendemos por sexualidad?: Construyendo una definición de sexualidad.

Objetivos:

- Proponer una definición de sexualidad que contemple las dimensiones de *Placer, Sentimientos/Emociones, Vivencias/Riesgos*.
- Reflexionar sobre cómo el género determina nuestra forma de pensar, expresar y sentir nuestra sexualidad.
- Diferenciar los conceptos de identidad de género y preferencia sexual.
- Identificar y de construir algunos mitos relacionados con la sexualidad.

Materiales:

- Pizarrón o rotuladores de papel bond.
- Plumones de colores.

Duración: 60 minutos.

Desarrollo.

1. Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre las y los jóvenes; de ellas y ellos hacia la persona referente; pero también de esta persona hacia las y los jóvenes. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que los y las jóvenes se sintieran juzgadas por la persona referente.
2. Separamos a las personas participantes por sexo en espacios diferentes [*posible variación 1*]. Escribimos en la pizarra/papelógrafo la palabra *sexualidad* y pedimos a las y los participantes que digan todas aquellas palabras que le vengan a la cabeza relacionadas con la *sexualidad*, a modo de lluvia de ideas. El objetivo es acabar construyendo colectivamente una definición de sexualidad. Se clasificarán las palabras en tres columnas que, una vez terminen todas las aportaciones, les pondremos los siguientes nombres: *Placer; Sentimientos/Emociones; Vivencias/Riesgos*. A medida que vayan diciendo palabras, las iremos definiendo con un doble objetivo: conocer todos los conceptos anotados en la pizarra/papelógrafo y romper con algunos mitos relacionados con la sexualidad.
3. Aunque hay otras formas de hacerla, se puede guiar la dinámica para que aparezcan palabras con las que nos interesará trabajar. En general, las primeras palabras que aparecen, relacionadas con *sexualidad* pertenecen a la columna del placer (práctica coital...). A partir de aquí, podemos plantear al grupo qué entienden por sexo, qué prácticas... Si hablar de forma tan concreta genera sobreexcitación, podemos recordar las normas pactadas al principio. Podemos también lanzar preguntas como: ¿Besarse es sexo? ¿Masturbarse es sexo? ¿Y si se hace en pareja? ¿Bailar apretados es sexo?

¿Y si alguien llega a un orgasmo así? ¿Y el sexo telefónico? Son preguntas que no tienen una sola respuesta. El objetivo de esta columna es ampliar la idea de sexo más allá de la penetración vaginal. Poder preguntar por qué esta es la práctica en la que todo el mundo piensa (idea de sexualidad ligada a la reproducción y no al placer real, imaginario porno...), plantear al grupo si es la que siempre da más placer... La idea es poner el placer (de todas las personas) en el centro de las prácticas sexuales. Por eso le ponemos este título a esta columna.

4. A continuación, para iniciar la siguiente columna, si no se inicia autónomamente, podemos lanzar la pregunta: ¿Y cuando la gente tiene sexo, sólo siente placer? ¿Hay algo más que les pasa por dentro? Por ejemplo, cuando alguien liga, ¿cómo se siente? La idea es que salgan conceptos como bienestar, autoestima, alegría, u otros parecidos. El objetivo de esta columna es poder ampliar el concepto de sexualidad más allá del sexo y el placer, y entender que hay una dimensión emocional que es inseparable de la física y corporal. Por eso a esta columna la titulamos sentimientos/emociones. Seguidamente, podemos lanzar la pregunta: ¿Y estos sentimientos relacionados con la sexualidad, son siempre positivos?

¿Cómo se siente la gente cuando le gusta alguien que no le corresponde? ¿Cuándo le dejan? Aquí probablemente aparezca tristeza, rabia, Podemos preguntar también ¿Cómo se siente la gente las primeras veces que tiene sexo con alguien? En general aquí sale miedo, inseguridad... La idea es poder explicar que todo esto a lo que llamamos sentimientos/emociones forma parte de la sexualidad siempre, que es inseparable. Podemos lanzar la pregunta: ¿alguien se imagina una relación sexual donde no haya ningún sentimiento? Aquí muchas veces alguien dice: "las putas". Podemos aprovechar para explicar que preferimos hablar de trabajadoras sexuales, porque tiene mucha menos carga de estigma, y contar que, como en todos los trabajos, puede ser que se sienta aburrimiento, o pereza, o incluso asco, pero que siempre se sienten cosas, es imposible no sentir.

5. Finalmente, si no hay palabras en la tercera columna, podemos lanzar la pregunta: ¿en general, cuando se hacen talleres de sexualidad, de qué parte se habla sobre todo? Aquí pude salir: condón, riesgos... está bien preguntar cuáles. Normalmente sale embarazo

y infecciones de transmisión sexual (ITS). Podemos ampliar el concepto de riesgo, y por lo tanto el de protección. Riesgo también puede ser que nos traten o nos hagan sentir mal (a los chicos, en general, les cuesta más imaginar una situación tal para sí mismos. Un ejemplo que funciona es una situación en la que alguien se ría de tu cuerpo). Protección, entonces, también es protegerse de situaciones de maltrato. Podemos preguntar: ¿Cómo nos protegemos en general? No es fácil, pero pasa por escucharnos a nosotras/os mismas/os y tomar decisiones sobre qué queremos y qué no. La idea de esta columna es poner énfasis en las decisiones, que tomará cada uno y cada una, y que tienen todo el peso de como vivirá cada quién su sexualidad. Y entender que esta dimensión es inseparable de las dos anteriores (la vivencia del cuerpo/placer y los sentimientos/emociones), y que las tres forman parte de la sexualidad, que como vemos es algo mucho más amplio que el sexo.

6. Un ejemplo de cómo podrían quedar las tres columnas sería:

- PLACER: sexo, follar, masturbación, besos, penetración vaginal, sexo oral, penetración anal, cosquillas, orgasmo, deseo...
- SENTIMIENTOS/EMOCIONES: bienestar, autoestima, alegría, tristeza, bajón, rabia, inseguridad, miedo, nervios, amor...
- VIVENCIAS/BESOS: condón, VIH/sida, enfermedades (ITS) embarazo, maltrato, decisiones...

7. A continuación, recogiendo todas las palabras escritas en el papelógrafo/pizarra, realizaremos una definición de la sexualidad en la que deberíamos recoger los siguientes aspectos:

- Sexo es diferente a sexualidad.
- Nuestra sexualidad nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos y la desarrollamos a lo largo de toda nuestra vida.
- Se relaciona con nuestro cuerpo, con lo que sentimos y, más adelante, con el hecho de compartirla con otras personas decidiendo quién, cuándo y el cómo.
- Tiene que ver con la forma con la que aprendo a relacionarme con las otras personas. Del trato

que me doy, del trato que doy a las demás personas, del trato que recibo de las demás personas.

- Tiene que ver con la experiencia, con el aprendizaje y con el cambio.
- Se relaciona con los derechos que nuestra sociedad reconoce respecto a ella.
- Se relaciona con tomar decisiones, y para ello es interesante que nos preguntemos ¿cómo quiero vivir mi sexualidad? ¿por qué quiero tener relaciones sexuales? ○ En definitiva, la sexualidad la vivo a través de mi CUERPO, de lo que yo SIENTO y de las DECISIONES que tomo respecto a ella.

8. Después de esta actividad, preguntaremos al grupo si somos libres para pensar, expresar y vivir nuestra sexualidad como deseamos. En este punto, introduciremos la dimensión del género para mostrar cómo la educación diferenciada según sexo determina nuestra forma de vivir la sexualidad, otorgando libertades diferentes a las personas. Para facilitar la reflexión realizaremos las siguientes preguntas: ○ ¿Al hablar de cada una de estas columnas, en cual pensáis que se sienten más cómodas las chicas, en general? ¿Y los chicos, en general? ¿Por qué? A partir de ver que los chicos tienen más facilidad para hablar de placer y las chicas para hablar de sentimientos, lo que nos interesa es explorar el por qué. La idea es llegar a pensar cómo aprendemos de sexualidad, qué se nos permite y qué no... *Siguiendo este hilo, podemos lanzar la siguiente pregunta:*

- ¿Una chica y un chico tienen la misma libertad para hablar de cuestiones relacionadas con el placer? ¿Por qué? Por ejemplo, ¿qué pasa si un chico habla de masturbación y qué pasa si lo hace una chica? Y en relación a la dimensión de sentimientos, ¿qué pasa si una chica se muestra emocional y qué pasa si lo hace un chico?

9. Una vez finalizada esta actividad, preguntaremos al grupo si las personas con preferencia sexual homosexual tienen la misma libertad que las personas con preferencia heterosexual para vivir y expresar su sexualidad. En este punto, reflexionaremos sobre qué significa ser *hombre* y qué significa ser *mujer* y sobre cómo

socialmente nos clasificamos en un sitio o en otro adoptando todas las características que acabamos de decir. Cuando alguna característica de este ser *hombre* o ser *mujer* está ausente, o si un *hombre* adopta una característica de *mujer* o una *mujer* la de *hombre*, igual que si fuéramos un ordenador parece como si se produjera un error en el sistema de clasificación. Relacionaremos todo esto con los conceptos de:

- identidad de género: cómo me siento y cómo me gusta que me reconozcan en relación al género (hombre, mujer, ninguna de estas dos categorías...).
- preferencia sexual: hacia donde se orienta mi deseo (homosexual, heterosexual, bisexual, pansexual, asexual,)
- diversidad sexual: realidad que permite que cada persona pueda expresar y vivir su sexualidad como quiera (dentro de los límites del respeto y el consentimiento de las demás), cosa que da lugar a un amplio abanico de posibilidades.

Para cerrar esta parte de la dinámica, podemos explicar que la sexualidad de las personas es como la personalidad, cada una tiene la suya, y esta es única, irrepetible, y es lo que nos hace especiales. Por eso es importante que todo el mundo pueda vivir su sexualidad como desee. Cada persona vive su sexualidad de manera única y por eso, en lugar de hablar de SEXUALIDAD hablaremos de SEXUALIDADES.

Finalmente, para volver al esquema de la pizarra, explicaremos que sea cual sea la identidad de género o la preferencia sexual de cada persona hay algo en común en todas las sexualidades, y es que todas compartimos estos tres ámbitos: placer; emociones y gestión de riesgos.

Ejercicio 19: ¿Qué sabemos?

Objetivos:

- Identificar las principales Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)
- Conocer las vías de transmisión de las principales ITS
- Conocer las formas de prevenir las principales ITS □ Facilitar la expresión de miedos y dudas sobre las ITS
- Introducir el concepto de reducción de riesgos.

Materiales:

- Ordenador.
- Proyector.
- Presentación de power point.
- Pizarrón o rotulador de hojas bond.
- Hojas blancas.
- Plumones y plumas de colores.

Duración: 40 minutos.

Desarrollo.

1. Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre las y los jóvenes; de ellas y ellos hacia la persona referente; pero también de ésta persona hacia las y los jóvenes. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que los y las jóvenes se sintieran juzgadas por la persona referente.
2. Esta actividad está dirigida a conocer las vías de transmisión de las ITS desde una perspectiva de reducción de riesgos, y por lo tanto orientada a la prevención. La mejor forma de trabajar la prevención es relacionándola con una mirada positiva de la sexualidad, vinculada a la libertad, el placer y la responsabilidad. Por estos motivos es muy recomendable que vaya precedida de otras dinámicas que proponemos,

relacionadas con las dimensiones de género y sexualidad; vivencia y conocimiento del cuerpo; emociones y sentimientos.

3. Con apoyo de un power point, que acompaña a esta actividad la persona referente realiza una explicación sobre qué son las Infecciones de Transmisión Sexual, cuáles son sus vías de transmisión y cómo prevenirlas.
4. Finalizada la explicación se divide el grupo en grupos de 4 personas y se dibuja en una hoja blanca un *Tablero del Riesgo*. Cada tablero del riesgo tiene que tener un juego de prácticas y un juego de ITS.
5. Se pide a cada grupo que clasifiquen en su tablero las prácticas e ITS. Se entiende que las prácticas que clasificamos según el nivel de riesgo las imaginamos como no protegidas. Se puede dejar puesta la diapositiva 6 del power point como apoyo para rellenar cada tablero.
6. Una vez finalizado el trabajo en grupos, se pondrán los tableros en el suelo ordenados de menor a mayor riesgo. Se preguntará si todo el mundo está de acuerdo con el resultado.
7. A continuación, se introducirán los cambios y explicaciones necesarias a fin de tener en el tablero que les corresponde las prácticas y la posibilidad de transmisión de ITS.
8. Finalmente, se rellenará entre todo el grupo la columna de cómo reducir el riesgo de cada uno de los tableros. Puede ser escribiendo encima o enganchando papelitos.

Ejercicio 20: La botella.

Objetivo: Aclarar dudas sobre los diferentes anticonceptivos y su uso.

Materiales:

- Una botella de plástico.
- Lista de preguntas.

Duración: 40 minutos.

Desarrollo:

- 1- El educador explicará cuáles son los métodos anticonceptivos, así como su uso correcto.
- 2- Después de harán preguntas sobre anticoncepción para revisar si los conceptos son claros.
- 3- Se solicitará al grupo que se sienten en el piso formando un círculo.
- 4- Pedir a un voluntario que pase al centro del círculo y haga girar la botella y lea la primera pregunta a la persona que apunta el cuello de la botella. La persona deberá responder si esa pregunta es cierta o falsa y porqué.
- 5- Se podrá ir rotando el voluntario que pasa al centro.
- 6- Si alguien da una respuesta equivocada, deberá salir del círculo y entre todos darán la respuesta correcta.
- 7- La persona o personas que queden al final, recibirán un premio (por ejemplo dulces, artículos escolares, etc.)

PREGUNTAS:

- ¿Es verdad que la abstinencia es el único método anticonceptivo 100% efectivo?

Verdadero. La única forma de estar absolutamente seguro de evitar un embarazo, es no tener relaciones sexuales.

- ¿Es verdad que si se toma una pastilla anticonceptiva solo cuando se tiene coito se puede prevenir un embarazo?

Falso. Las píldoras anticonceptivas son útiles para no embarazarse solo si se usan de acuerdo con las instrucciones. Tomar una de vez en cuando o solo cuando se tiene coito, no sirven de anticonceptivo.

- ¿Es verdad que si el hombre saca el pene de la vagina antes de eyacular no se provoca un embarazo?

Falso. Aunque hay personas que creen que retirar el pene de la vagina antes de eyacular (retiro o coito interrumpido) es una forma de prevenir el embarazo, en realidad es que la probabilidad de que se haya expulsado algo de fluido pre eyaculatorio antes de la eyaculación es muy alta, por lo cual ésta no es una forma efectiva de anticoncepción.

- ¿Es verdad que la ducha vaginal previene el embarazo?

Falso. La ducha vaginal no es un método efectivo de la anticoncepción y no se recomienda un como aseo normal, pues destruye la flora vaginal.

- ¿Es verdad que el ritmo es un método anticonceptivo eficaz para los jóvenes?

Falso. Para los jóvenes no es eficaz porque no hay regularidad en el ciclo hormonal adulatorio. Es un método de baja eficacia, tanto para los jóvenes como para los adultos. El mejor método para los jóvenes es el condón acompañado de un espermaticida.

Ejercicio 21: Decisiones de autocuidado.

Objetivos:

- Reflexionar sobre las decisiones relativas al cuidado de nuestra salud sexual.
- Poner el placer en el centro como base del autocuidado.
- Conocer los principales métodos anticonceptivos.
- Conocer las opciones para prevenir la transmisión de ITS.

Materiales:

- Tarjetas (ejercicio 22.1)

- Cartulina dividida en dos: ACUERDO / DESACUERDO.
- Plumaz y/o plumones de colores.

Duración: 60 minutos.

Desarrollo.

- 1- Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre el propio grupo y hacia la persona referente; así como de esta persona hacia el grupo.
- 2- Dividimos a las participantes de la actividad en 4 grupos (de unas 6 personas).
- 3- Explicamos en que consiste la dinámica: a cada grupo se le entregará un juego de tarjetas con distintas afirmaciones y una cartulina grande dividida en dos:



1. El grupo debatirá sobre cada una de las tarjetas y decidirá donde colocarla. Si no hubiera acuerdo la colocarán en la zona de en medio. Es importante dejar claro que no importa si conocen o no la respuesta exacta, ya que el objetivo de la dinámica es aprender juntas. Lo interesante es el debate y el intercambio de ideas que se da en cada pequeño grupo.
2. Se les dará unos 20 minutos para colocar las tarjetas. La persona dinamizadora puede pasar por cada grupo de debate para ir acompañando o resolviendo dudas. Transcurridos el tiempo de trabajo en los grupos, se procederá a la puesta en común.

Podemos leer la tarjeta en voz alta y pedir a cada grupo que de un argumento de porque la ha puesto en la zona “De acuerdo” o en la zona “En desacuerdo”.

Ejercicio 21.1 Tarjetas.

1. EN EL SEXO NO SE HABLA, SE ACTÚA.

La mejor manera de comunicarse es hablar. Para saber que la otra persona está a gusto con nosotras/o, o con lo que queremos hacer, una sencilla manera es preguntárselo directamente. Poner atención a cómo se siente la otra persona mientras estamos compartiendo intimidad es un indispensable del placer. ¡Leer el lenguaje corporal y entender la comunicación no verbal es parte del aprendizaje de nuestra sexualidad, pero la comunicación verbal es una fórmula infalible! A diferencia de las pelis que nos muestra el porno, la realidad tiene muchos guiones:

- Podemos comentar lo que queramos; que nos apetece y de que no tenemos ganas.
- Si nos dice que quiere dejar lo que estamos haciendo, respetémoslo siempre.
- Insistir, presionar y/o traspasar los límites personales es saltarse el consentimiento.

2. ESTAR MUY EXITADOS/EXITADAS HACE QUE EL SEXO SEA MÁS PLACENTERO.

- Estar excitadas es una condición esencial para sentir deseo y ganas de compartir nuestra sexualidad. El placer compartido es el hilo conductor de los encuentros eróticos.

- Aprovechándose la tarjeta para dar una explicación sencilla del flujo vagina: un flujo presente siempre en las vulvas, que aumenta su producción cuando estamos en una situación en la que sentimos deseo con el resultado de que cualquier caricia sea mucho más placentera. Es indispensable su presencia en prácticas que conlleven penetración. Debemos dedicar tiempo a excitarnos ya que las prisas son muy malas amigas del placer.
- Podemos aprovechar para explicar que sentir excitación compartiendo nuestra sexualidad con otras personas pasa más por aspectos relacionales (sentirnos cómodas, a gusto, en confianza, desinhibidas, con ganas de jugar y experimentar juntas) y por regalarle “arte” y magia al encuentro, que no por motivos fisiológicos.

3. CUANDO MÁS GIME UNA PERSONA, MÁS PLACER ESTÁ SINTIENDO.

Hay quien cree que se puede saber por las caras que pone la otra persona o por como gime... pero estas pistas no son demasiado fiables... ¿Y si a la otra persona no le gusta gemir? Hay personas que disfrutan muchísimo y sin embargo son muy silenciosas. A veces, no es tan evidente saber qué es lo que sienten las personas “por la cara”, por tanto, la única manera infalible de saber si las otras personas están a gusto y sienten placer es preguntando:

- ¿Te apetece? ¿Te gusta? ¿Te sientes a gusto?
- ¿Quieres que lo intente de otra manera?
- ¿Quieres más suave/fuerte/rápido/lento? ¿Quieres que siga/pare?

Son ejemplos de preguntas que nos pueden ayudar a tener relaciones más placenteras por ambas partes.

4. EL SEXO ANAL NO DUELE.

Ninguna práctica sexual debe provocar dolor, lo que buscamos las personas al vivir nuestra sexualidad es placer. Las personas que realizan prácticas de penetración anal sienten mucho placer. Por la socialización de género, en el desarrollo de la dinámica, los chicos suelen mostrarse reacios a la penetración, para demostrar su masculinidad. Aprovecharemos la conjetura para reflexionar sobre la relación entre la homofobia y la

masculinidad. Para distinguir la práctica de la preferencia sexual: hay chicos heterosexuales que les encanta y chicos gays a quienes no les gusta, igual hay mujeres cis y personas trans* a las que les gusta y otras a las que no. Cada persona tiene el Derecho de decidir cómo le apetece vivir su sexualidad y que no le apetece experimentar y al mismo tiempo todas tenemos Derecho a que nuestros gustos no sean estigmatizados por el patriarcado.

5. SI EMPIEZAS A LIARTE CON ALGUIEN, TIENES QUE LLEGAR HASTA EL FINAL. SI NO, NO HABER EMPEZADO.

Esta tarjeta sirve para de construir el mito de “calientapollas”. Por suerte las nuevas generaciones lo tienen, al menos discursivamente mucho más claro. Igualmente, nos puede servir para hablar de consentimiento. En lugar de la definición clásica de dar o no dar permiso a la otra persona, lo que definiremos poniendo el foco en si sentimos o no deseo y ganas de hacer, experimentar, compartir nuestra sexualidad con otra persona. De esta manera, resaltamos la importancia de escucharnos a nosotras mismas, brújula indispensable para vivir nuestra sexualidad de forma que nos genere bienestar. Algunos apuntes:

- Solo un SÍ quiere decir SÍ,
- Sin un SÍ es NO,
- No quiere decir No.
- Si tenemos dudas respecto a la otra persona ¡preguntar es sabiduría!
- El consentimiento tiene que ver con escucharnos a nosotras mismas y a la persona con la que estamos.
- Saltarse el consentimiento es lo contrario de una sexualidad placentera, se denomina agresión y provoca gran malestar para quien la sufre.
- Nunca se pierde el derecho a decir “NO”, en cualquier momento podemos parar una relación si no nos está resultando placentera.

6. “LA PRIMERA VEZ” DUELE

La “primera vez” se asocia con la penetración vaginal en una relación heterosexual. Podemos aprovechar para combatir el coito-centrismo y la hetero-norma y para ampliar la definición del “sexo” hasta una mucho más acorde a la diversidad de maneras que tenemos las personas de vivir nuestra sexualidad. Así sexo serían las infinitas maneras de darse placer sexual entre las personas (sexo oral, anal, pero también juegos eróticos, caricias, masajes, masturbación en pareja, petting, etc). Haremos hincapié en que no existe una jerarquía de las prácticas sexuales en cuanto al placer, ya que eso dependerá de los gustos de cada persona. Podemos lanzar preguntas como: ¿En qué consiste la primera vez?

Si la primera vez significa penetración vaginal, ¿Cómo son las primeras veces de las lesbianas y gais?

Si el sexo solo fuera una cosa, ¿no sería muy aburrido?

Esta tarjeta también nos sirve para de construir el mito del dolor que sienten las chicas “la primera vez” que realizan penetración vaginal. Es crucial recalcar que la primera vez no tiene por qué doler, ni la segunda, ni la tercera, ni la veintena, ¡ninguna!

Si en las relaciones sexuales sentimos molestias o dolor, es que no estamos acertando en algo. Lo que mejor podemos hacer en esas situaciones es escucharnos y detener la práctica. En ese momento, podemos elegir entre cambiar de práctica (recordemos que hay infinitas maneras de darnos placer) o dejarlo para otro día o cambiar de amante.

Es importante recalcar que en las relaciones sexuales siempre buscamos placer. El mito del dolor la primera vez provoca una normalización del dolor, lo cual es inaceptable, ¿qué haría un chico si le doliera el pene en las relaciones? ¡Pues nosotras, lo mismo!

- Por la socialización de género las chicas llegan a sus “primeras veces con muy poco conocimiento de cómo funciona su cuerpo. La masturbación es una gran estrategia para revertir esta situación, ya que implica un mayor

autoconocimiento del cuerpo y del placer propio. Estar conectadas con nuestro placer es una gran herramienta para poder negociar mejor relaciones más seguras y placenteras.

- Es importante generar un proceso de empoderamiento para que se sientan protagonistas activas en su sexualidad, legítimas para decidir y comunicar sus deseos, emociones y necesidades.

7. EL ABORTO ES UN DERECHO

La elección de interrumpir voluntariamente el embarazo es un derecho de la mujer reconocido a nuestro país. Todas las mujeres de 18 años pueden elegir libremente, dentro de las primeras 14 semanas de gestación. (Las semanas se cuentan a partir de la fecha de la última regla). En caso de menores de edad.

La interrupción voluntaria del embarazo es posible en los mismos casos que en las mujeres mayores de edad

- La única diferencia es que las jóvenes menores de 18 años tenéis que disponer de la autorización expresa de la madre, el padre o tutor/a legal para poder interrumpir el embarazo.

8. EL EMBARAZO ES GRATUITO

Como es un Derecho reconocido los servicios públicos de salud prestan este tipo de servicio de la forma gratuita mediante técnicas quirúrgicas o farmacológicas muy segura

9. EL SACAR EL PENE DE LA VAGINA ANTES DE EYACULAR EVITA SIEMPRE UN EMBARAZO.

Nos aseguraremos de que todas las participaciones entienden en que consiste la marcha atrás (retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación) y haremos hincapié en que no es un método contraceptivo eficaz por la presencia del líquido pre seminal. Al contener espermatozoides este fluido, aunque tenga menor capacidad que el semen, también puede provocar el embarazo.

- Cuando compartimos intimidad sexual con otras personas, buscamos placer. Utilizar métodos contraceptivos multiplica nuestra capacidad de sentir placer, ¡ya que disponemos de toda nuestra atención para disfrutarlo!
- Aunque el riesgo de embarazo es menor que si se eyacula en el interior de la vagina, esta práctica genera malestar, rayadas y angustias hasta que se produce la menstruación. Y estos malestares que en muchas ocasiones se viven a solas, tienen nada que ver con el placer que buscamos en las relaciones sexuales. Estaría bien recordarnos que no hemos venido al mundo a estar “Rayadas” y aprender a valorar que esta situación no es justa.
Es importante interpelar a los chicos para generar una reflexión profunda sobre el tema y poder generar consciencia y empatía sobre el tema.
- Es importante no generar una situación de juicio moral, el acompañamiento educativo buscara aumentar la capacidad crítica del alumnado.

10. LA PASTILLA DEL DÍA DESPUÉS SÓLO HACE EFECTO SI LA TOMAS EL DÍA DESPUÉS DE HABERLO “HECHO”

- La pastilla del día después es un método de contracepción de urgencia que puede ser utilizado por la mujer después de una relación con riesgo de embarazo. Ofrece una segunda oportunidad en caso de no haber utilizado ningún método contraceptivo, de la rotura del preservativo o haber olvidado tomar las pastillas

anticonceptivas habituales. Por tanto, hay que recurrir a ella en situaciones de urgencia que supongan riesgo de embarazo no planificado independientemente del día del ciclo menstrual en el que haya tenido lugar la relación sexual.

- Debemos tener en cuenta que la pastilla del día después no protege del riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual.
- Es importante señalar que la pastilla del día después debería llamarse la pastilla de hasta los 3 días después, ya que disponemos de 72 horas para tomar realizar la toma (incluso existe una de 5 días). Si bien es cierto que su eficacia aumenta si la toma se realiza durante las primeras 24 horas.

11. PUEDO CONSEGUIR LA PASTILLA DEL DÍA DESPUÉS EN EL CAP O AMBULATORIO, EN LA FARMACIA O ALGÚN CENTRO JOVEN

- La afirmación es correcta, en caso de necesitarla la pastilla se puede conseguir: En los servicios sanitarios más cercanos, donde se dará informarán y el anticonceptivo de urgencia de forma gratuita.
- La pastilla de las 72h no necesita prescripción médica, se puede comprar en la farmacia directamente a partir de los 16 años.

12. LA PASTILLA DEL DÍA DESPUÉS SE PUEDE TOMAR COMO MÁXIMO 3 VECES

- No hay un máximo de veces para tomar la pastilla, pero en ningún caso deben convertirse en un método contraceptivo habitual porque cada vez que la tomemos estamos alterando nuestro ciclo hormonal y sobre todo nuestro estado de ánimo. Debemos tener muy presente que los nervios y las inseguridades que sentimos desde la práctica de riesgo hasta que se produce la menstruación, no tienen nada que ver con el placer sexual y podríamos ahorrarnos este mal rollo usando los preservativos que, además, nos protegen del riesgo de ITS.

Ejercicio 22. Instituciones de apoyo

Centro De Orientación para Adolescentes, Tels.:55598450,55598451,
www.cora.org.mx

Centros Ambulatorios de Prevención y Atención en SIDA e ITS (CAPASITS),
www.censida.salud.gob.mx/interior/capasits.html

Centro de Ayuda para la Mujer.

Tel: 01-800-685-3777 y 2628-2744

Consejo Nacional de Población (Conapo), Tels.: 55590629,55596959,
www.conapo.gob.mx

CONASIDA, Tel: 55282103, www.salud.gob.mx/canasida/

Fundación Mexicana Para la Planificación Familiar (MEXFAM), Tels.: 55737070,
www.mexfam.org.mx

Instituto Mexicano de La Juventud.

Tel: 1500-1300 Ext.1470

www.imjuventud.gob.mx

Instituto Mexicano de Sexología, Tel: 55642850, www.imesex.com.mx

Instituto Nacional de las Mujeres Vida sin violencia, Tel: 01-800-911-2511,
www.inmujeres.gob.mx

PLANIFICATEL: 01 800 01 03 500

Opinion acerca del taller

Me gusto mucho el taller por que aprendi muchas cosas que no conocia tambien me gusto por que conoze que hemos egerto con quien no les hablaba.

Me gusto por que se como se llaman las partes del hombre y las mujeres

Lo que me gusto de su taller fue =

Que nos ayudaron a comprender más sobre nuestra sexualidad sobre los diferentes tipos de pensar de cada quien, las partes del aparato reproductor femenino y masculino y gracias por toda la información que nos brindaron lo aprecio mucho. Ñ

Muchas gracias.

A mí si me gustó la clase, honestamente me sentía un poco incomoda con los temas ya que casi no suelo hablar de eso, pero agradezco su tiempo para poder nos dar las clases.

Yo les doy mis felicitaciones, ya que en cada clase se notaba y se nota su esfuerzo, pido disculpas por los problemas que tuvieron con mis compañeros de clase, pero me parecía muy buena la clase, les desco suerte y cuidense mucho. <3

De estas tres docentes admiro su trabajo, ya que no es fácil lidiar con niños de secundaria y menos con los que no conoces.

Su desempeño fue bueno por que le abrió mucho los ojos a todos los adolescentes que no tenían ni idea de como se llaman las partes de su cuerpo

Espero que tengan un gran recorrido las 3 les deseo éxito en su vida y muchas cosas lindas.

♡ Con Amor Secundaria 107 Kochimi, Co.

MI Punto De Vista:

Por MI Parte Los Tres Chicos Me Callaron Muy Bien. Eran Atentos Con Vosotros, Lo Poco O Lo Mucho Que Les Enseñaron Yo Los Enseñaron Muy Bien Los Explicaban Con Cereencia.

Tambien Eran Muy Comprensivos y Muy Amables y Atentos Con Vosotros

El Tema:

Me Parecia Un Tema Muy Cuerdo Para Vosotros Como Adolescentes.

Tambien Tener El Valor De Pararse En frente y Decir las cosas con Claridad. Apesar de que Algunos Compañeros se Tomaban el Juego o se Burlaban de lo que decian.

Aprecio Su Trabajo.

Los Cuero.

Esta clase sirvio para conocer mas sobre el tema de la sexualidad me enseno a descubrir cosas que yo apenas iba a empezar a descubrir, el trabajo fue muy claro y especifico, facil de comprender ETC. en fin una linda enseñanza y un buen aprendizaje :)

Anexo 4

Sesión 1	Criterios a evaluar																			Observaciones	
	Cumplen con el material solicitado		Tienen disposición a las actividades grupales y al trabajo individual.					Usan un vocabulario respetuoso al participar o dirigirse a sus compañeros (as) y maestros.		Entregan sus evidencias en tiempo y forma.					Participan en las dinámicas grupales y se integran con facilidad.						Número de participaciones durante la sesión.
Grupos	SI	NO	0	1	2	3	4	SI	NO	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4		
A																				15	
B																				10	Tenían poca disposición para trabajar en equipo.
C																				17	Desde esta primera sesión fue un grupo muy participativo.
D																				13	
E																				15	Observamos que una compañera dirigía al salón ya que, en su mayoría hacían lo que la joven decía.
F																				14	

Valores: 0=Nunca 1=Casi nunca 2=Algunas veces 3= Casi siempre 4= Siempre

Sesión 2	Criterios a evaluar																			Observaciones				
Grupos	Cumplen con el material solicitado		Tienen disposición a las actividades grupales y al trabajo individual.					Usan un vocabulario respetuoso al participar o dirigirse a sus compañeros (as) y maestros.				Entregan sus evidencias en tiempo y forma.					Participan en las dinámicas grupales y se integran con facilidad.					Número de participaciones durante la sesión.		
	SI	NO	0	1	2	3	4	SI	NO	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4					
A																				18	Una alumna, manifestó no querer trabajar con determinados compañeros.			
B																				13				
C																				19				
D																				16	Cambiamos de lugar a un alumno que constantemente se distraía con su compañero de a lado.			
E																				16				
F																				18				

Valores: 0=Nunca 1=Casi nunca 2=Algunas veces 3= Casi siempre 4= Siempre

Sesión 3	Criterios a evaluar																			Observaciones	
	Cumplen con el material solicitado		Tienen disposición a las actividades grupales y al trabajo individual.					Usan un vocabulario respetuoso al participar o dirigirse a sus compañeros (as) y maestros.			Entregan sus evidencias en tiempo y forma.					Participan en las dinámicas grupales y se integran con facilidad.					Número de Participaciones durante la sesión.
Grupos	SI	NO	0	1	2	3	4	SI	NO	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4		
A																				24	
B																				13	Una alumna, manifestó sentirse incomoda con los temas que se hablarían en la sesión.
C																				23	
D																				21	
E																				19	En su mayoría, fueron a sacar las copias del material en el momento en que se les pidió que lo sacaran para trabajar.
F																				22	Hubo más participación, sin embargo, opinaban con cierta pena.

Valores: 0=Nunca 1=Casi nunca 2=Algunas veces 3= Casi siempre 4= Siempre

Sesión 4	Criterios a evaluar																			Observaciones	
	Grupos	Cumplen con el material solicitado	Tienen disposición a las actividades grupales y al trabajo individual.					Usan un vocabulario respetuoso al participar o dirigirse a sus compañeros (as) y maestros.				Entregan sus evidencias en tiempo y forma.					Participan en las dinámicas grupales y se integran con facilidad.				
SI			NO	0	1	2	3	4	SI	NO	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
A																				29	
B																				17	Una alumna se salió del salón para pasear por la escuela y fue reportada a dirección.
C																				29	
D																				26	
E																				24	
F																				24	

Valores: 0=Nunca 1=Casi nunca 2=Algunas veces 3= Casi siempre 4= Siempre

Sesión 5	Criterios a evaluar																			Observaciones
	Cumplen con el material solicitado		Tienen disposición a las actividades grupales y al trabajo individual.					Usan un vocabulario respetuoso al participar o dirigirse a sus compañeros (as) y maestros.			Entregan sus evidencias en tiempo y forma.					Participan en las dinámicas grupales y se integran con facilidad.				
Grupos	SI	NO	0	1	2	3	4	SI	NO	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	
A																				31
B																				32
C																				31
D																				29
E																				29
F																				31

Valores: 0=Nunca 1=Casi nunca 2=Algunas veces 3= Casi siempre 4= Siempre

Anexo 5

Mamá: Casi no hablamos de sexualidad la verdad me gustaría que hubiera esa confianza entre nosotras ya que mi papá es muy cerrado en esos casos, me gustaría que me explicaras muchas cosas, como casi no hablabamos de pequeña sobre eso ahora me da pena hablarlo con cualquier persona aunque sea algo normal, con el tiempo yo sola me fui dando cuenta sobre que me hicieron de chiquita la verdad fue muy feo entender sola todo, me dio miedo decirlo por medio a que no me creas, ya que la persona que lo hizo es muy cercana a nosotras, quisiera platicarlo pero no puedo no me hace, pena me da, espero en algun punto poder platicarlo.

Aff. Anonimo

scribe

La verdad pues solo quiero que sepan que los quiero mucho pero a veces quiero hacer cosas y ellos no me dejan so quisiera que me tuvieran la confianza para que me deden salir con mis amigos se que hay inseguridad pero quiero salir no todos los dias pero si debes en cuando.

Mamá sabes que no me siento preparada para seguir con la prepa a parte no pagaste si quiero seguir estudiando pero para el otro año y no quisiera que te enojaras por cosas que te dije ~~me~~ hi.

Tambien hubiera querido que me creieras cuando te dije lo que pasaba con tu pareja.

Papá te quiero mucho y gracias por apoyarme y talvez no te lo puedo decir en persona pero te perdono por lo que paso.

Carta a mis padres

Pues con mis padres más con mi mamá puedo hablar con sobre sexualidad ellos me enseñaron y me divierten en 50% de lo que se, gracias de la comunidad LGBTQ+ no hablamos de eso ya que mis padres son muy religiosos y no quieren que hable de l tema, para decir verdad no tengo buena comunicación con mis padres o confianza pero gracias de mi vida sexual si le diria a mi mamá sobre mi primer encuentro sexual.

Scribe

CARTA A MIS PADRES.

No hablo mucho con ellos por que
están separados Así que no tengo
oportunidad de hablarles de cualquier
cosa por que trabajan y no tienen tiempo.
Me gustaria hablar con ellos de todo al menos
una vez

♡ CARTA A MIS PADRES ♡

Les quisiera decir a mis papás muchas cosas,
como que hoy siento atracción por las mujeres y
hombres pero siento que si les digo no me van
a aceptar, me han dicho pero no me animo a
decirles.

También que a veces me siento mal sociemocionalmente
y tratarlo con un especialista pero no me animo a
decirles.

"Carta a mis padres"

Me gusta tener comunicación con tigo, solo que no... me hace sentir bien el echo de que todo lo tomes a la ligera que cuando lloro o me siento triste. tu siempre dices que no te tome importancia... Recuerdo bien cuando me pegaban mis compañeros de la primaria porque no me gusta vestirme como niña... tu me llevaste al hospital, pero despues me dijiste que lo dejara en el pasado.

Gracias a ti puedo ser mejor aunque me duela el fingir que estoy bien.

Padre... Con tigo solo sufro y lloro, no te gusta que me comporte como niño, me salias gritar que era una decepcion para ti solo te te dejo en ridiculo y perdón por no ser bonita ni linda como la niña ideal que querias tener

Con tigo no tengo comunicación porque me gritas e incluso me amenazas. Me da un obreco gusto que fueras el papa que siempre quise, amoroso y que te enorgullesca.

ANEXOS DE LAS ACTIVIDADES A DESARROLLAR EN CADA SESIÓN.

ANEXO 1: INSTRUMENTO.

Edad: 15

Alcaldía donde vives: Xochimilco

¿Con qué género te identificas? _____

Femenino: Masculino: Con alguno de la comunidad LGTBTTIQ+: No binario:

1. ¿Con quién vives? papas y hermanos
2. Para ti, ¿Qué es la sexualidad? relaciones sexuales con protección e información
3. ¿Hablas con tus padres, madres, tutores, etc. sobre temas de sexualidad? Si
4. ¿Prácticas alguna religión? ¿Cuál? Si, catolico.
5. ¿Cómo impactan tus creencias religiosas en tus ideas y/o prácticas sexuales? bien, no hay ningún problema.
6. ¿De quién has recibido información sobre sexualidad? de papas y maestros.
7. ¿Ha sido suficiente a información que has recibido sobre sexualidad en tu escuela? Si
8. Podrías explicarnos más detalladamente por qué de tu respuesta anterior Nos enseñan como podemos prevenir enfermedades o embarazos y como cuidarnos.
9. ¿Por qué crees que es importante que los adolescentes reciban educación sexual? para tener una buena salud y saber todo sobre el tema.
10. En este momento de tu vida ¿Qué necesitas saber sobre tu sexualidad? Sobre algunas enfermedades de transmisión sexual,
11. ¿Cuáles son tus mayores preocupaciones sobre la sexualidad humana? Las ITS y embarazos no planeados
12. ¿Conoces tus derechos sexuales y reproductivos? Si.
13. Menciona los métodos anticonceptivos que conoces. Condón, DIO, pastillas anticonceptivas, parches y abstenerse.
14. ¿Sabes que es una zona erógena? No
15. ¿Qué es para ti un orgasmo? Cuando en el acto se llega al placer y eyaculas.
16. ¿Cómo identificas a una persona sexy? por su cuerpo voluptuoso o ideas relacionadas al sexo.
17. ¿Qué piensas de la masturbación? Es segura para nosotros ya que no perjudica a nadie.
18. ¿Cuál es la función de la pornografía en la vida del adolescente? Satisfacer sus gustos y aprender diferentes formas de sexualidad.
19. ¿Qué opinas de enviar fotografías mostrando alguna parte de tu cuerpo desnudo a tus amigos, pareja, etc? Pues ya cuando hay muchos años de relación y confianza puede que si, pero es mejor no hacerlo.
20. Para ti, ¿cuándo sería el mejor momento para iniciar tu vida sexual? A los 18 años y siguiendo.

F