SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 092, AJUSCO

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

DISEÑO DE UN BLOG PARA LA PREVENCIÓN DEL EMBARAZO ADOLESCENTE

DISEÑO DE MATERIAL EDUCATIVO

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

P R E S E N T A N:

VARELA RODRÍGUEZ GUILLERMO
VILLANUEVA FLORES ALMA FERNANDA

ASESORA: DRA. MARÍA CLOTILDE JUÁREZ HERNÁNDEZ

CIUDAD DE MÉXICO, SEPTIEMBRE 2024

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
COMISIÓN DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Ciudad de México, 28 de agosto, 2024
***Actualizada por cambio de título, 4 de septiembre, 2024**

DESIGNACIÓN DE JURADO

La coordinación del Área Académica 3 tiene el agrado de comunicarle que, a propuesta de la Comisión de Titulación, ha sido asignado miembro del jurado del Examen Profesional de:

VARELA RODRÍGUEZ GUILLERMO Y VILLANUEVA FLORES ALMA FERNANDA

Generación: **2019-2023**

Pasante de esta Licenciatura, quien presenta la **TESIS**:

"DISEÑO DE UN BLOG PARA LA PREVENCIÓN DEL EMBARAZO ADOLESCENTE"

Inscrita en la Modalidad: **Material Educativo**

para obtener el Título de: **Licenciatura en Psicología Educativa**

Reciba usted un ejemplar de la TESIS para su revisión y en su caso, aprobación (al considerar un plazo no mayor de veinte días hábiles), para entregar a la Comisión de Titulación la carta-revisión adjunta.

JURADO	NOMBRE
PRESIDENTE	HAYDÉE PEDRAZA MEDINA
SECRETARIO	MARÍA CLOTILDE JUÁREZ HERNÁNDEZ
VOCAL	JORGE GARCÍA VILLANUEVA
SUPLENTE	GABRIELA RUIZ SANDOVAL

ASESORA: **MARÍA CLOTILDE JUÁREZ HERNÁNDEZ**

A t e n t a m e n t e
"Educar para transformar"

Gerardo Ortiz Moncada
Área Académica 3, Aprendizaje y Enseñanza en
Ciencias, Humanidades y Artes

Índice

Resumen ……..……. 4

Introducción …….. 5

1. Problematización …… 6
2. Justificación …… 8
3. Objetivos ……. 13
    - 3.1. General …….. 13
    - 3.2. Específicos …… 13
4. Palabras clave …….. 14
5. Estructura de la tesis …… 15

Referentes conceptuales ……... 17

1. Sexualidad en la adolescencia ……. 19
2. Embarazo adolescente en México …….. 21
3. Prevención del embarazo adolescente …….. 23
4. Educación integral en sexualidad …….. 24
5. Materiales educativos …….. 28

Procedimiento del diseño del material ……. 29

Fase 1. Exploratoria ……. 30

Fase 2. Consideraciones para el diseño del material …… 39

Fase 3. Diseño del material educativo ……. 41

Descripción del blog ……. 43

Pilotaje del blog ……. 76

Evaluación del blog …… 82

Consideraciones finales ……. 84

Referencias ……..…… 86

Anexos ……... 92

I. Consentimiento informado ……. 92

II. Guion del cuestionario ....…….. 93

Resumen

En nuestra formación como psicólogos educativos identificamos que el embarazo de adolescentes entre 15 y 19 años de edad, por su alta incidencia en México, representa un problema de salud y educación. Impacta en sus derechos y afecta su proyecto de vida, obstaculizando su desarrollo integral como personas. Aunque, se han implementado diversas acciones preventivas, éstas no han sido suficientemente efectivas para disminuir significativamente dicho problema. El INEGI (2023) reportó que, en 2021 a nivel nacional, se registraron 147, 279 nacimientos de madres adolescentes. Por otro lado, las y los adolescentes suelen recurrir al *internet* como medio informativo predominante para contestar sus preguntas y dudas sobre su sexualidad, lo que no es garantía de contar con información veraz ni orientación adecuada para tomar las mejores decisiones sobre su cuerpo y su vida. Ante tal problemática, aquí se diseñó un *blog* como material educativo digitalizado para incidir en la prevención del embarazo adolescente, basado en una educación integral en sexualidad. El procedimiento del diseño constó de tres fases: 1. Exploración de necesidades y resultados mediante un cuestionario aplicado a una pequeña muestra de 18 adolescentes sobre sus necesidades, opiniones, preguntas y dudas relacionadas con el embarazo adolescente y cómo prevenirlo. 2. Consideraciones para el diseño del material basadas en los resultados de la exploración. 3. Diseño del material educativo digitalizado en el que se explica cómo se elaboró el blog, se describen los elementos que lo conforman y se presentan los resultados de su pilotaje, así como el producto final.

Introducción

En este apartado, se presenta la tesis ***Diseño de un blog para la prevención del embarazo adolescente****,* en la modalidad de diseño de material educativo, según el Instructivo de Titulación de la Licenciatura en Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional (2023). El contenido incluye: 1. La problematización del embarazo adolescente; 2. La justificación de la intervención preventiva desde la psicología educativa con una visión integral de la sexualidad de los adolescentes; 3. Los objetivos, general y específicos, con los que se propone el diseño de un blog, como material educativo digitalizado para adolescentes, instalado en una plataforma de la *internet*; 4. Las palabras clave del trabajo. Por último, se presenta la estructura de la tesis.

1. Problematización

Este trabajo tiene como objetivo diseñar un material educativo digitalizado dirigido a mujeres y hombres adolescentes en contextos educativos formales e informales, basado en sus necesidades de educación integral en sexualidad.

El embarazo adolescente es un problema de salud a nivel mundial debido a su alta incidencia y a las complicaciones en el proyecto de vida de la niña o adolescente. Díaz et al (2017, p.517) entienden por embarazo adolescente o precoz a aquel proceso de gestación que se desarrolla en niñas o adolescentes entre el comienzo de la edad fértil y el final de la adolescencia, abarcando un periodo de edad aproximado entre los 10 y los 19 años.

El informe que presenta el Gobierno de México (2020) en la *Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente* 2021-2024 compara entre países de niveles socioeconómicos semejantes al de México, dentro del quinquenio 2015 a 2020, y destaca que la tasa de fecundidad en adolescentes mexicanas es de 71.3%. Este dato es preocupante por la alta probabilidad de que las adolescentes se embaracen, debido a esto, el sistema de salud ha tratado de abordar el problema para resolverlo mediante la creación de diversos programas preventivos, con la finalidad de concientizar y disminuir estos embarazos. Sin embargo, se considera que su impacto no es el esperado, dado que dicho fenómeno prevalece y afecta la vida de niñas y adolescentes, así como a su familia.

En el ámbito educativo, se usan materiales educativos para promover la educación integral de la sexualidad, ampliar conocimientos, facilitar la toma de decisiones y concientizar a la población adolescente sobre cómo llevar una vida sexual

responsable. Esto como un primer paso para prevenir que niñas, niños y adolescentes vivan las repercusiones de un embarazo no deseado.

Ante semejante problemática, en este trabajo se considera que desde la Psicología Educativa se puede contribuir con un material educativo digitalizado que aporte a la educación integral en sexualidad de las y los adolescentes, con la intención de que se apropien de ella y vivan su sexualidad de forma responsable y libre. El objetivo del material es hablar con un lenguaje accesible y comprensivo sobre la educación sexual desde un enfoque integral con las y los adolescentes para que tomen decisiones responsables al llevar una vida sexual activa y prevenir embarazos precoces.

2. Justificación

El embarazo precoz se reconoce como un problema de salud y desde allí es donde se ha tratado de resolver, sin embargo, se puede inferir que de fondo es un problema por la falta de educación sexual.

Díaz et al (2017, p. 517) aportan una definición del embarazo adolescente o precoz: “se desarrolla durante el comienzo de la edad fértil y el final de la adolescencia, abarcando desde los 10 años hasta los 19 años”. En este trabajo se adopta esta definición por considerarla descriptiva de la fertilidad como una condición biológica indispensable, la cual cumple su función reproductiva cuando se inicia la actividad sexual temprana durante el periodo de aproximadamente 9 o 10 años a lo largo de la adolescencia humana.

Familias de diversos países enfrentan esta situación, en la que influyen una serie de factores adversos como la falta de información, información deficiente, nulas herramientas de educación sexual, contextos familiares y sociales complicados, niveles socioeconómicos precarios, entre muchos otros. La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico –OCDE- (Universidad Nacional Autónoma de México [UNAM], 2021) reporta que México registra 77 nacimientos por cada mil adolescentes entre 15 y 19 años. Esta problemática propició que en 2015 se desarrollara la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (ENAPEA), la cual, según las estadísticas, no ha sido lo suficientemente efectiva: tan solo en 2021 se registraron 373,661 partos de madres adolescentes, esto representa mil partos diarios (Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA], 2022).

El Consejo Nacional de Población [CONAPO] (2021) reporta que los adolescentes mexicanos inician su vida sexual aproximadamente a los 15.5 años. Este hecho en sí mismo implica un riesgo para el embarazo precoz por la falta de información sexual adecuada y confiable; temor de buscar orientación con los adultos familiares o conocidos; carencia de recursos o medios para evitar el embarazo; además de prevalecer el prejuicio sobre la vida sexual en las y los adolescentes; falta de interés de parte de los cuidadores y educadores para abordar y afrontar el tema.

Las alternativas creadas en México, para prevenir embarazos adolescentes, se enfocan principalmente en proporcionar información sobre educación sexual a madres, padres y docentes, con el fin de que ellos participen en la enseñanza de estos temas.

Un ejemplo de ello es la *Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescent*e (ENAPEA) creada en 2015 por parte del Gobierno de México durante el sexenio de Enrique Peña Nieto con el objetivo de erradicar embarazos en niñas de 14 años o menos y disminuir la tasa de fecundidad de las adolescentes (Consejo Nacional de Población, 2016). Actualmente sigue vigente e implementa diversas herramientas para lograr su objetivo por medio de agentes como la familia y la escuela.

Por otro lado, en el marco de la ENAPEA, se creó el sitio *Familias y sexualidad adolescente* por el Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES) cuya finalidad es que cualquier persona que acompañe el crecimiento de niñas, niños y adolescentes fortalezca sus conocimientos para coadyuvar a prevenir embarazos en edades tempranas (Instituto Nacional de las Mujeres [INMUJERES], 2017). El sitio cuenta con diversos recursos como ilustraciones, audios y videos que desarrollan temas en materia de sexualidad.

Como podemos observar, ambas alternativas implican que cuidadores y agentes educativos se involucren en la educación sexual de niñas, niños y adolescentes, sin embargo, en México hablar de temas relacionados con la sexualidad es mal visto.

Un estudio realizado en 2005 que expone los obstáculos y las oportunidades para mejorar la salud sexual y reproductiva de los jóvenes, mediante un análisis dinámico contextual, muestra que el conservadurismo de la sociedad mexicana es uno de los mayores problemas para comenzar a hablar de sexualidad (Juárez y Gayet, p. 212). Ver estos temas como un tabú o reducirlos únicamente a la parte reproductiva implica que no se pueda abrir la conversación a todo lo que implica la educación sexual desde un enfoque integral y lleva a que los jóvenes resuelvan sus dudas con sus propios medios.

En 2022 el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática [INEGI] realizó la *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares* y mostró que en la Ciudad de México la población entre 12 y 17 años que es usuaria de internet representa un 11.1%, siendo 879,896 adolescentes los que utilizan tecnología en sus hogares (2022). Es importante regular el uso que esta población da a la tecnología, porque hoy en día es fácil acceder a cualquier sitio de internet y encontrarse con información poco confiable; de ahí la importancia de proporcionarles fuentes seguras para que accedan a información veraz.

Según Cervantes et al. (2020, p.7), mirar a la sexualidad y al ejercicio de la misma desde una perspectiva negativa orilla a los adolescentes a iniciar su vida sexual de manera secreta, disminuyendo la posibilidad de adquirir métodos de protección; esto implica que corran más riesgo de contraer Infecciones de Transmisión Sexual o tengan un embarazo no deseado. Por eso debe implementarse una educación sexual que

permita a niñas, niños y adolescentes adquirir herramientas que les permitan estar informados y orientados tomar decisiones responsables sobre su vida sexual.

Miembros del Seminario *Los materiales educativos en la sociedad de la información* definen como “material educativo a aquel objeto, instrumento o medio elaborado y adaptado para apoyar el proceso de enseñanza-aprendizaje” (2006, p.3), el cual, puede ser considerado como un intermediario entre el emisor y el receptor de la información.

El trabajo desarrollado por Palomo (2011) sobre la implementación de materiales educativos para facilitar el proceso de enseñanza y aprendizaje, menciona que estos tienen como “características: despertar el interés por aprender, optimizar las habilidades intelectuales, facilitar la comprensión de contenidos y promover la participación activa” (p.11).

A través del internet, los estudiantes tienen la posibilidad de acceder a grandes cantidades de información. “El World-Wide Web (WWW) es un sistema hipermedia distribuido, accesible a través de la Internet, que permite navegar con facilidad por una enorme cantidad de información” (Adell, 1995, p.1), uno de sus usos es para diseñar materiales con información continuamente actualizada.

El blog que se desarrolló en este trabajo, se diseñó como material educativo con la expectativa de que cumpla con lo siguiente: 1. Responder a necesidades de información sobre la sexualidad de las y los adolescentes; 2. Ser atractivo para llamar la atención e interés en conocer su contenido; 3. Ser una guía interactiva en colaboración con los padres y educadores; 4. Contribuir en la promoción de una vida sexual sana,

protegida y responsable; 5. Aumentar las estrategias de cuidado para evitar el embarazo; 6. Disminuir la incidencia del embarazo precoz.

3. Objetivos

a) General

Diseñar un material educativo digitalizado dirigido a mujeres y hombres adolescentes en contextos educativos formales e informales, basado en sus necesidades de educación integral en sexualidad, cuyo conocimiento les sirva para incorporarlo a su vida cotidiana saludable y desde luego para prevenir el embarazo precoz.

b) Específicos

Indagar, por medio de un cuestionario las necesidades, los intereses y las características de las y los adolescentes sobre el embarazo adolescente y el conocimiento de cómo prevenirlo.

Diseñar un material educativo digitalizado, basado en los resultados de la exploración para la detección de necesidades de educación integral en sexualidad de las y los adolescentes para la prevención del embarazo precoz.

4. Palabras Clave

Embarazo adolescente, embarazo precoz, adolescencia, prevención, material educativo digitalizado, educación integral en sexualidad, sexualidad.

5. Estructura de la tesis

Iniciamos este trabajo con el planteamiento del embarazo precoz entre mujeres adolescentes entre 15 y 19 años, la justificación del diseño de un blog como material educativo, los objetivos que se pretenden lograr y las palabras clave. Para el marco conceptual se hace un recorrido por diversos referentes conceptuales: la sexualidad en la adolescencia, el embarazo precoz en adolescentes en México, cómo se concibe la educación sexual desde un enfoque integral y preventivo, así como, la elaboración de materiales educativos sobre este tema. Se presentan también las tres fases del procedimiento seguido en el diseño del blog: Fase *1. Exploración*. Mediante un cuestionario aplicado a una pequeña muestra de 18 adolescentes, se exploraron sus necesidades, opiniones, preguntas y dudas sobre el embarazo adolecente y cómo prevenirlo. Fase 2. Diseño del blog. Basado en los resultados de la fase exploratoria, se diseñó un *blog* denominado: *Educación integral de la sexualidad para adolescentes.* Fase 3. Pilotaje y versión final. El blog diseñado se piloteó entre una pequeña muestra de estudiantes con la finalidad de mejorarlo. Se presenta la versión final que se obtuvo: El sitio cuenta con una interfaz dinámica, con materiales audiovisuales como imágenes, infografías, videos, *podcasts*, cuentas de redes sociales, entre otras herramientas. La estructura del blog: *Educación integral en sexualidad* consta de los siguientes apartados: -Reglas para la comunidad. -Lo que pasa con mi cuerpo. -No son flores ni son pajaritos. -Sexualidad, ¿por qué me interesa tanto? -Tus derechos

sexuales y reproductivos. -¿Qué hago con los métodos anticonceptivos? -¿Y si hay un embarazo? -Infecciones de Transmisión Sexual, ¿Cómo prevenirlas? y -Para saber más… El contenido de cada apartado incluye la descripción de: -los diversos cambios hormonales y físicos que se viven en la pubertad y la adolescencia, -los órganos sexuales, -la sexualidad y conceptos relacionados, -los derechos sexuales y reproductivos, -los métodos anticonceptivos, -el embarazo adolescente y sus repercusiones, -las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y su detección. Por último, se agregó una serie de consideraciones y reflexiones, además de las referencias y anexos con los recursos utilizados.

Referentes Conceptuales

Los referentes conceptuales que se abordan en este apartado incluyen: definición de la adolescencia; el desarrollo de la sexualidad y el embarazo adolescente; cómo se ha registrado este fenómeno en México, específicamente en la Ciudad de México; estadísticas del embarazo que existen en el país; qué programas se han creado para poder combatir la incidencia del embarazo precoz; cómo se ha desempeñado la enseñanza de estos temas, ya sea los propuestos por parte del gobierno, las escuelas e incluso por los medios tecnológicos. Con base a lo anterior, conocer cómo es la situación actual y cómo poder elaborar un material educativo que sirva para la población adolescente que suele recurrir al internet.

A partir de la revisión de la literatura, se pudo determinar el rango de edad de los adolescentes para definir con qué población se trabajaría. Por ejemplo, en el rango de edad entre los 10 a 14 años se identifica a las niñas; entre los 15 a 19 años se reconoce que se trata de mujeres adolescentes. Para este trabajo, se seleccionó el segundo rango de edad de las adolescentes. Fue importante también determinar trabajar con la sexualidad, específicamente, con el embarazo adolescente, ya que es una problemática no solo nacional sino también mundial. Una vez definidos estos aspectos generales, se acotó la problemática para enfocarse en cómo se ha desarrollado el fenómeno en México; limitando más aún el ámbito geográfico a la Ciudad de México, para explorar qué se ha difundido sobre temas relacionados con la sexualidad, qué información documentada existe sobre las acciones hechas para la disminución del embarazo adolescente; qué se ha trabajado con base al concepto de la educación integral en sexualidad; qué se define como la enseñanza sexual integral que incluye aspectos psicológicos, físicos, cognitivos y sociales, para la obtención de

un aprendizaje significativo y duradero en las y los adolescentes; qué opinión hay sobre este tema en las instituciones educativas y los padres de familia.

Por último, la revisión de la literatura sobre materiales educativos, permitió identificar definiciones de diferentes autores; una gran diversidad de materiales educativos digitalizados; qué es y cómo se puede aplicar el tipo de material digital que interesa trabajar; cómo se han utilizado las tecnologías de la información; qué tanto acceso, los adolescentes tienen a las tecnologías de la comunicación y la información; que porcentaje de adolescentes utilizan las TIC; impacto de las TIC entre los adolescentes.

1. Sexualidad en la Adolescencia

Hablar de la sexualidad es considerar un proceso complejo que se va desarrollando a lo largo de la vida de todo ser humano. Sin embargo, en este trabajo se tiene la necesidad de delimitar un rango de edad particular que comprende entre los 15 y 19 años, dentro del cual se considera la denominada la adolescencia.

Entre la vasta información y diversidad de perspectivas encontradas en la revisión de la literatura, los autores seleccionados son los que ofrecieron más herramientas de trabajo y acceso a los datos necesarios para este trabajo.

Conceptos como pubertad, se define como el periodo en el que se comienzan a presentar diversos cambios físicos, psicológicos y sexuales. Incluso, cómo se manifiestan en diferentes contextos. Así, pubertad y adolescencia son dos términos que cada una, abarca una serie de temas como: manifestaciones físicas de la maduración sexual; el término adolescencia se emplea para los procesos psicológicos de adaptación de dichos cambios (Blos, 1980, p.16).

Según Marta Puig, durante el periodo entre los 10 y 15 años además de cambios anatómicos, fisiológicos y endocrinos, se presentan indicadores externos como: oscilación en el estado de ánimo, cambios en la apariencia física y actitudes desafiantes (2009, p.27). Estas son las características que se deben tomar en consideración cuando se pretende trabajar con las y los adolescentes, para comprender la revolución que viven dentro de su cuerpo.

La sexualidad no se inicia en la adolescencia, comienza desde la infancia, pero es en esta etapa en la que se posee un cuerpo competente para iniciar la vida sexual (Puig, 2009, p.28). Es uno de los ámbitos de la vida social más simbólicos: proceso

puberal, la aceptación de la imagen corporal, el descubrimiento de las necesidades sexuales, el desarrollo de la personalidad, el aprendizaje de las relaciones sexuales y el establecimiento de un sistema propio de valores sexuales (Martell et al., 2018, p. 16).

Por eso, cuando hablamos de sexualidad, no se puede reducir únicamente a la reproducción; más allá del hecho de reproducirse, los adolescentes se enfrentan a las manifestaciones de su sexualidad, sus relaciones con otros, sensaciones nuevas, reconocer su cuerpo, entre muchas otras experiencias.

“El adolescente ve la relación sexual como necesaria para ser conocido y valorado por otros jóvenes, por curiosidad, por tratar de resolver fantasías de ser padre o madre, por desear la experiencia de relación sexual y por placer o diversión” (Parra y Pérez, 2010, p. 9). Educar desde el miedo, prohibiendo las relaciones sexuales, genera en los jóvenes que no se disfrute la sexualidad desde el placer, satisfaciendo la curiosidad y el autoconocimiento.

2. Embarazo Adolescente

El embarazo adolescente identificado a nivel mundial es una problemática de salud pública, que representa la segunda causa de muerte entre las mujeres adolescentes de 15 a 19 años. El Fondo de Población de las Naciones Unidas (2022), considera que el mayor riesgo de embarazo adolescente se identifica con las mujeres que viven en condiciones socioeconómicas de precariedad como: la pobreza, la falta de educación, pertenencia a las minorías étnicas o grupos marginados, debido a su condición de vulnerabilidad condicionada por el contexto.

En México, se registra una de las tasas más altas de embarazo adolescente en comparación con otros países con un desarrollo económico semejante. El inicio temprano de la actividad sexual sin protección preventiva se presume ser la responsable de los 369,004 nacimientos del total de 2,133,951 lo que representan el 17.3% del total de nacimientos registrados en 2020 (CONAPO, 2021) y los 147,279 partos de mujeres entre 15 y 19 años registrados por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática en 2021 (INEGI, 2023, p.1). Se atribuye a la falta de información y de educación sexual, además de factores sociales como el machismo y la violencia de género que se vive en el país. Se considera que uno de los principales factores asociados al embarazo adolescente, es “la desigualdad de género, la cual genera experiencias de violencia de pareja, violencia doméstica, abuso sexual y maltrato durante la niñez, dando como resultado que, en muchos de los casos, el embarazo a temprana edad sea resultado de presión por parte de la pareja, violencia sexual o matrimonios infantiles” (Secretaría de las Mujeres, 2022, p.10).

Según Claudia Cappa en un reporte presentado en 2022 por el Fondo de las Naciones Unidas [UNICEF], en América Latina y el Caribe", el 25% de mujeres jóvenes informan haber experimentado al menos una vez un episodio de violencia sexual cuando eran niñas" (UNICEF Latin America and Caribbean, 2022, p. 141). Estos datos indican que la violencia sexual es otro factor importante cuando hablamos de embarazo en niñas y adolescentes, es importante comenzar a poner en acción estrategias que contribuyan a prevenir y disminuir este tipo de violencia. Aunado a lo anterior, se consideran otros factores como la falta de información y de educación sexual, son responsables de la toma de decisiones desinformadas. Los riesgos producidos por el embarazo precoz en la mujer adolescente, impacta en la calidad de sus condiciones de sobrevivencia y cambia el curso de su proyecto de vida. Generando condiciones aún más precarias dentro de su contexto social y produciendo rechazo dentro de la misma familia por los prejuicios de una sociedad machista, autoritaria y violenta. Varias de las medidas que se han tomado a nivel nacional siguen vigentes en los diferentes estados. Pero, para nuestra intervención, factible de poder trabajar con el material educativo sobre la prevención del embarazo adolescente la mirada se centra y delimita su ámbito a la Ciudad de México.

En el año 2021, en la Ciudad de México, se registraron 261 embarazos de niñas menores de 14 años (Fondo de Población de las Naciones Unidas, 2022). Si bien la capital del país cuenta con mayor tasa de escolaridad y menor número de embarazos a temprana edad, existe una visible relación entre un mayor índice de fertilidad adolescente, mayor grado de marginación y menor grado de escolaridad (González, 2017), siendo estos factores de riesgo para un embarazo adolescente.

3. Prevención del Embarazo Adolescente

Si bien hemos podido presentar lo que es el embarazo adolescente y cómo es que esta problemática se ha manifestado en México, la realidad es que este tema debe pensarse en cómo prevenirlo, no solamente mediante qué métodos existen y por qué utilizar alguno, sino hacer del conocimiento público para lograr tener mayor conciencia sobre el problema. ¿Qué pueden hacer para prevenirlo?, ¿Cómo funcionan los métodos preventivos?, ¿Qué efectos secundarios pueden llegar a tener?, ¿Qué implicaciones tiene realizar el sexo sin protección?, ¿Qué son las enfermedades de transmisión sexual (ETS)? y ¿Qué consecuencias riesgos hay en caso de que la información que se proporcione a los adolescentes desoriente o no se verás?

En 2015, el Gobierno de México creó la *Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescent*e (ENAPEA) con el propósito de informar y prevenir.

El propósito principal de crear un material educativo con este tipo de temas no solamente tiene como fin el informar. También es de suma importancia que los temas que sean lo suficientemente entendibles y entretenidos para que no caigan en los mismos métodos de enseñanza clásica que, a día de hoy y con base a las estadísticas, siguen sin dar resultados, tenemos que hacer más dinámica y eficiente la transmisión del conocimiento para que las y los adolescentes se estimulen para investigar y desarrollar un criterio crítico e informado.

4. Educación Integral en Sexualidad

La sexualidad adolescente es un objeto de estudio que, para su investigación e intervención ha tenido diferentes abordajes disciplinares. En este trabajo, se hace desde una perspectiva eminentemente educativa. Se toma en cuenta el trabajo de *Parentalidad planeada* (*Planned Parenthood,* 2024) que contiene un conjunto de conocimientos y programas enfocados a la educación sexual integral. Tal propuesta considera en el desarrollo humano las relaciones, el comportamiento y la salud sexual en diferentes contextos sociales y culturales. Y desarrolla y plantea proporcionar información en una secuencia que va desde primaria hasta preparatoria. Así, al estudiante se le ofrece la información según el nivel educativo que cursa.

En este trabajo, se consideran también, *los lineamientos para una educación sexual comprensiva* (*The Guidelines for comprehensive sexuality education,* 2016) basados en un esquema sistemático, para proponer una serie de lineamientos y guías elaboradas por expertos en salud, educación y desarrollo adolescente, que facilitan la administración de los temas a lo largo de su enseñanza en los diferentes niveles educativos.

Aunque en México se imparte la educación integral de la sexualidad en diferentes modalidades; no es el propósito de este trabajo hacer una revisión exhaustiva de ellas.

Desde un punto de vista educativo, la enseñanza de temas relacionados con la educación integral en sexualidad, para la prevención del embarazo dentro en las escuelas, los docentes entrevistados de escuelas mexicanas consideran que “no se da a estos temas la prioridad necesaria en los planes de estudios”, haciendo énfasis en que

únicamente se limita a enseñar el aspecto biológico de los procesos reproductivos, sin atender la sexualidad como un elemento presente en todos los ámbitos de la vida (Atienzo et al., 2018, p.144) siendo esta, una de las principales limitaciones que se tiene en torno a la prevención y atención de temas de salud sexual y reproductiva.

La educación integral en sexualidad, como la define la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] (2018), es un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad, cuyo impacto está en el aumento del conocimiento de las y los adolescentes sobre temas de salud sexual y reproductiva y una mejora en su actitud en lo que respecta a llevar su vida sexual con responsabilidad.

También nos indican que, para los educandos un correcto y completo aprendizaje de estos temas se tiene que comenzar a implementar y, principalmente, adaptar a cada etapa de su vida de las y los adolescentes. Dando así un mayor sentido y significado a lo que se enseña, por ejemplo, para un infante puede ser mucho más digerible entrar en estos temas si comenzamos con lo que es el amor en pareja, el respeto, etc.; sin embargo, para un adolescente será mucho más importante y educativo comenzar a saber sobre el consentimiento, el sexo, los cuidados y sus consecuencias.

La educación desde un enfoque integral, según la propuesta de Marín Ibañez (1993, citado en Álvarez, 2003), hace referencia a:

> Un modelo axiológico que articula los contenidos del currículum de una manera equilibrada y completa, en la que las distintas materias y programas curriculares se vinculan a una serie de valores establecidos de acuerdo con las distintas

dimensiones de la persona. (p. 157)

Así mismo, educar en temas de sexualidad desde un enfoque integral, según la Federación Internacional de Parentalidad Planeada (International Planned Parenthood Federation [IPPF]), se refiere a “un enfoque de la Educación integral en sexualidad basado en los derechos, que busca dotar a los jóvenes de los conocimientos, las habilidades, las actitudes y los valores que necesitan para determinar y disfrutar su sexualidad, física, emocional e individualmente en las relaciones.” (2010, p.6).

Si bien podemos dar diferentes definiciones y basarnos en ciertos enfoques, una similitud que todos y cada uno de los autores o instituciones que definen este término es, más allá de la correcta aplicación, los factores familiares y sociales no deben, bajo ningún motivo, entorpecer el proceso con ideologías propias o prejuicios adquiridos del pasado, esto porque solo causarían confusión y desinformación a lo que poco a poco se quiere transmitir, causando una brecha enorme entre qué es verdad y qué es mentira, cómo se debe de vivir y, sobre todo, a quién o qué medio debo de hacer caso para informarme mejor.

Un material educativo para atender esta problemática sustentado en la tecnología representa un medio para que niñas, niños y adolescentes accedan a una información confiable y actualizada sobre educación integral en sexualidad, el cual fomente una vida sexual saludable con toma de decisiones informadas; un aprendizaje autónomo, con la capacidad de pensar por sí mismos con sentido crítico (Kamil, s.f, p.1) y un aprendizaje construido desde la curiosidad y la investigación.

5. Materiales educativos

Aquí, se trata de tener claro qué es un material educativo, cómo se integra y cuál es la meta que se quiere cumplir. La definición de Martín Palomo (2011, p.11), quién caracteriza los materiales educativos por: despertar el interés por aprender, optimizar las habilidades intelectuales, facilitar la comprensión de contenidos y promover la participación activa. Se trata de una definición que considera al material educativo como recurso motivante para el sujeto que aprende y estimulante del pensamiento y la interacción con el objeto de aprendizaje. Es una definición con la que se está de acuerdo por considerarla cercana al trabajo que se pretende hacer en esta tesis.

Procedimiento para la Elaboración del Material

En este apartado se describe el procedimiento que se siguió para diseñar un blog como material educativo basado en la educación integral en la sexualidad dirigido a las y los adolescentes interesados en conocer acerca de su sexualidad, para que estén en posibilidad de tomar decisiones informadas y responsables sobre su vida sexual activa y prevenir embarazos no deseados.

El procedimiento se trabajó con la idea de contar primeramente con evidencia empírica para sustentar la propuesta del diseño del blog como material educativo, que pudiera ser una guía que se actualizara y que fuera útil para los adolescentes sobre su educación integral en su sexualidad. Por lo que, se plantearon tres fases: Fase 1. Exploración; Fase 2. Diseño del blog; Fase 3. Pilotaje y versión final.

Fase 1. Exploratoria.

Propósito de la Fase 1 fue obtener información sobre las necesidades opiniones, preguntas y dudas sobre el embarazo adolescente y cómo prevenirlo. El responsable de la Licenciatura en Psicología Educativa expidió una carta para solicitarle el director de una secundaria pública su autorización para que permitiera preguntar a sus estudiantes si estaban interesados y de acuerdo en participar contestando un cuestionario sobre los temas relacionados con el embarazo adolescente y su prevención.

Participantes. Primero, participaron seis adolescentes entre 14 y 15 años de edad para pilotear el guion de preguntas del cuestionario. En la segunda aplicación definitiva, se seleccionó a una pequeña muestra de 20 estudiantes del mismo rango de edad, de ambos sexos, de 3er grado de una secundaria pública de la Ciudad de México. De los 20 seleccionados, solo participaron 18 estudiantes de 3er grado de 14 a 15 años: 6 hombres y 12 mujeres.

Procedimiento de selección. Para el piloteo del guion de preguntas, la selección de los seis estudiantes fue por cuota. Para la aplicación definitiva, la selección fue aleatoria, mediante un sorteo en el que todos los alumnos tuvieron la misma oportunidad de participar.

Consentimiento informado. Debido a que las y los estudiantes eran menores de edad, se elaboró, con base al Código Ético del Psicólogo (SMP, 2010), el Consentimiento informado (Anexo 1), para que los padres lo firmaran, autorizando la participación de su hijo o hija para contestar el cuestionario. Sólo los padres de 18 estudiantes les autorizaron participar.

Técnica: Cuestionario con 10 preguntas abiertas y específicas sobre sexualidad adolescente, embarazo adolescente y prevención del embarazo adolescente (Hernández-Sampieri et al. 2014).

Instrumento: Una primera versión del cuestionario con 10 preguntas abiertas, se piloteó con el propósito de probar si el lenguaje utilizado era comprensible; basados en los resultados del análisis de las respuestas de esa primera aplicación, se re-redactaron las preguntas y algunas de ellas cambiaron su estructura para que quedaran claras o se ubicación en el orden original, pero manteniendo el mismo número total de preguntas en una nueva versión reestructurada del cuestionario (Anexo 2).

En el cuestionario, se indagó también sobre los medios que los estudiantes adolescentes utilizaban o les gustaba utilizar para recibir información respecto a la prevención del embarazo adolescente. Además de profundizar en sus opiniones sobre la información que recibían y la que les gustaría recibir en torno al tema, por último, se les pidió plantear sus dudas e inquietudes, con el propósito de identificar las necesidades e intereses de los jóvenes de esa muestra.

Procedimiento de la aplicación del cuestionario. Una vez obtenida la muestra de 18 chicas y chicos, se les explicó el cuestionario para que lo contestaran individualmente por escrito.

A continuación, se describe el análisis cualitativo, la codificación, la categorización y cuál fue la frecuencia de las respuestas obtenidas por cada categoría.

Las respuestas se analizaron de acuerdo a la recomendación de Gibbs “cualquier clase de material en la investigación cualitativa ha de ser preparado para su análisis como texto.” (2007, p.17). En cada aplicación del cuestionario, las respuestas

a cada pregunta se transcribieron.

Análisis Cualitativo de los Datos

1. Se analizó el contenido de cada una de las 10 respuestas obtenidas en cada cuestionario: primera y segunda versión. A partir de aquí, el presente informe se concentrará en la segunda aplicación y versión. Se consideraron como unidades de significado palabras clave identificadas en cada respuesta.

2. Las respuestas, por su significado y frecuencia, se clasificaron en dos grandes categorías: embarazo adolescente y prevención; contando cada una con diferentes subtemas que se listan en el siguiente cuadro.

Tabla 1

Categorías de embarazo adolescente y su prevención

Categorías	Embarazo adolescente	Prevención
Temas	· Salud · Proyecto de vida · Actitudes · Prejuicios · Abuso · Desinformación · No es desinformación	· Buena · Necesidad · Importante · Otras · Información · Medios de información · Informantes · Dónde · Cómo · Manera

Categoría embarazo adolescente. Esta categoría se refiere al embarazo adolescente, considerado por las y los participantes, como un problema de salud y un riesgo para el adolescente. Tiene consecuencias en la salud derivadas de un embarazo a temprana edad, se identificaron como perder la vida, abortar y daños severos, según las siguientes respuestas: “pensar en abortar puede llegar a daños severos, en algunos casos puede llegar a la muerte”; “podemos perder la vida y sería un embarazo de alto riesgo”.

Otra de las consecuencias, se enfoca más al proyecto de vida, el cual se arruina debido a que deben dejar sus estudios: “al prevenir el embarazo adolescente evitamos que su futuro se arruine por dejar sus estudios”; “la prevención del embarazo es algo que simplemente ayuda a no arruinar nuestro futuro”.

En el siguiente cuadro se muestran cuatro aspectos que las y los adolescentes identifican como causas del embarazo adolescente:

Tabla 2

Actitudes, prejuicios, abuso, desinformación

Actitudes	Prejuicios	Abuso	Desinformación
' No usan anticonceptivos. ' Creen que ya son grandes. ' Se dejan llevar por conductas e impulsos. ' Deseos sexuales. ' No piensan en las consecuencias. ' Curiosidad. ' Falta de responsabilidad. ' Van en contra porque se les prohíbe tener relaciones	' Falta de confianza y comunicación. ' Pena por preguntar. ' No reciben suficiente apoyo. ' No platican sobre el tema.	' Violación.	' Desconocimiento. ' Falta de educación sexual. ' Ideas erróneas. ' Falta de información en escuela y hogares.

Uno de los participantes explicó que la razón por la que cree que las adolescentes se embarazan:

> “Ahora ya no es tanto por la desinformación que hay, es por cómo crían a sus hijos en ese aspecto de responsabilidad ya que también muchas mujeres que se embarazan jóvenes pueden prohibir a sus hijos el tener una relación y el hecho de estar prohibido los tienta más a hacer esas cosas”.

A pesar de que el resto de los participantes mencionan la desinformación como una de las principales causas del embarazo adolescente, a partir de esta respuesta resulta importante analizar que la falta de responsabilidad, los prejuicios e ir en contra porque se les prohíbe tener relaciones, también son factores a tener en cuenta cuando hablamos de prevención del embarazo adolescente, ya que no es solo tener información, es saber cómo tomar decisiones informadas.

Categoría prevención. Algunos participantes caracterizaron a la prevención como buena, cuyas respuestas fueron:

> “Está bien para que los chicos y chicas adolescentes prevengan embarazos”.

> “Es bueno mostrar interés en estos tipos de temas ya que, a nuestra edad, un embarazo es algo que puede pasar”.

> “Está bien prevenirlo a corta edad y saber toda la responsabilidad que conlleva el tener relaciones”.

Los participantes mencionan que la prevención es positiva en distintos aspectos ya que evita que futuras generaciones la pasen mal, pueden salvar vidas ya que hay muchos embarazos adolescentes de alto riesgo y, de igual forma, ayuda a saber la responsabilidad que cada uno tiene sobre su sexualidad.

A la prevención se le considera como una necesidad y una acción importante para adquirir responsabilidad sobre su vida sexual, orientándose a tomar decisiones para evitar embarazos y a no afectar su futuro.

Otros participantes consideran que la prevención debe ser más difundida, más hablada, más tomada en cuenta y un tema de interés. Las respuestas sobre esto

fueron:

> “Esta información debe de ser más difundida y conocida sin que sea algo incómodo de hablar”.
>
> “Es un tema importante y de mucho interés, ya que te ayuda a adquirir conocimiento y responsabilidades sobre acciones que se deben de llevar a cabo”.
>
> “Debería de tomarse más en cuenta por nosotros los adolescentes ya que es algo que simplemente ayuda a no arruinar nuestro futuro”.

En el sentido de las respuestas, se identifica que, el tema más mencionado en relación a la prevención es la información, definiéndola como un conocimiento que evita riesgos; en ese mismo sentido, ayuda para prevenir embarazos, no poner en riesgo su vida y para tener un conocimiento amplio y completo. Los participantes buscan que la información sea accesible, clara, directa, profunda y con un lenguaje dirigido a todas y todos, que comprenda sus situaciones.

Un participante comentó que no le interesa conocer ningún tipo de información sobre la prevención del embarazo adolescente, justificando su respuesta en que está bien informado sobre el tema, el resto nombró diversos temas que les interesan para prevenir embarazos adolescentes: cómo prevenir un embarazo, riesgos del embarazo y consecuencias de no cuidarse; llevar una vida sexual responsable; cómo evitar las infecciones de transmisión sexual; qué enfermedades de transmisión sexual hay y cómo se transmiten; métodos anticonceptivos.

El embarazo adolescente y su relación con la información. Se identificaron dos temas: medios de información e informantes. Enumeramos diversos medios de

información para conocer temas sobre la educación sexual, siendo el principal medio las páginas de internet, además de medios tecnológicos y plataformas para ver videos de *YouTube* o *Tik Tok*. Una de las razones que comentan los participantes sobre el por qué deciden utilizar la internet para informarse, es porque “es donde uno se entera mejor ya que en algunas escuelas siguen siendo un poco conservadores” y “es más didáctico y lo comprendo mejor”.

Las pláticas son otro de los medios más frecuentemente utilizados para hablar sobre la sexualidad, teniendo como características que son abiertas, preventivas, gratuitas y constantes. Otros medios son los folletos que se distribuyen en centros de salud, campañas, proyectos o investigaciones realizadas dentro de la escuela, libros de texto, clases y carteles.

Para las y los adolescentes, lo que les parece más atractivo de estos medios son la organización, los colores, las figuras, los dibujos y cómo se presenta la información. Una de las respuestas respecto a lo que le parece más atractivo de los medios que utiliza para informarse sobre la sexualidad humana es “que la gente se ponga en nuestro lugar, que comprendan nuestras situaciones y sentimientos”, lo cual se traduce a presentar la información desde lo que ellos quieren saber y cómo aprenderán de ello, no lo que se les quiere inculcar desde una perspectiva alejada a sus necesidades.

Un participante mencionó que no utiliza ningún medio para resolver sus dudas sobre educación sexual, porque no tiene dudas en específico, pero trata de estar informado por los medios posibles. Otro de los participantes comentó que le aparece que *Tik Tok* tiene información sobre sexualidad, pero que aún no le interesa saber nada

sobre el tema.

Los principales informantes que hablan sobre temas de educación sexual con las y los adolescentes son: familiares, como pueden ser las madres, los padres varones, los hermanos e incluso los amigos de la familia; los maestros; y los doctores, así como los expertos en temas de educación sexual.

Las y los participantes opinan que los adolescentes deberían aprender sobre su sexualidad en lugares seguros como el hogar o la escuela, en los que se creen entornos con buena comunicación y confianza. Además, según los resultados, las y los adolescentes pueden aprender temas de educación sexual informándose, conociéndose, explorando, investigando en varias fuentes, preguntando sin miedo a quienes saben del tema y siendo responsables de su sexualidad.

En las diferentes respuestas que expresaron las y los adolescentes dicen que les gustaría que, se aborden los temas que les interesan sobre la educación sexual. Una parte de ellos, le gustaría que la búsqueda de la información, pero que se haga sin pena, sin satanizar, sin estereotipos y sin juzgar. Hay quienes esperan que la búsqueda sea de manera tranquila, cómoda, comprensiva y en momentos indicados. Uno de los participantes mencionó que le gustaría que se haga “con un enfoque fuera de creer que tener relaciones es malo pues solo lo es cuando es sin cuidado”.

Fase 2. Consideraciones para el Diseño del Material

En el trabajo de esta tesis, se identifica que el embarazo adolescente es un problema complejo y multifactorial, que plantea un enorme reto pues no se trata solo de cómo informar a las y los adolescentes, sino principalmente cómo lograr crear conciencia sobre el problema para que sean capaces de asumir, ‘como si fueran adultos maduros’, la responsabilidad sobre su cuerpo y el ejercicio de su sexualidad, sin que voluntaria o involuntariamente los utilicen como un medio para auto-dañarse.

Los resultados obtenidos en la indagación empírica aquí realizada y los datos recabados en la revisión de la literatura, proporcionan valiosa información sobre el tema de la sexualidad, el embarazo adolescente y la prevención del embarazo precoz.

De la exploración de necesidades se toman en cuenta varios aspectos para el diseño del blog:

Actitudes de las y los adolescentes. No saber cómo lidiar con sus deseos sexuales. Tener curiosidad por conocerse y conocer. Creerse grandes para ejercer su sexualidad. Dejarse llevar por conductas impulsivas sin reflexionar. No usar anticonceptivos. No pensar o reflexionar sobre las consecuencias de sus actos. No asumir la responsabilidad de su conducta. Revelarse contra la prohibición de tener relaciones sexuales que les imponen los adultos.

Prejuicios sociales. No poder hablar sobre el tema con los adultos por temor a la censura y reprimendas, por lo que las y los adolescentes no tienen confianza ni comunicación. Tienen sentimientos de pena y vergüenza preguntar sobre sus dudas y preocupaciones relacionadas con su sexualidad. Perciben que no reciben suficiente apoyo.

Violencia. Reconocen la violencia contra las mujeres agredidas por violación.

Desinformación. Hay falta de información tanto en casa como en la escuela. Hay una falta de educación sexual, lo que propicia el desconocimiento y las ideas erróneas.

Medios de comunicación. Por su curiosidad, dudas y preocupaciones relacionadas con temas asociados con su sexualidad, las y los adolescentes suelen navegar frecuentemente por el internet para consultar páginas diversas.

Características de las páginas en internet. Que sean accesibles, con un lenguaje entendible, que tengan imágenes atractivas que capten su interés y atención, que sean informativas y veraces.

Hay una serie de consideraciones a tomar en cuenta en el diseño del blog. Primeramente, las consideraciones basadas en las evidencias empíricas proporcionadas en la exploración de las necesidades e intereses de la pequeña muestra de adolescentes estudiada, las cuales sustentan el sentido del contenido del blog, así como del medio de comunicación a través del cual se pueda difundir el tema. Se toman también en cuenta la perspectiva de la educación integral en la sexualidad y los recursos tecnológicos disponibles para poder elaborar un material educativo digital e interactivo atractivo para las y los adolescentes entre los 15 y 19 años de edad.

Fase 3. Diseño del Material Educativo

Esta tercera fase tiene un triple propósito: primero, describir el proceso de diseño del blog como material educativo digital e interactivo; segundo, pilotear la primera versión del blog para probar qué se entiende y qué no, para mejorarlo; tercero, presentar la versión final del blog.

Descripción del proceso de diseño del blog como material educativo digital e interactivo que invita a explorar, investigar, preguntar, actualizarse y compartir sus ideas de manera más libre y con la información a su alcance.

Los contenidos que se incorporaron al blog, son los referidos por las y los estudiantes entrevistados. Esto, proporcionó la información base para estructurar el blog como se muestra a continuación:

- Educación integral de la sexualidad para adolescentes
- Reglas para la comunidad
- Lo que pasa con mi cuerpo
- No son flores ni pajaritos
- Nombrar las partes del cuerpo
- Sexualidad. ¿Por qué nos interesa tanto?
- Tus derechos sexuales y reproductivos
- ¿Qué hago con los métodos anticonceptivos?
- Y, ¿Si hay un embarazo?
- Enfermedades de transmisión sexual. ¿Cómo prevenirlas?
- Más información sobre tu sexualidad.

Primeramente, se comenzó el diseño del *blog* en una plataforma que para

utilizarla se pagaba mensualmente. Sin embargo, como sus funciones eran complejas y no se contaba con herramientas necesarias como agregar imágenes fácilmente, se exploró una plataforma más amigable por lo que el producto final del blog se realizó en *Squarespace*, donde se agregó una entrada para cada una de las temáticas listadas en la estructura del *blog*.

Cada entrada contiene texto, imágenes, vídeos con un apartado para comentarios y fuentes fiables de información. Esto con la finalidad de que las y los adolescentes exploren, se informen, comenten y hagan preguntas en tiempo real. Ejemplo. Para el tema de métodos anticonceptivos, se creó una entrada con ese nombre, se agregó el texto con la información e imágenes o videos ilustrativos.

Además, se incluyó una sección para poder plantear de manera anónima preguntas y dudas, para que cuenten respuestas que ellos mismos pueden consultar.

La información sobre las diferentes temáticas contenidas en el blog debe actualizarse continuamente. Es importante mencionar que, cuando las y los adolescentes ingresan, revisan e interactúan con los diversos contenidos. El blog está diseñado para que se puedan agregar comentarios, preguntas y dudas. Estos sirven como medio permanente de interacción e insumo o fuente de retroalimentación. De manera que, se debe dar una respuesta que sirva al mismo tiempo para actualizar el contenido específico de la entrada consultada.

Diseño del Blog

A continuación, se presenta descriptivamente el *blog Educación integral de la Sexualidad para Adolescentes,* el cual cuenta con diferentes entradas que contienen información sobre sexualidad, medios audiovisuales y se puede acceder a ella dando *clic* a un botón que te dirige a cada uno de los temas. Se encuentra disponible en la siguiente dirección electrónica:

https://educacionparaadolescentes.squarespace.com

Figura 1

Educación integral de la sexualidad para adolescentes

Los usuarios al entrar al sitio, lo primero que se encuentran son todos los temas, con una ilustración alusiva a lo que trata cada uno. Luego hay una breve introducción que les invita a dar *clic* en el botón de “más información”.

Reseña:

- ✓ En la primera parte, hay una breve introducción sobre lo que es la

educación sexual.

- ✓ *Educación integral de la sexualidad* (EIS) da la bienvenida a las niñas, los niños y los adolescentes que acceden.
- ✓ Al inicio hay una imagen ilustrativa, seguida del título, para posteriormente entrar al tema: ¿A qué nos ayuda la EIS? y ¿Por qué hablar de ella durante la adolescencia?
- ✓ Después se agrega el vídeo *¿Educación Integral de la Sexualidad? o Educación Sexual - ¿Por qué somos así?* En el cual se desarrolla de forma completa dicho tema.
- ✓ Para finalizar, al igual que en el resto de entradas, se agrega un apartado para que los usuarios puedan comentar de forma anónima, con el fin de recibir sus dudas, opiniones, sugerencias, entre otras interacciones.

Figura 2

Página de inicio

Figura 3

Entrada 1 y 2

Figura 4

Entrada 3

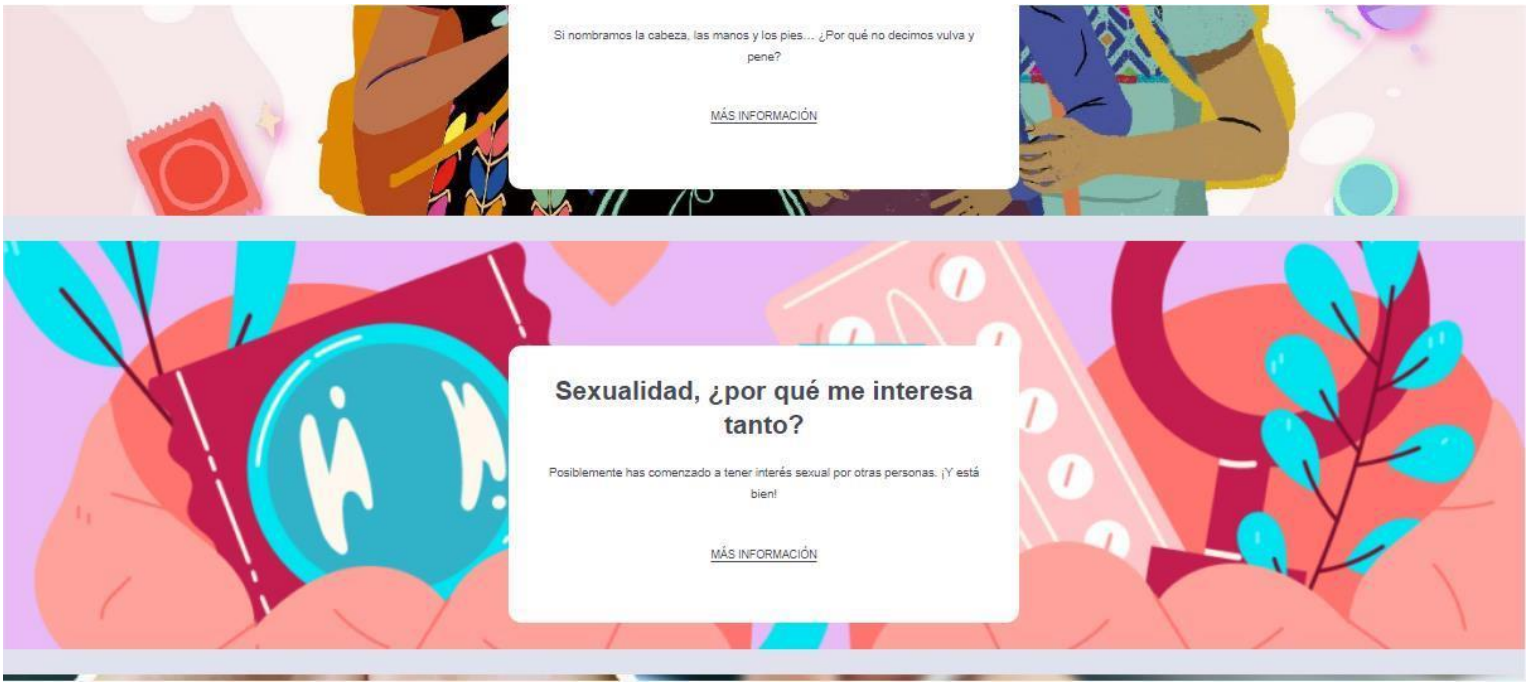


Figura 5

Entrada 4 y 5

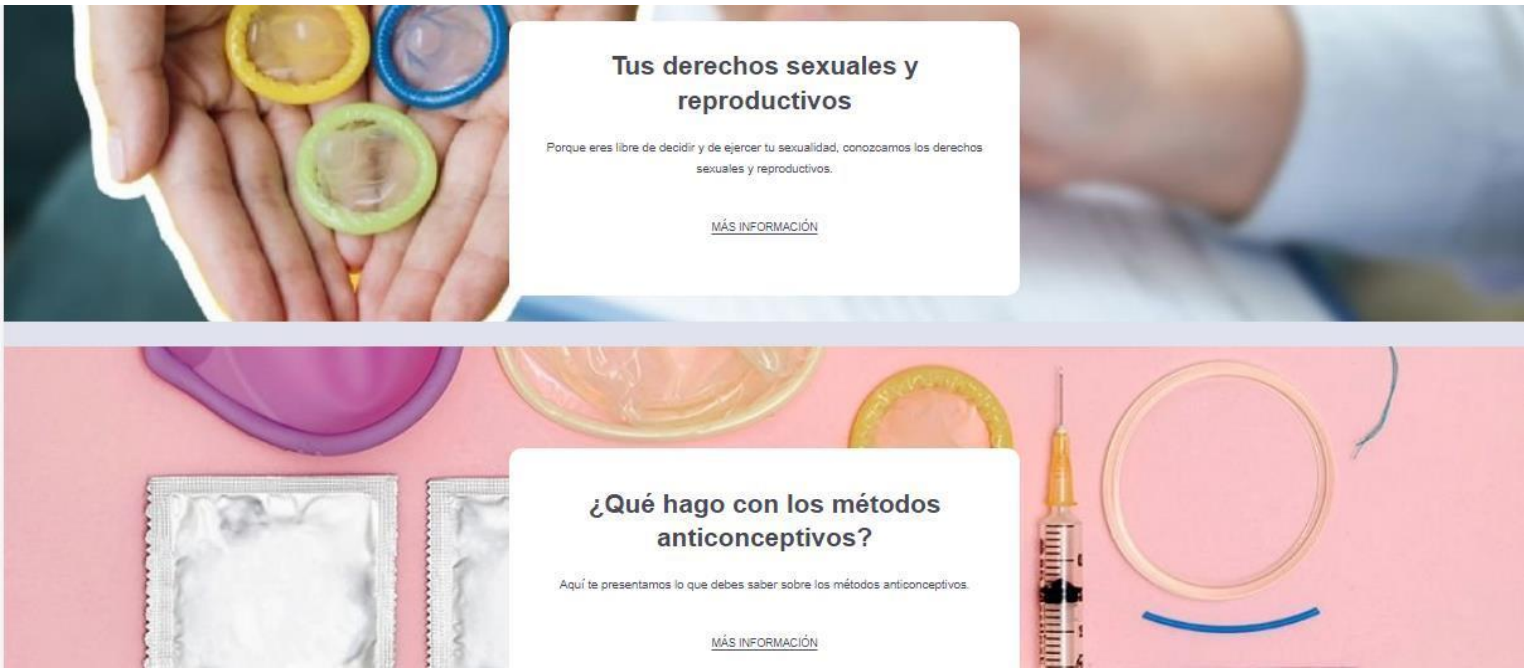


Figura 6

Entrada 6 y 7

Figura 7

Final de la página

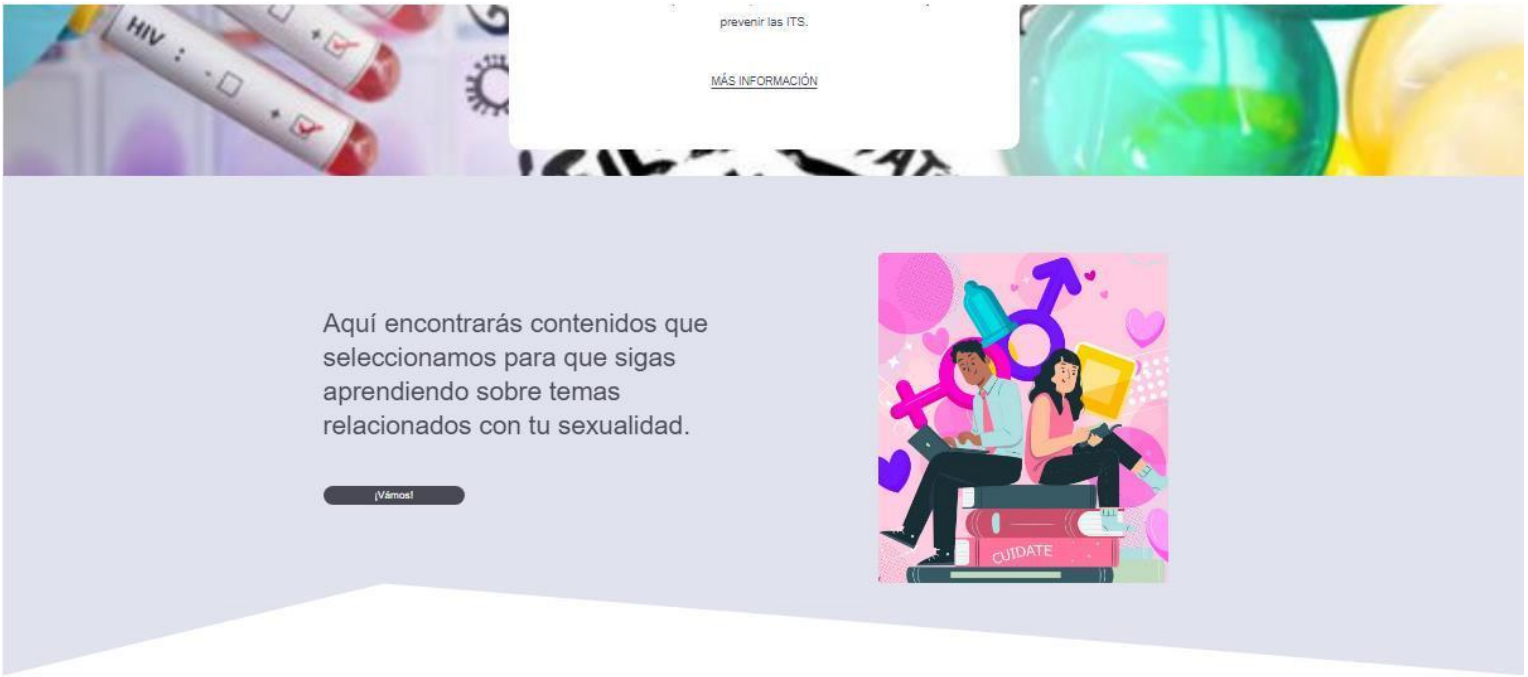


Figura 8

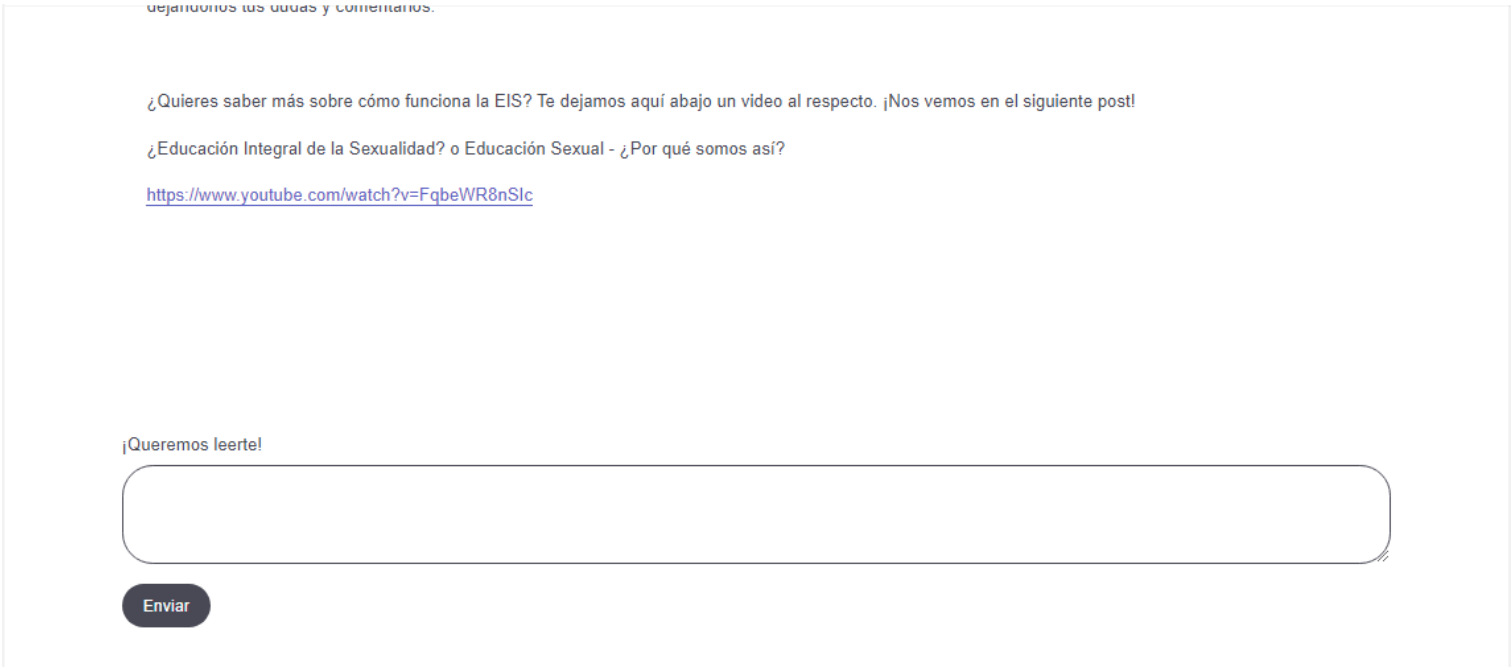
Educación integral de la sexualidad

Figura 9

Inicio de *Educación integral de la sexualidad*

Figura 10

Final de *Educación integral de la sexualidad*



Posteriormente está el apartado *Reglas para la comunidad*, que explica de qué trata el blog y enlista una serie de reglas para que se garantice el respeto y la seguridad de todas y todos.

Figura 11

Reglas para la comunidad

Figura 12

Reglas

Figura 13

Final de Reglas

que al igual que otros adolescentes, están en una etapa de cambios y tienen muchas dudas sobre diversos temas relacionados con la sexualidad.

Este espacio es un lugar totalmente seguro y anónimo en donde se cuida a las personas. Para mejorar tu experiencia, te damos a conocer una serie de reglas para garantizar el respeto y la seguridad, tanto tuya como de otros:

- Toda duda sobre estos o más temas relacionados, cualquier curiosidad que te surja durante este recorrido o preguntas específicas son bienvenidas y se abordarán en entradas dedicadas. Si aún no está la que tú buscas, no te preocupes, a la brevedad se documentará y dará respuesta.
- El respeto y la tolerancia son claves para que la experiencia de consultar este blog funcione y no se permitirán faltas de respeto como: insultos, burlas, ofensas, comentarios en doble sentido, etc.
- Los comentarios y/o enlaces ofensivos serán reportados y bloqueados, ten respeto por ti y todas y todos quienes participamos aquí.
- Puedes ingresar de manera individual o acompañado de un adulto de suma confianza, como te sientas más cómoda o cómodo y libre.

Recuerda que los temas tendrán sustento científico y enlaces para que puedas investigar por tu cuenta, desde videos hasta artículos que puedan llegar a ser de tu interés y te sirvan de apoyo para informarte.

Reseña:

- ✓ *Reglas para la comunidad* invita a las y los participantes a compartir dudas, curiosidades o preguntas con respecto a temas de sexualidad.
- ✓ Se establece que las faltas de respeto, comentarios o enlaces ofensivos no son permitidos, para garantizar que el *blog* sea un espacio seguro al que se pueda acceder de forma individual o acompañado de un adulto de suma confianza.
- ✓ Después agregamos siete entradas con diversos temas, cada una cuenta la sección *Para saber más…* donde se anexan videos, infografías, páginas, podcast y diversas fuentes que les proporcionen más información a los adolescentes. Además está el apartado de *Referencias*, que adjunta

todas las fuentes utilizadas para escribir cada una de las secciones.

La selección de estos temas se debe a que, al ser un material enfocado a la prevención del embarazo adolescente, nos centramos más en este ámbito. Sin embargo, somos conscientes de que la educación integral en sexualidad va más allá de lo reproductivo, es por eso que añadimos una caja de comentarios, donde se propone enviar dudas que nos ayuden a expandir más las ideas desde las inquietudes planteadas por las y los adolescentes.

Iniciamos este material con una explicación de los cambios hormonales, físicos, psicológicos, emocionales y sociales que se viven durante la pubertad y la adolescencia.

Reseña:

- ✓ *Lo que pasa con mi cuerpo* desglosa brevemente lo que se vive durante estas etapas y el desarrollo de la sexualidad.
- ✓ Incluye tres videos que hablan más a profundidad de los cambios en chicos y en chicas, qué es la sexualidad y la recomendación de un canal de *YouTube* que toca temas de salud sexual para que los usuarios indaguen más.

Figura 14

Lo que pasa con mi cuerpo

Figura 15

Inicio de Lo que pasa con mi cuerpo

Si tienes un rango de edad entre los 9 y los 19 años, posiblemente has notado cambios en tu cuerpo y ya no te percibes como una niña o un niño pequeño. Ahora tu cuerpo es más grande, con vellosidades, olores, sensaciones diferentes y preguntas nuevas.

Bienvenida o bienvenido a la pubertad o a la adolescencia, las etapas en las que te suceden diferentes cambios: hormonales, físicos, psicológicos, emocionales y sociales. La pubertad antecede a la adolescencia. Pero... ¿Qué hacer cuando llega la pubertad?

Primero debemos estar bien informados y conocer nuestro cuerpo para que no nos sorprenda, así que aquí te presentamos los cambios que muy pronto aparecerán o empezarán a manifestarse en ti y en tus compañeras y compañeros.

- La hormona de crecimiento y las hormonas sexuales masculinas o femeninas empezarán a funcionar activando en el cuerpo varios cambios, por ejemplo aparece vellosidad en las axilas, los genitales, las piernas y la cara.
- Tu cuerpo aumenta de tamaño, ya no te queda la misma ropa de hace un par de años y estás más cerca de la estatura de tus padres o hermanos mayores.
- Tu cuerpo y el de tus compañeras o compañeros tienen un olor peculiar, lo que es normal porque el cuerpo transpira y produce sudor. No hay de qué preocuparse con una buena higiene.
- La producción de las hormonas sexuales activan tu cuerpo, pero puede parecerte molesto, así que te recomendamos acudir con un adulto de confianza para que te asesore sobre cómo controlarlo.

Si eres mujer:

Figura 16

Cambios en las y los adolescentes

Las hormonas sexuales femeninas son el estrógeno y la progesterona, se producen dentro de los ovarios y son responsables de producir los cambios siguientes:

- Tu menstruación, esto puede ser con sangre roja y brillante o con un sangrado marrón rojizo, cada mujer vive este proceso diferente.
- El crecimiento de tus senos y el ensanchamiento de tus caderas.

Si eres hombre:

Una de las principales hormonas sexuales masculinas es la testosterona, se produce en los testículos y a su vez participa en la producción de los espermatozoides además de producir los siguientes cambios:

- Tus testículos y pene crecen, notarás que luce más grande y con características diferentes.
- Tu voz ya no se escucha infantil, porque tu laringe también crece.
- Tendrás la experiencia de eyacular mientras duermes, a esto se le llama "sueños húmedos."

Figura 17

El desarrollo de tu sexualidad

Todos estos cambios son normales y se manifestarán en diferente tiempo y forma según tu cuerpo. Es importante que también conozcas los cambios que tus compañeras, compañeros, amigas o amigos tendrán para saber qué pasa con ellas y ellos.

Debes tener en cuenta que pueden existir posibles cambios en tu estado de ánimo; sientes atracción por otras personas; cuestionas y criticas a tus padres y otros adultos; quieres más libertad y autonomía; te sientes seguro y prefieres convivir con chicas y chicos de tu mismo grupo de edad.

El desarrollo de tu sexualidad.

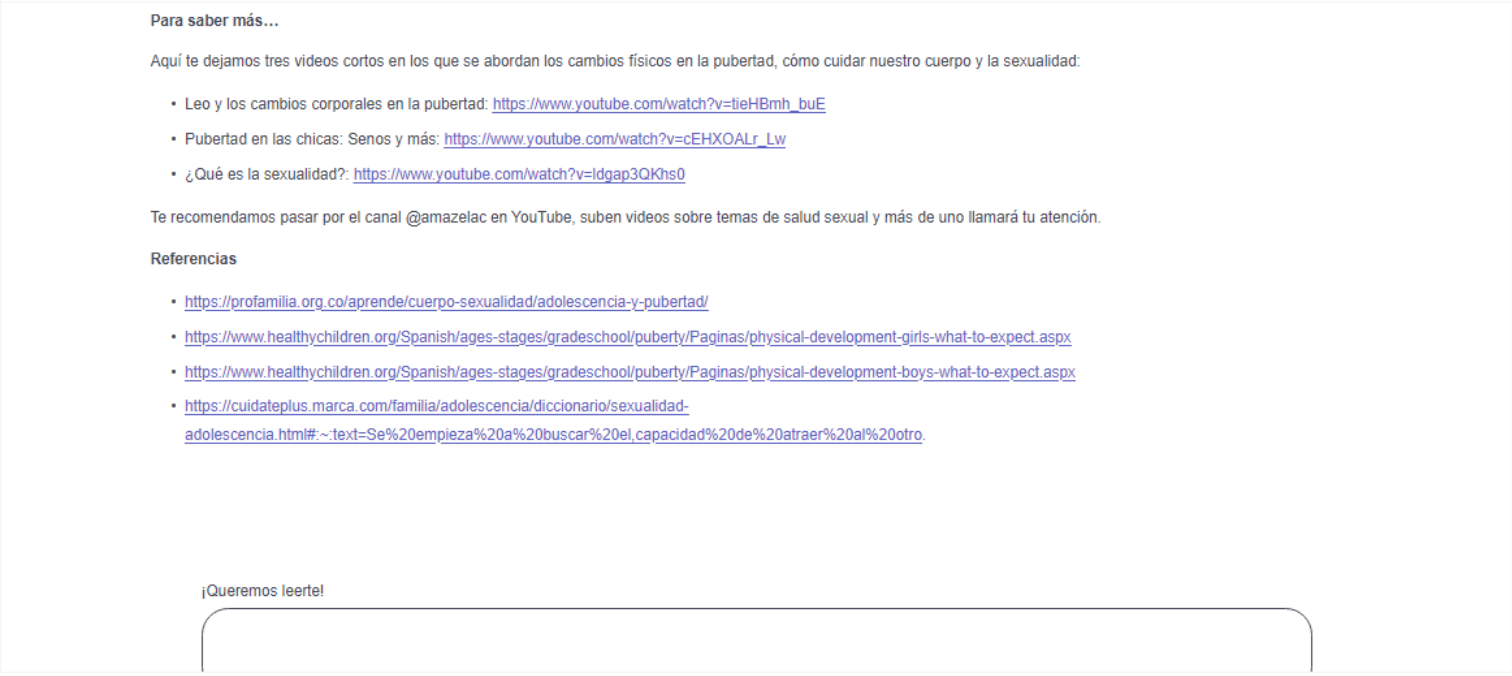
Desde el inicio de la pubertad, cuando tu cuerpo manifiesta cambios físicos, es posible que también experimentes sensaciones de cierta excitación y curiosidad. Es posible que te encuentres en una fase de "autoexploración", que puede ser a través de la masturbación o simplemente mirar tu cuerpo desnudo.

Cuando los órganos sexuales están más desarrollados y listos para la reproducción, incrementa el deseo sexual y buscas contacto e intimidad con otras y otros. En esta circunstancia es posible que llegues a tener las primeras experiencias de relaciones sexuales... Ya hablaremos de ello en próximas entradas.

De forma introductoria hemos abarcado a grandes rasgos los cambios que vivirás, pero sabemos que aún tienes muchas dudas, por eso te invitamos a dejarnos tus preguntas y a continuar leyendo otras entradas del blog para saber más. No compares tu proceso con el de otras chicas u otros chicos,

Figura 18

Final de Lo que pasa con mi cuerpo



Reseña:

- ✓ *No son flores ni son pajaritos*, detalla ambos órganos sexuales: se hablan tanto de la anatomía de la vulva como del pene.
- ✓ Contiene imágenes que detallan cada una de las partes del cuerpo mencionadas.
- ✓ Se incluyen videos sobre higiene sexual masculina y femenina, explicación de lo que es el clítoris.
- ✓ Al final se encuentran otra serie de videos para seguir hablando del tema, incluyendo la menstruación y la eyaculación.

En este apartado buscamos que las imágenes utilizadas ilustraran adecuadamente cada una de las partes del pene y de la vulva, pero también invitamos

a las y los adolescentes a que exploren su cuerpo con la finalidad de que lo conozcan y cuiden de él, como parte fundamental de vivir la sexualidad sin prejuicios.

Figura 19

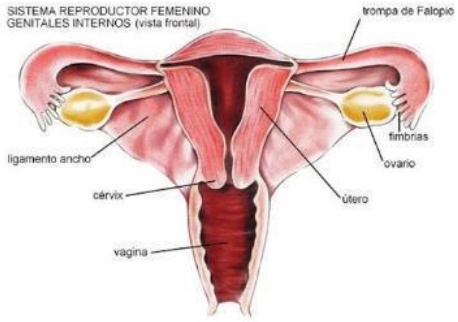
No son flores ni son pajarito

Figura 20

Órgano sexual femenino

Figura 21

Continuación del órgano sexual femenino



Entre los genitales internos se encuentran la vagina, involucrada en la penetración, el parto y la menstruación; es posible orinar cuando tienes un tampón o una copa menstrual dentro de la vagina porque la uretra se encuentra en la parte externa de la vulva y la orina no sale por el mismo orificio que la sangre de tu menstruación.

Por otro lado, en el útero diferenciamos el cuerpo uterino, donde se desarrolla el feto en caso de embarazo, y el cuello de la matriz, en donde se distingue el ectocérvix, endocérvix, trompas de falopio y ovarios.

Cuando un óvulo madura dentro de los ovarios y se libera por medio de las trompas de falopio, desciende hacia el útero. En caso de que lleguen espermatozoides, el óvulo puede ser fecundado y el útero prepara un tejido suave para recibir ese óvulo fecundado y desarrollar un embarazo. Durante la menstruación, el primer día del ciclo menstrual, si no se encuentra ningún espermatozoide se desecha ese tejido por medio del sangrado menstrual, compuesto por células, sangre y fluidos que nuestro cuerpo no necesita.

Órgano sexual masculino.

Ahora que conocemos un poco más a la vulva, pasemos a hablar del pene.

El pene tiene como función dejar salir la orina y el líquido seminal a través de la uretra. Consta de la raíz, el cuerpo y el glande, en la punta de este último se encuentra el orificio de la uretra.

Figura 22

Órgano sexual masculino

Por motivos familiares, sociales o religiosos se realiza al nacer un procedimiento llamado “circuncisión” y consiste en eliminar una piel llamada prepucio que recubre el glande . Si no te realizaron una circuncisión, entonces encontrarás que tu glande está cubierto por el prepucio.

Otros motivos para realizar este procedimiento son: si el prepucio está demasiado cerrado y cubre el pene; si el prepucio está muy cerrado y causa obstrucción urinaria; si se acumula mucha grasa debajo del prepucio cerrado, ya que esto puede ser causa de infecciones y de obstrucción urinaria; si se presentan infecciones, irritación o enrojecimiento del prepucio.

Te compartimos el siguiente video para conocer la correcta higiene del pene:

Higiene sexual masculina
https://www.youtube.com/watch?v=BjTqGb_tx1c

Los testículos, que producen espermatozoides (los cuales se unen al óvulo para desarrollar un embarazo) y testosterona, son dos ovoides y por lo general el izquierdo cuelga un poco más que el derecho. Están rodeados y protegidos por un saco de piel gruesa llamada escroto, el cual ayuda a mantener una temperatura inferior en los testículos para favorecer el desarrollo normal de los espermatozoides.

Las erecciones suceden porque los cuerpos cavernosos y el cuerpo esponjoso del pene se llenan de sangre y este aumenta su tamaño. Si se estimula puede llegarse a la eyaculación; en este proceso lo que ocurre es que las vesículas seminales llenan la uretra prostática de semen, se producen contracciones del suelo pélvico y sale disparado un líquido compuesto por esperma de los testículos, líquido de la próstata y otras glándulas sexuales conocido como semen.

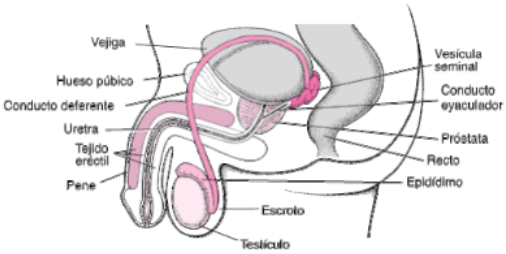
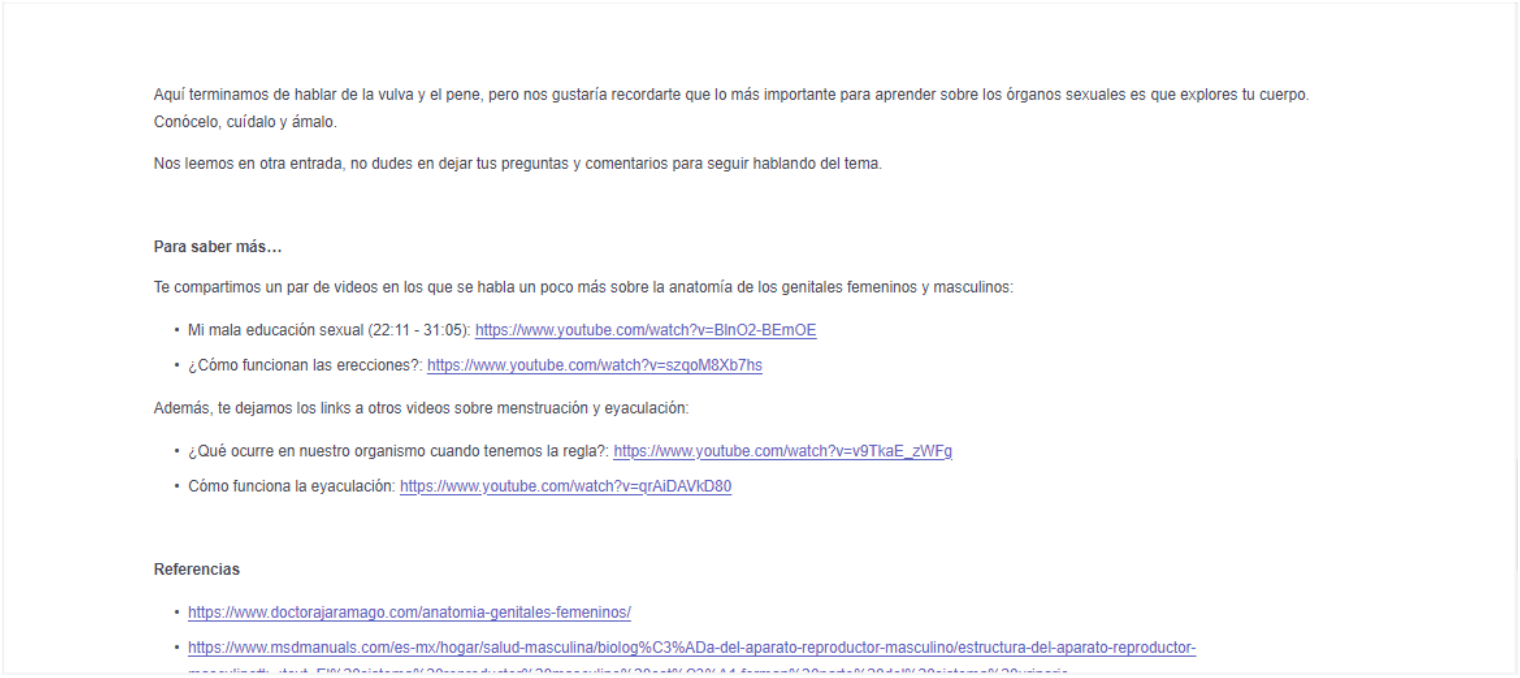


Figura 23

Para saber más… de No son flores ni son pajaritos



Aquí terminamos de hablar de la vulva y el pene, pero nos gustaría recordarte que lo más importante para aprender sobre los órganos sexuales es que explores tu cuerpo. Conócelo, cuídalo y ámalo.

Nos leemos en otra entrada, no dudes en dejar tus preguntas y comentarios para seguir hablando del tema.

Para saber más…

Te compartimos un par de videos en los que se habla un poco más sobre la anatomía de los genitales femeninos y masculinos:

- Mi mala educación sexual (22:11 - 31:05): https://www.youtube.com/watch?v=BlnO2-BEmOE
- ¿Cómo funcionan las erecciones?: https://www.youtube.com/watch?v=szqoM8Xb7hs

Además, te dejamos los links a otros videos sobre menstruación y eyaculación:

- ¿Qué ocurre en nuestro organismo cuando tenemos la regla?: https://www.youtube.com/watch?v=v9TkaE_zWFg
- Cómo funciona la eyaculación: https://www.youtube.com/watch?v=qrAiDAVkD80

Referencias

- https://www.doctorajaramago.com/anatomia-genitales-femeninos/
- https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/salud-masculina/biolog%C3%ADa-del-aparato-reproductor-masculino/estructura-del-aparato-reproductor-

Figura 24

Final de No son flores ni son pajaritos

- https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/salud-masculina/biolog%C3%ADa-del-aparato-reproductor-masculino/estructura-del-aparato-reproductor-masculino#:~:text=El%20sistema%20reproductor%20masculino%20est%C3%A1,forman%20parte%20del%20sistema%20urinario
- https://www.gob.mx/issste/articulos/hablemos-de-la-circuncision?idiom=es#:~:text=La%20circuncisi%C3%B3n%20es%20un%20procedimiento,Glande%3A%20cabeza%20del%20pene.

¡Queremos leerte!

Enviar

Para profundizar más respecto a la sexualidad y diversos conceptos relacionados escribimos *Sexualidad, ¿por qué me interesa tanto?*

Reseña:

- ✓ Inicia con la diferencia entre hablar de sexo, género, identidad de género y orientación sexual, explicando a qué hacen referencia cada uno de estos términos.
- ✓ Se agregó una breve infografía sobre la comunidad LGBT+ para visibilizar la lucha de todas y todos.
- ✓ Para entrar al tema de las relaciones sexuales, hay cinco subtemas: *¿Primera vez?*, *¿Cuándo iniciar?*, *¿Qué necesito saber?*, *¿Qué debo hacer al tener relaciones sexuales?*, *¿Y después de tener relaciones sexuales?* En cada uno se habla de la masturbación, consentimiento sexual, ciclo menstrual, métodos anticonceptivos, zonas erógenas e Infecciones de Transmisión Sexual.
- ✓ Incluye videos y una infografía que detallan más los apartados.

Figura 25

Sexualidad, ¿por qué me interesa tanto?

Figura 26

Sexualidad, sexo, género e identidad de género

Ser seres humanos nos hace seres sexuales y la sexualidad es parte de nuestras vidas. Va más allá de comportamientos sexuales, también incluye tu cuerpo, cómo eliges expresarte, tu orientación sexual y sentimientos.

Aquí hay algunos conceptos que debemos tener en cuenta cuando se habla de sexualidad:

El sexo se refiere a las características biológicas con las que nace una persona, como la vulva o el pene, pero nacer con uno u otro no hace que automáticamente te percibas como un hombre o una mujer según las normas sociales.

Una persona puede nacer con pene, pero identificarse como mujer; al igual que una persona con vulva que también se identifica como mujer. El sexo no siempre va de la mano con el género e identidad de género, que son los atributos socioculturales y cómo decides expresarlos.

Otro término muy independiente a los anteriores es la orientación sexual y se refiere a quién te atrae. Si eres mujer y te atraen las mujeres, eres lesbiana; si eres un hombre al que le atraen otros hombres, eres gay; si eres mujer y te atraen los hombres o viceversa, eres heterosexual; y si sientes atracción por hombres y mujeres eres

Figura 27

¿Primera vez?

bisexual.

Una vez aclarados estos temas es importante que te tomes un momento para reflexionar qué te gusta, con qué te identificas, qué no va de acuerdo con tus sentimientos, qué te atrae y cómo te percibes.

¿Primera vez?

Las primeras veces siempre dan miedo: tu primer día de clases, tu primera visita al ginecólogo, tu primer viaje solo o sola, etc. Habitualmente con la llegada de la pubertad se inician con las primeras relaciones de noviazgo y las primeras relaciones sexuales, esto te ayudará a descubrir lo que te gusta y lo que no.

Además, la masturbación te ayudará a conocer tu cuerpo, las sensaciones que te gustan y cómo te gustan. Contrario a lo que tal vez has escuchado, no es malo que te masturbes, siempre y cuando lo hagas en un espacio privado para cuidar tu intimidad y con las condiciones adecuadas de higiene.

Es posible que antes de tu primera relación sexual tengas algunas dudas.

¿Cuándo iniciar?

Figura 28

¿Cuándo iniciar? y ¿Qué necesito saber?

¿Cuándo iniciar?

No hay una edad exacta para iniciar con tu vida sexual, los adolescentes la inician aproximadamente a los 15 años, así que si lo deseas puedes tener tu primera relación sexual durante la adolescencia, siempre utilizando un método anticonceptivo porque nadie a esa edad quiere un embarazo. Además, debes considerar que tú y tu pareja tengan edades similares, porque si alguien mayor de edad te dice que "eres muy maduro o madura para tu edad" no es cierto.

El consentimiento es parte fundamental de cualquier relación y es necesario que se hable de esto como pareja. Aquí te dejamos un ejemplo para entender más este concepto:

Consentimiento Sexual Explicado con Te
https://www.youtube.com/watch?v=E4WTnJCMrH8

Nos gustaría leer tus reflexiones acerca del video anterior.

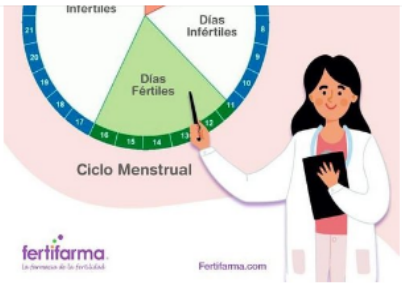
¿Qué necesito saber?

También, saber sobre tu ciclo menstrual o el de la otra persona te ayudará a conocer cuáles son los días fértiles e infértiles para reducir las probabilidades de un embarazo, pero siempre utilizando un método anticonceptivo.

Figura 29

¿Qué debo hacer al tener relaciones sexuales?

Si no quieres tener un embarazo no deseado, debes conocer qué métodos anticonceptivos existen y cómo puedes utilizarlos, es por eso que creamos para ti una entrada dedicada al tema: ¿Qué hago con los métodos anticonceptivos?



¿Qué debo hacer al tener relaciones sexuales?

No existen pasos a seguir para tener relaciones sexuales, pero te damos algunas recomendaciones:

Como pareja pueden tener relaciones sexuales en el lugar y a la hora que más les haga sentir cómodos, siempre tomando en cuenta su bienestar, seguridad y privacidad. Aunque puede ser incómodo, hablar con la pareja sobre lo que les gusta, lo que no y cuáles son los límites es parte importante para el placer de ambos.

Conocer tus zonas erógenas y las de la otra persona es fundamental; estas son las

Figura 30

¿Y después de tener relaciones sexuales?

partes del cuerpo que al ser estimuladas producen excitación. Además del pene y el clítoris, también pueden ser los pezones, el cuello, los labios, las orejas, entre otros, todo es cuestión de gustos.

Disfruta ese momento y siempre ten en mente que puedes parar cuando lo necesites. Si la otra persona no te está respetando sal de ahí, nadie tiene derecho a dañarte sobrepasando tus límites.

¿Y después de tener relaciones sexuales?

Es importante que después de tener relaciones sexuales observes si en tu cuerpo aparece un flujo anormal, sangrado, granos, irritación, o cualquier signo de alarma, puede ser una Infección de Transmisión Sexual, para eso tenemos una entrada dedicada al tema: Infecciones de transmisión sexual, ¿cómo prevenirlas?

Figura 31

Final de *Sexualidad, ¿por qué me interesa tanto?*

En caso de no haber utilizado un método anticonceptivo o que este haya fallado puedes adquirir anticonceptivos de emergencia como el dispositivo intrauterino de emergencia o la pastilla del día siguiente, siempre utilizándolos con responsabilidad y con la guía de un médico o un adulto de tu confianza.

Para saber más...

Te compartimos una infografía relacionada con la sexualidad: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/665704/Salud_Sexual.pdf

Además, dos videos respecto a masturbación y relaciones sexuales:

- Mitos sobre la masturbación: https://www.youtube.com/watch?v=y1nNJNz4N6c
- ¿Cómo tener la primera vez?: https://www.youtube.com/watch?v=JBG2rmDuc6k

Referencias

- https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/sexualidad-en-la-adolescencia-programa-de-salud-sexual-y-reproductiva-de-los-adolescentes-cnegsr

¡Queremos leerte!

Reseña:

- ✓ Tus derechos sexuales y reproductivos, da a conocer estos catorce derechos y por qué somos libres de ejercer nuestra sexualidad.
- ✓ Se agregó un link que desarrolla más a detalle cada uno de ellos.
- ✓ Contiene una imagen en la que los usuarios pueden dar *clic* y les guiará a un *link* en donde pueden descargar la infografía completa con la intención de indagar más en el tema.

Figura 32

Tus derechos sexuales y reproductivos

Figura 33

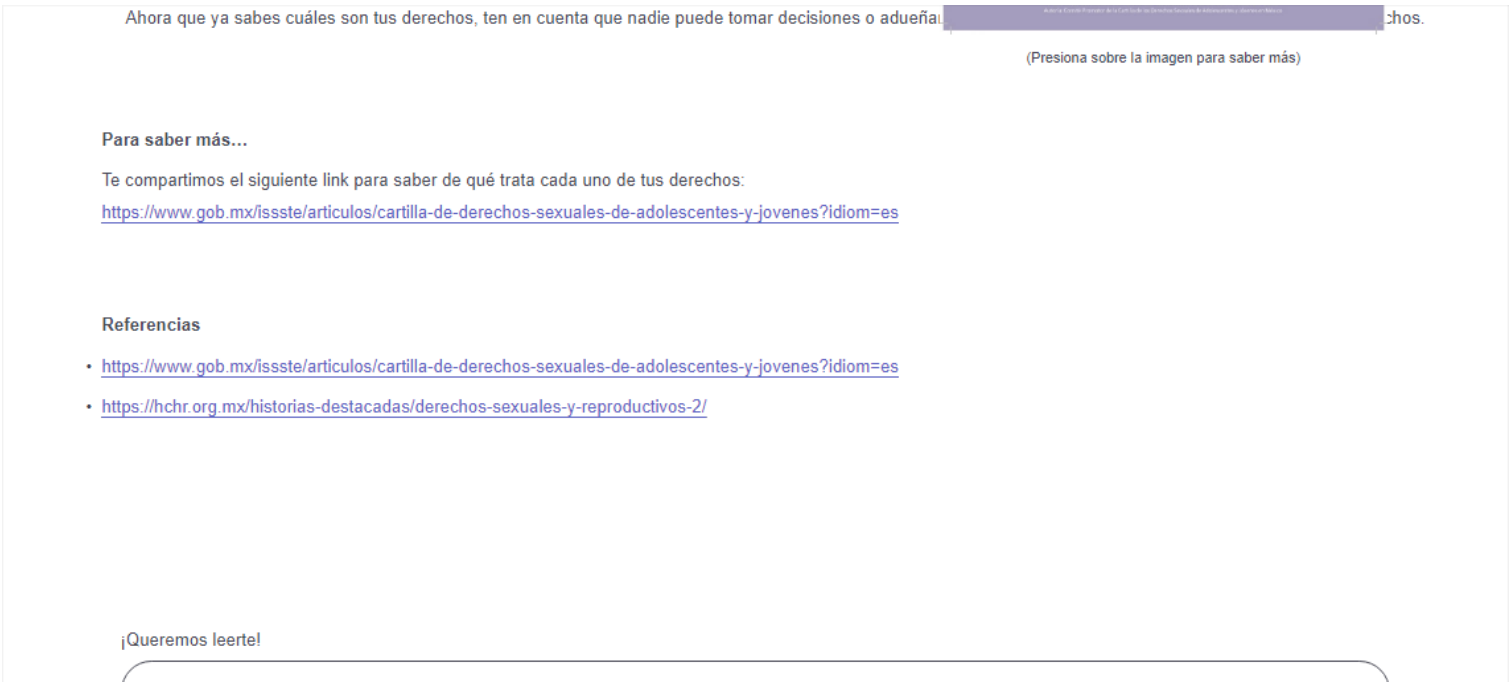
Catorce derechos sexuales y reproductivos

La sexualidad está presente siempre en nuestras vidas, por eso tienes derechos sexuales que se deben promover, respetar, garantizar y proteger. Los catorce derechos son:

- Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad.
- Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual.
- Derecho a manifestar públicamente mis afectos.
- Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarse afectiva, erótica y sexualmente.
- Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal.
- Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.
- Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva.
- Derecho a la igualdad.
- Derecho a vivir libre de discriminación.
- Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
- Derecho a la educación integral en sexualidad.
- Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.
- Derecho a la identidad sexual.
- Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

Figura 34

Final de *Tus derechos sexuales y reproductivos*



Reseña:

- ✓ El tema *¿Qué hago con los métodos anticonceptivos?*, presenta ampliamente información relacionada con métodos anticonceptivos.
- ✓ Se realizó una tabla con los métodos de barrera, hormonales y permanentes, con información de qué son, su uso, eficacia, precio aproximado.
- ✓ Los usuarios cuentan con dos videos que muestran la forma correcta de colocar condones masculinos y femeninos.
- ✓ Además, hay información sobre los anticonceptivos naturales y de emergencia.
- ✓ Finalizar con la recomendación de un canal de *YouTube* que cuenta con diversos videos relacionados a métodos anticonceptivos y explica cada

uno con mayor profundidad.

Figura 35

¿Qué hago con los métodos anticonceptivos?

Figura 36

Tabla de métodos anticonceptivos

Se estima que casi el 40% de adolescentes sexualmente activos no usan métodos anticonceptivos, es una cifra preocupante porque esto no solo aumenta el riesgo de tener un embarazo no deseado, sino contraer también diversas infecciones de transmisión sexual.

Es por eso que aquí te decimos todo sobre métodos anticonceptivos, para que tú y tu pareja usen lo que necesitan para cuidarse.

	Barrera			Hormonales						Permanentes	
	Condón	Dispositivo Intrauterino (DIU)	Espermicidas	Pastillas anticonceptivas	Parche anticonceptivo	Implante subdérmico	Inyecciones anticonceptivas	Anillo vaginal	Sistema intrauterino	Obstrucción Tubaria Bilateral	Vasectomía
¿Qué es?	Funda de látex que impide el paso de espermatozoides. Existe condón masculino y femenino.	Es un pequeño plástico con forma de "T" recubierto de cobre.	Son geles, espumas, cremas o supositorios con químicos que impiden el movimiento de los espermatozoides.	Pastillas que ayudan a evitar temporalmente un embarazo.	Plástico flexible que se adhiere al cuerpo y libera hormonas.	Varilla flexible, contiene hormonas que inhiben la ovulación.	Inyecciones compuestas de hormonas.	Aro flexible, transparente y blando que mide 5 centímetros.	Similar al DIU, pero este contiene hormonas.	Métodos definitivos tanto para hombres como para mujeres que no desean tener hijos.	
¿Cómo se usa?	Se coloca sobre el pene erecto o dentro de la vagina antes de la relación sexual.	Un médico lo coloca en el interior del útero para evitar la fecundación.	Se colocan dentro de la vagina antes de la relación sexual.	Se toma una diario por 21 o 28 días todos los meses.	Se pega en la piel y debe permanecer ahí una semana. Se cambia semanalmente.	Un médico lo coloca por debajo de la piel en la parte interna del brazo.	Se coloca una inyección de manera mensual o trimestral.	Se introduce con los dedos en la vaginay permanece ahí 21 días.	Se coloca en el útero y ahí libera hormonas para evitar el embarazo.	Se cortan y se ligan las trompas de falopio evitando el paso del óvulo.	Impide el paso de los espermatozoides por medio de los conductos deferentes.
Eficacia	Del 85% al 95%	95%	Entre 80% y 95%	98% si se utiliza correctamente.	99% si se utiliza correctamente.	99%	99% si se utiliza correctamente	99%	99%	99%	
Precio	Su precio va desde los $0 hasta los $70 pesos cada uno.	Aproximadamente $500, sin embargo en centros de salud es gratuito.	Entre $50 y $60 pesos cada uno.	Desde $50 hasta $400 pesos cada caja.	De $300 a $900 pesos una caja con 3 parches.	$0 en centros de salud o aproximadamente $2000 con médicos particulares.	Desde $200 hasta $400 pesos cada inyección.	Aproximadamente $600 cada uno.	Su precio es de aproximadamente $3000.	Desde $0 en centros de salud hasta $12,000 pesos aproximadamente en clínicas privadas.	

Todos los métodos anticonceptivos ayudan a prevenir embarazos adolescentes, pero el único que te previene a ti y a tu pareja de una ITS es el condón (incluso en parejas del

Figura 37

Métodos naturales y de emergencia

Todos los métodos anticonceptivos ayudan a prevenir embarazos adolescentes, pero el único que te previene a ti y a tu pareja de una ITS es el condón (incluso en parejas del mismo sexo), sin olvidar que también hay que utilizarlo durante el sexo oral y anal. Por eso te compartimos un video con el uso correcto del condón masculino y femenino:

Tutorial condón masculino
https://www.youtube.com/watch?v=sWagCEI3F0E

Condón femenino I ¿Cómo se usa?
https://www.youtube.com/watch?v=xcEhQIYABRk

También existen anticonceptivos naturales que se basan en evitar tener relaciones sexuales en días fértiles o en medir la temperatura basal para saber si eres fértil o no, sin embargo, su efectividad no supera el 75%. El más común de los anticonceptivos naturales es el coito interrumpido y consiste en sacar el pene de la vagina antes de la eyaculación, pero pueden haber fallas porque se necesita mucho autocontrol para eyacular a tiempo lejos de la vagina y la vulva.

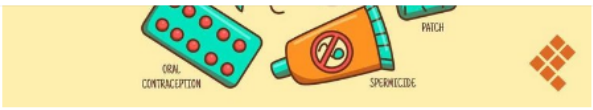
Los anticonceptivos de emergencia se utilizan cuando no se usó ningún método anticonceptivo o el método utilizado falló (por ejemplo cuando el condón se rompe) y son: el DIU de emergencia, que puede ponerse hasta 5 días después del acto sexual, y la píldora del día siguiente, que debe tomarse dentro de las primeras 72 horas siguientes a la relación sexual.

Déjanos saber en comentarios tus conclusiones y las dudas que te surjan.

Las relaciones sexuales se disfrutan, siempre con responsabilidad, por eso te invitamos

Figura 38

Final de ¿Qué hago con los métodos anticonceptivos?



a reflexionar junto a tu pareja cuál es el método anticonceptivo que más les conviene.

Para saber más...

Te compartimos un video del canal @SaludSexual en YouTube y te invitamos a ver más, tienen varios videos dedicados a métodos anticonceptivos:

- Formas divertidas de usar un condón: https://www.youtube.com/watch?v=i6j94q6QBH0

Referencias

- https://www.reproduccionasistida.org/metodos-anticonceptivos/
- https://www.gob.mx/salud/cnegsr/acciones-y-programas/fichas-informativas-metodos-anticonceptivos

¡Queremos leerte!

Reseña:

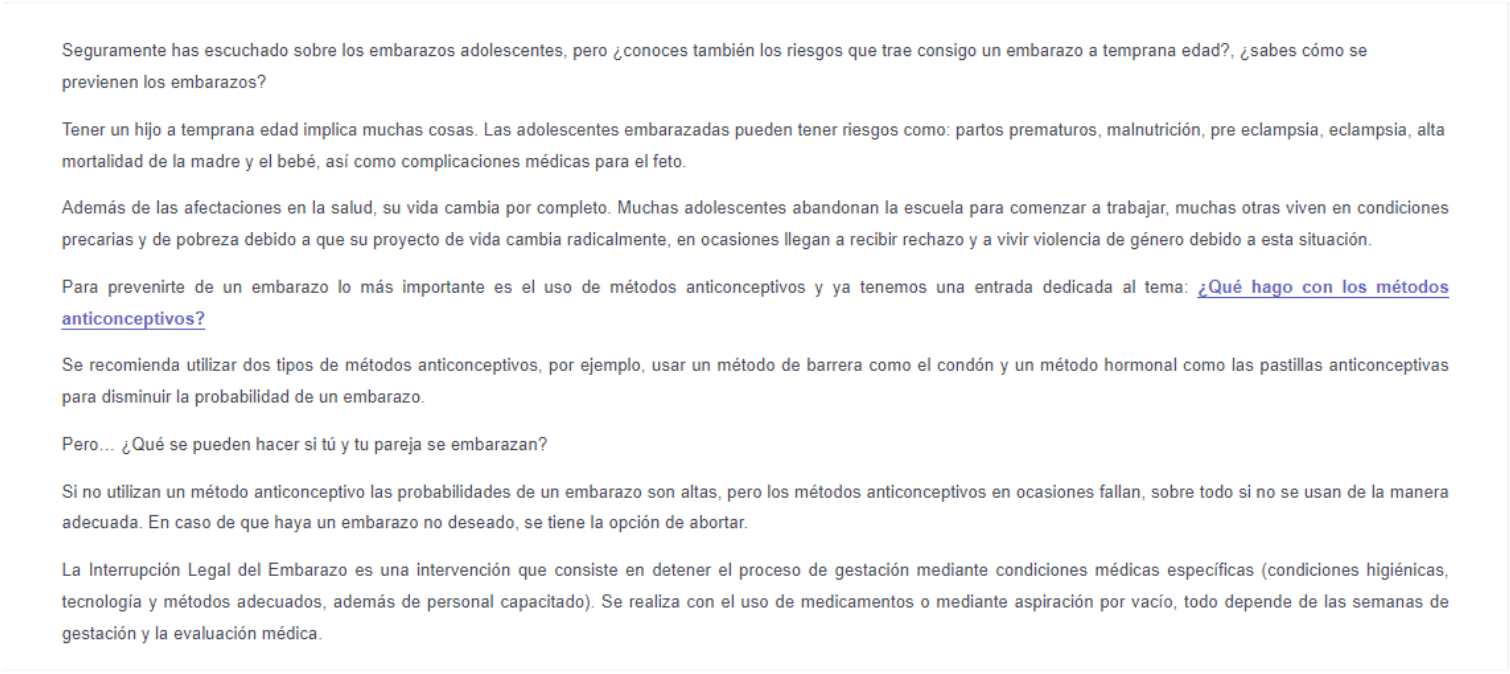
- ✓ En *¿Y si hay un embarazo?*, primero se expone lo que es el embarazo precoz y sus repercusiones en la salud y la vida de las y los adolescentes.
- ✓ Posteriormente habla del uso de anticonceptivos y presenta la Interrupción Legal del Embarazo como una alternativa viable en el contexto de la Ciudad de México, incluyendo el link para acceder a este servicio.
- ✓ Finaliza con los videos: *Embarazo adolescente en México* y *¿Abortar o no abortar? Esa no es la cuestión* para que las y los jóvenes continúen con la reflexión de esta problemática.

Figura 39

¿Y si hay un embarazo?

Figura 40

Desarrollo de ¿Y si hay un embarazo?



Seguramente has escuchado sobre los embarazos adolescentes, pero ¿conoces también los riesgos que trae consigo un embarazo a temprana edad?, ¿sabes cómo se previenen los embarazos?

Tener un hijo a temprana edad implica muchas cosas. Las adolescentes embarazadas pueden tener riesgos como: partos prematuros, malnutrición, pre eclampsia, eclampsia, alta mortalidad de la madre y el bebé, así como complicaciones médicas para el feto.

Además de las afectaciones en la salud, su vida cambia por completo. Muchas adolescentes abandonan la escuela para comenzar a trabajar, muchas otras viven en condiciones precarias y de pobreza debido a que su proyecto de vida cambia radicalmente, en ocasiones llegan a recibir rechazo y a vivir violencia de género debido a esta situación.

Para prevenirte de un embarazo lo más importante es el uso de métodos anticonceptivos y ya tenemos una entrada dedicada al tema: **¿Qué hago con los métodos anticonceptivos?**

Se recomienda utilizar dos tipos de métodos anticonceptivos, por ejemplo, usar un método de barrera como el condón y un método hormonal como las pastillas anticonceptivas para disminuir la probabilidad de un embarazo.

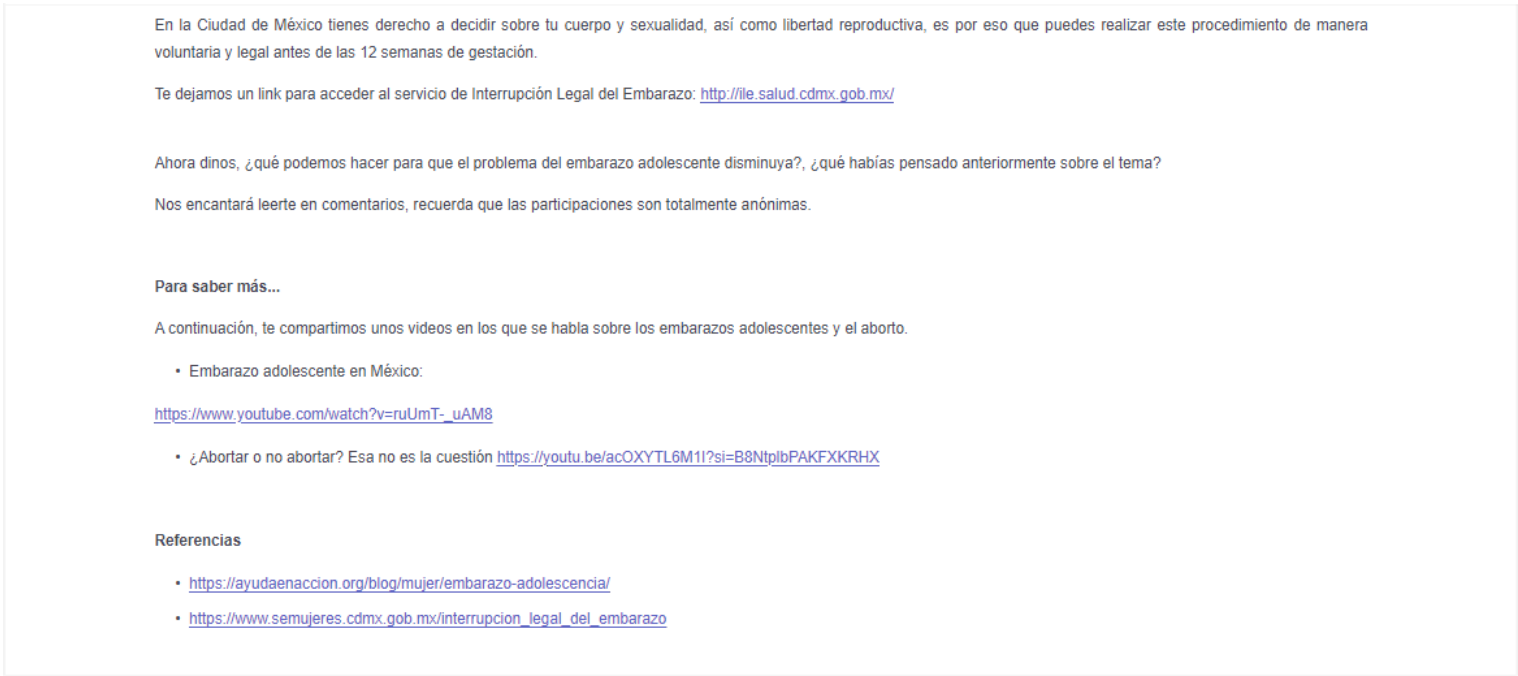
Pero… ¿Qué se pueden hacer si tú y tu pareja se embarazan?

Si no utilizan un método anticonceptivo las probabilidades de un embarazo son altas, pero los métodos anticonceptivos en ocasiones fallan, sobre todo si no se usan de la manera adecuada. En caso de que haya un embarazo no deseado, se tiene la opción de abortar.

La Interrupción Legal del Embarazo es una intervención que consiste en detener el proceso de gestación mediante condiciones médicas específicas (condiciones higiénicas, tecnología y métodos adecuados, además de personal capacitado). Se realiza con el uso de medicamentos o mediante aspiración por vacío, todo depende de las semanas de gestación y la evaluación médica.

Figura 41

Final de ¿Y si hay un embarazo?



En la Ciudad de México tienes derecho a decidir sobre tu cuerpo y sexualidad, así como libertad reproductiva, es por eso que puedes realizar este procedimiento de manera voluntaria y legal antes de las 12 semanas de gestación.

Te dejamos un link para acceder al servicio de Interrupción Legal del Embarazo: http://ile.salud.cdmx.gob.mx/

Ahora dinos, ¿qué podemos hacer para que el problema del embarazo adolescente disminuya?, ¿qué habías pensado anteriormente sobre el tema?

Nos encantará leerte en comentarios, recuerda que las participaciones son totalmente anónimas.

Para saber más...

A continuación, te compartimos unos videos en los que se habla sobre los embarazos adolescentes y el aborto.

- Embarazo adolescente en México:

https://www.youtube.com/watch?v=ruUmT-_uAM8

- ¿Abortar o no abortar? Esa no es la cuestión https://youtu.be/acOXYTL6M1I?si=B8NtplbPAKFXKRHX

Referencias

- https://ayudaenaccion.org/blog/mujer/embarazo-adolescencia/
- https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/interrupcion_legal_del_embarazo

Reseña:

- ✓ *Infecciones de Transmisión Sexual, ¿cómo prevenirlas?*, se divide en tres secciones: *¿Cuáles son?*, para mencionar las Infecciones de Transmisión Sexual más comunes e incluimos un video que desarrolla más la información; *¿Cuáles son los síntomas?*, con el objetivo de hacer conciencia de los síntomas a los que se debe prestar atención si se sospecha de una infección; *¿Qué hacer en caso de tener una ITS?*, donde recomendamos acudir con un adulto de confianza y buscar atención médica inmediata sin temor o pena por lo que otros dirán.
- ✓ Concluye esta última entrada con tres infografías que hablan más sobre las ITS y sus riesgos.

Figura 42

Infecciones de Transmisión Sexual, ¿cómo prevenirlas?

Figura 43

¿Cuáles son? y ¿Cuáles son los síntomas?

Las Infecciones de Transmisión Sexual son, como su nombre lo dice, infecciones que se transmiten de una persona a otra a través del contacto sexual, puede ser durante el sexo vaginal, oral o anal.

Para prevenirlas lo más recomendado es el uso correcto del condón, pero este no elimina por completo el riesgo de contraer o contagiar una ITS, por eso es importante saber cuáles existen, cómo detectarlas y cómo tratarlas.

(Presiona sobre la imagen para saber más)

¿Cuáles son?

Hay varios tipos de ITS, entre las más comunes están: Clamidia, Herpes genital, Gonorrea, Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) y Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA), Virus del Papiloma Humano (VPH), Ladillas, Sífilis, Tricomoniasis.

Te compartimos un video corto en el que se habla sobre algunas ITS: https://www.youtube.com/watch?v=5QBcytCYxPU

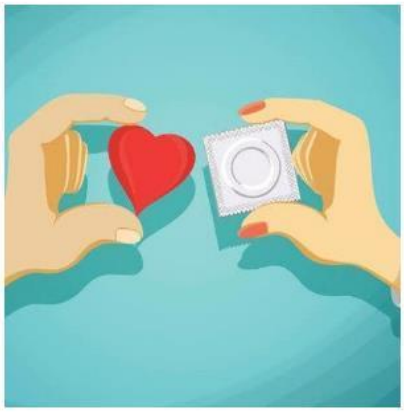
¿Cuáles son los síntomas?

Figura 44

¿Qué hacer en caso de tener una ITS?

Debes estar atento a los siguientes síntomas ya que pueden significar una ITS:

- Secreción inusual del pene o la vagina
- Llagas o verrugas en el área genital
- Micción (necesidad de orinar) frecuente o dolorosa
- Picazón y enrojecimiento en el área genital
- Ampollas o llagas en o alrededor de la boca
- Olor vaginal anormal
- Picazón, dolor o sangrado anal
- Dolor abdominal
- Fiebre



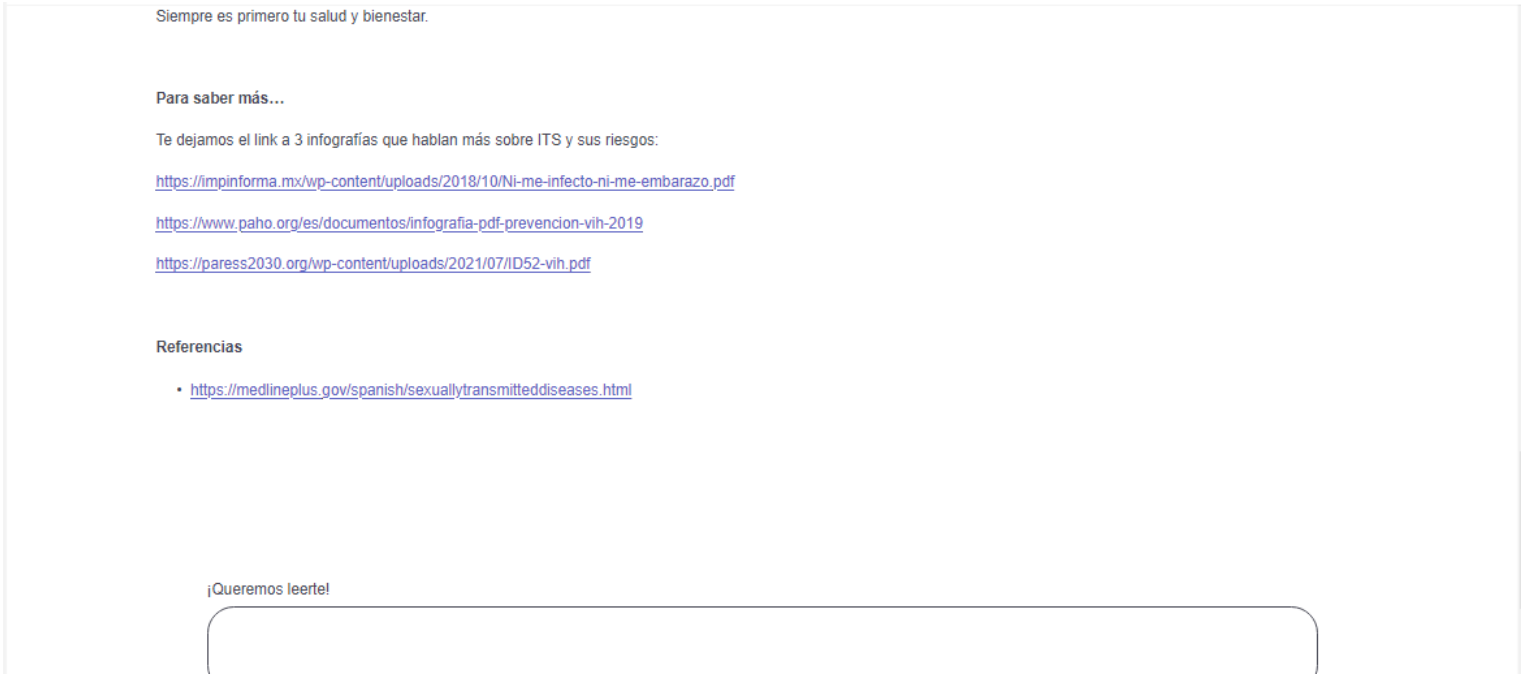
¿Qué hacer en caso de tener una ITS?

Ante una ITS lo primero es mantener la calma, no sientas culpa por haberte contagiado. Acude con un adulto de tu confianza para que te apoye buscando atención médica inmediata y no tengas pena de hablar de lo que ocurre con tu cuerpo.

Siempre es primero tu salud y bienestar

Figura 45

Final de Infecciones de Transmisión Sexual, ¿cómo prevenirlas?



Por último, el apartado *Para saber un poco más*, se dividió en dos partes: *Para ti* y *Para la familia*.

Figura 46

Para saber un poco más

Figura 47

Para ti

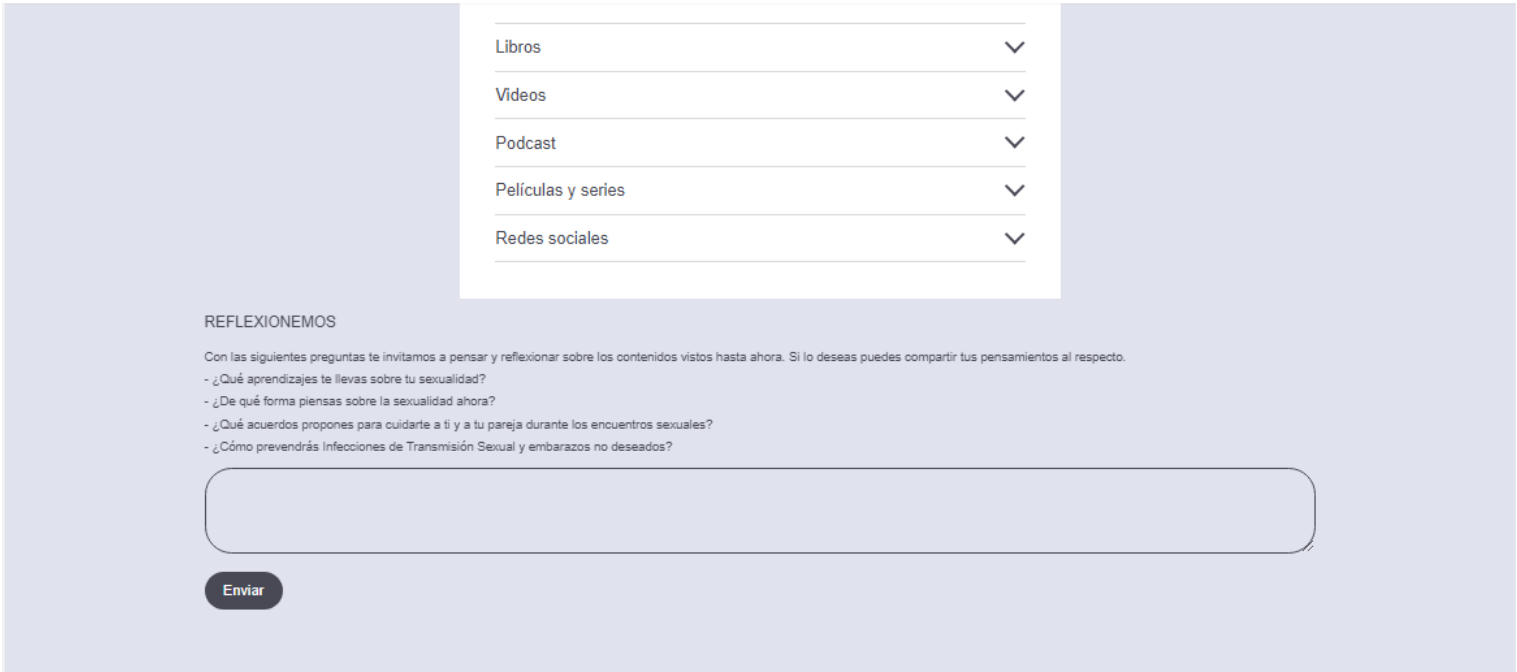


Figura 48

Para la familia

La primera es para que los adolescentes consulten libros, videos, podcast, películas, series y cuentas en redes sociales con información sobre sexualidad, además de contar con un apartado que invita a la reflexión de lo aprendido. La segunda parte cuenta con libros y videos que acerquen a la familia a los temas de educación sexual.

Este material educativo está planeado para ser utilizado de forma autónoma en contextos escolares o fuera de ellos. Al tener la posibilidad de acceder a él desde cualquier dispositivo, niñas, niños y adolescentes cuentan con la información siempre que lo deseen.

Las y los docentes encargados de la educación sexual tienen la opción de proporcionar el *link* de este material a sus alumnos y son ellos los encargados de indagar en cada uno de los temas fuera del aula. Dentro de la escuela puede ser una herramienta para generar debates e invitar a la investigación.

Madres y padres de familia también cuentan con la posibilidad de acercar a sus hijas e hijos a esta información y, a su vez, ellos educarse en temas de sexualidad para abrir la conversación.

Inicialmente solo existen siete entradas, pero las y los adolescentes, al disponer de este *blog*, poseen la opción de comentar sus dudas o solicitar que se toquen diversos temas y, con el tiempo, la información disponible se amplíe según sus necesidades e inquietudes.

Pilotaje del blog

Se compartió el link del blog instalado en la plataforma *Squarespace*, para su revisión con dos grupos de estudiantes de octavo semestre de la Licenciatura en Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional. Se les pidió identificar qué partes se entendían y cuáles no. Qué les parecía más llamativo y qué se debía cambiar para que el blog fuera más dinámico y comprensivo. Tres estudiantes emitieron sus comentarios por escrito, mismos que funcionaron como retroalimentación, especificando áreas de mejora.

Comentarios:

- ✓ Las reglas del *blog*, considerarlas como tema introductorio, para que aparezcan al inicio del mismo.
- ✓ Agregar la opción de un botón especial que permita regresar a la interfaz inicial.
- ✓ En el diseño de cada tema que haya menos texto y más videos o imágenes para captar más la atención.
- ✓ Las letras o textos que vienen de apoyo en imágenes son pequeñas y se necesita hacer un acercamiento (*zoom*) para lograr leer.
- ✓ Las imágenes se ven distorsionadas, por falta de calidad al subirlas a la plataforma.
- ✓ Sobre los temas iniciales y la información que incluyen, eran muy específicos y fáciles de leer, una de las personas comentó:

> "En general considero que la información está bien. Es resumida y nos da información concreta. No tuve problema para entrar a los

links. Funcionan muy bien.”

- ✓ Es un material que se podría utilizar por su facilidad de acceso, la información tan compacta y específica sobre cada tema y los apoyos visuales que se presentan.
- ✓ Falta un video interactivo o de apoyo extra al final de cada tema.

Todos los comentarios de la retroalimentación han sido de gran ayuda para modificar la primera versión del blog. Son ideas que nos ayudaron a mejorar la segunda versión con la intención de que se cumpla el objetivo de la tesis:

> “Diseñar un material educativo digitalizado dirigido a mujeres y hombres adolescentes en contextos educativos formales e informales, basado en sus necesidades de educación integral de la sexualidad, cuyo conocimiento les sirva para incorporarlo a su vida cotidiana saludable y desde luego para prevenir el embarazo precoz” (p. 9).

Posterior al pilotaje y valorando las retroalimentaciones recibidas, los cambios realizados fueron:

- ✓ Mover las reglas del *blog* al inicio, siendo la introducción al sitio.

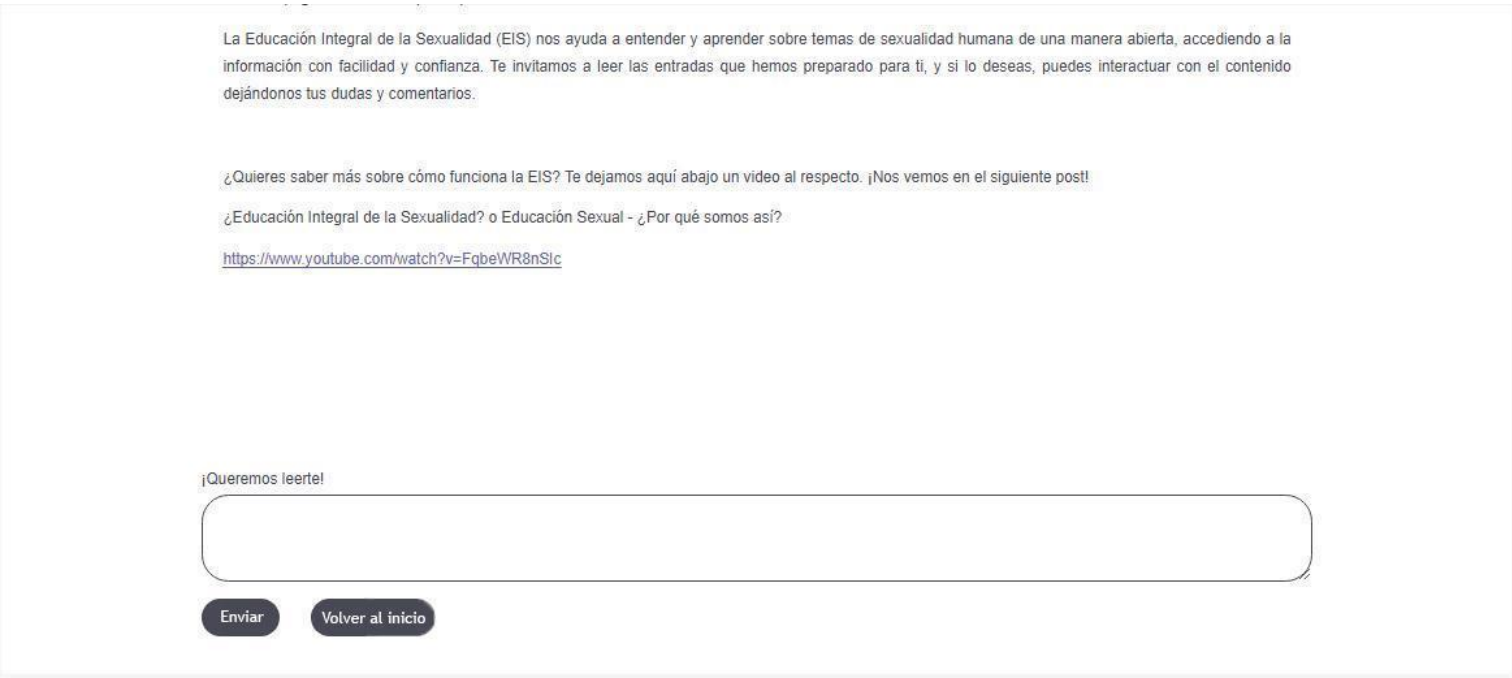
Figura 49

Inicio

- ✓ Agregar la opción de un botón que permita regresar a la interfaz inicial.

Figura 50

Botón de inicio

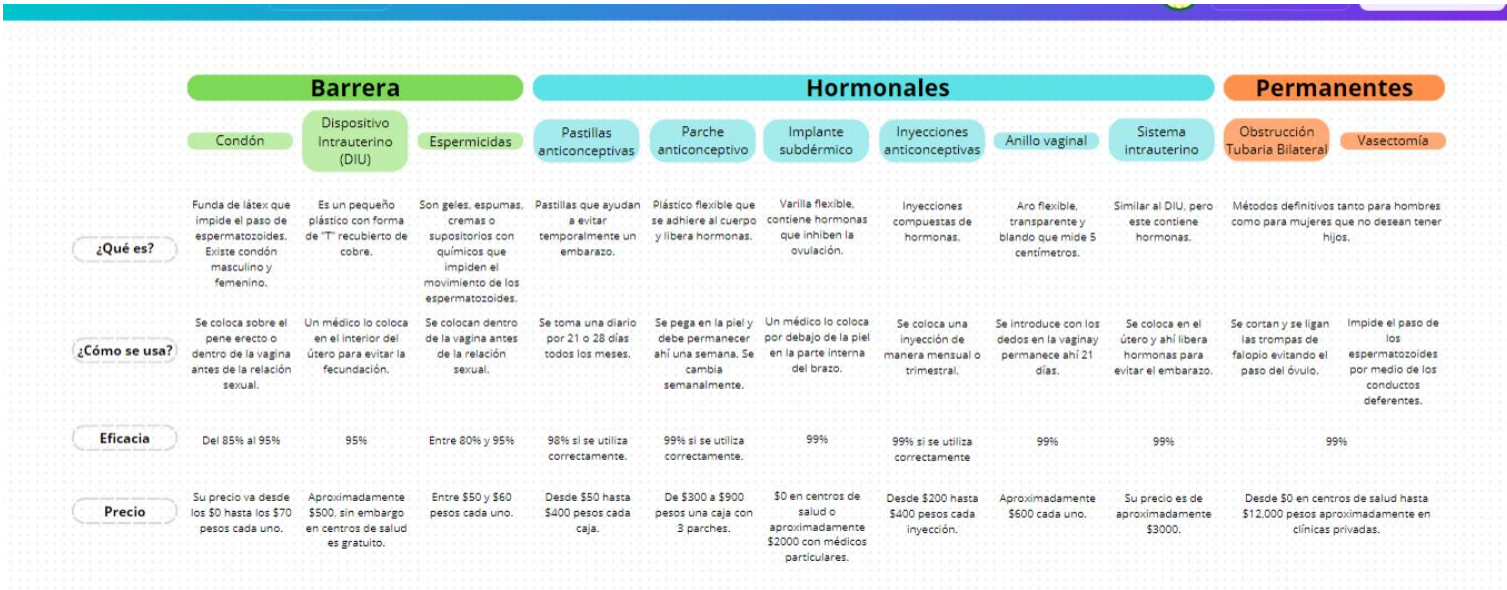


Consideramos estos cambios ya que queremos dar a los usuarios una experiencia en la que puedan interactuar con el *blog* de forma sencilla, por eso, un botón que les regrese al inicio nos pareció una sugerencia importante. Además, tener las reglas como entrada principal evita que no se le tome la importancia que realmente tiene.

- ✓ Las letras o textos que vienen de apoyo en imágenes son pequeñas y se necesita hacer un acercamiento (*zoom*) para lograr leer.

Figura 51

Tabla de métodos anticonceptivos



	Barrera			Hormonales						Permanentes	
	Condón	Dispositivo Intrauterino (DIU)	Espermicidas	Pastillas anticonceptivas	Parche anticonceptivo	Implante subdérmico	Inyecciones anticonceptivas	Anillo vaginal	Sistema intrauterino	Obstrucción Tubaria Bilateral	Vasectomía
¿Qué es?	Funda de látex que impide el paso de espermatozoides. Existe condón masculino y femenino.	Es un pequeño plástico con forma de "T" recubierto de cobre.	Son geles, espumas, cremas o supositorios con químicos que impiden el movimiento de los espermatozoides.	Pastillas que ayudan a evitar temporalmente un embarazo.	Plástico flexible que se adhiere al cuerpo y libera hormonas.	Varilla flexible, contiene hormonas que inhiben la ovulación.	Inyecciones compuestas de hormonas.	Aro flexible, transparente y blando que mide 5 centímetros.	Similar al DIU, pero este contiene hormonas.	Métodos definitivos tanto para hombres como para mujeres que no desean tener hijos.	
¿Cómo se usa?	Se coloca sobre el pene erecto o dentro de la vagina antes de la relación sexual.	Un médico lo coloca en el interior del útero para evitar la fecundación.	Se colocan dentro de la vagina antes de la relación sexual.	Se toma una diario por 21 o 28 días todos los meses.	Se pega en la piel y debe permanecer ahí una semana. Se cambia semanalmente.	Un médico lo coloca por debajo de la piel en la parte interna del brazo.	Se coloca una inyección de manera mensual o trimestral.	Se introduce con los dedos en la vaginay permanece ahí 21 días.	Se coloca en el útero y ahí libera hormonas para evitar el embarazo.	Se cortan y se ligan las trompas de falopio evitando el paso del óvulo.	Impide el paso de los espermatozoides por medio de los conductos deferentes.
Eficacia	Del 85% al 95%	95%	Entre 80% y 95%	98% si se utiliza correctamente.	99% si se utiliza correctamente.	99%	99% si se utiliza correctamente	99%	99%	99%	
Precio	Su precio va desde los $0 hasta los $70 pesos cada uno.	Aproximadamente $500, sin embargo en centros de salud es gratuito.	Entre $50 y $60 pesos cada uno.	Desde $50 hasta $400 pesos cada caja.	De $300 a $900 pesos una caja con 3 parches.	$0 en centros de salud o aproximadamente $2000 con médicos particulares.	Desde $200 hasta $400 pesos cada inyección.	Aproximadamente $600 cada uno.	Su precio es de aproximadamente $3000.	Desde $0 en centros de salud hasta $12.000 pesos aproximadamente en clínicas privadas.	

Creemos que este es uno de los cambios más importantes porque buscamos que la información sea clara, es por eso que añadimos un *link* para ver el archivo original de la imagen en tamaño completo, debido al impedimento de mejorar la calidad de las imágenes.

Por otro lado, los cambios que no realizamos fueron los siguientes:

- ✓ Reducir la cantidad de texto.
- ✓ Mejorar la calidad de imagen.
- ✓ Falta un video interactivo o de apoyo extra al final de cada tema.

Durante el desarrollo del sitio procuramos que la información fuera clara, precisa y breve. Aunque buscamos la manera de resumir más el texto, optamos por no hacerlo para evitar dar información incompleta, sobre todo tratando un tema que abarca mucha información.

Aunado a esto, dejamos de lado la idea de añadir más imágenes porque no queremos saturar de información al usuario, por eso solo añadimos imágenes que ilustren adecuadamente los temas.

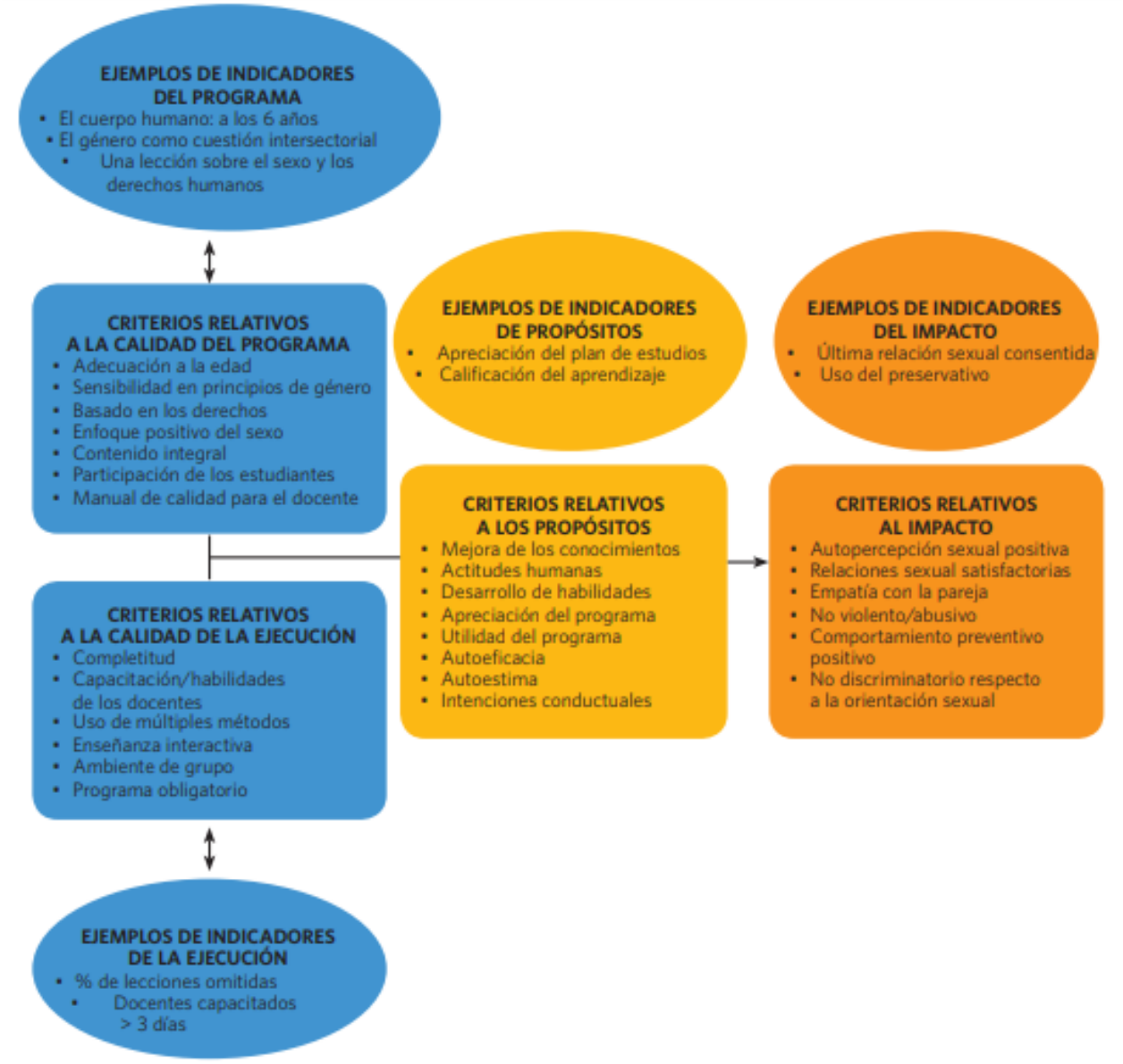
Respecto a la calidad de las imágenes, no nos fue posible mejorar la definición de cada una, ya que dependemos de la plataforma y varía mucho según el dispositivo que se utilice para visitar la página. Sin embargo, desde un principio buscamos ajustarlas de manera óptima.

Evaluación

El siguiente esquema, Figura 52, fue el referente para la evaluación del *blog Educación integral de la Sexualidad para Adolescentes* como material educativo para la prevención del embarazo adolescente:

Figura 52

Criterios de evaluación e indicadores para la educación sexual integral.



Nota. Adaptado de *La evaluación de los programas de educación integral para la sexualidad* [Fotografía], por el Fondo de Población de las Naciones Unidas (2015), UNFPA https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPAEvaluation_ES.pdf.

Según lo propuesto por el Fondo de Población de las Naciones Unidas (2015), como marco para asegurar la calidad de la educación sexual, los criterios relacionados a la calidad del programa, a los propósitos y al impacto son relevantes para la evaluación del *blog*, para la selección, tomamos en cuenta los objetivos del material. Siendo las y los participantes quienes indiquen si el material presentado reúne las características necesarias para garantizar una educación sexual desde un enfoque integral.

Consideraciones finales

De acuerdo con el material educativo diseñado y expuesto en el presente trabajo, uno de sus alcances más claros es la accesibilidad que proporciona a los usuarios. Al ser un *blog* disponible en *internet*, se puede acceder a él desde cualquier dispositivo, logrando que las y los adolescentes cuenten con información confiable en tiempo real.

Sin embargo, así como el hecho de acceder a esta información desde cualquier medio conectado a *internet* es una virtud del material, a su vez es una de las mayores limitaciones porque se cierra a ser exclusivo de personas con dispositivos móviles. Otra limitación es que la plataforma utilizada para el blog no permite insertar medios audiovisuales e imágenes de alta calidad, por lo que la versión final tuvo algunos fallos de diseño.

Una de las alternativas que encontramos fue añadir el *link* del archivo original para que los usuarios accedan a la información de manera clara. Con el pilotaje, nos dimos a la tarea de hacer la interfaz del *blog* más sencilla de utilizar con cambios como un botón que les regrese al inicio y cambiar las reglas para la comunidad al inicio.

Por otro lado, el sitio tiene la posibilidad de renovarse constantemente, teniendo como punto a favor la continua actualización de información, además de ampliarla según los comentarios que el público deje. *Educación integral de la sexualidad para adolescentes* es un material educativo que aporta a las estrategias de educación integral en sexualidad, dando una alternativa más para disminuir los embarazos adolescentes con información y recursos enfocados a ellos.

La reflexión general acerca de este trabajo es que, a pesar de las dificultades, la educación integral de la sexualidad es información a la que todas y todos los jóvenes

deben acceder, a través de fuentes confiables y de medios adaptados a ellos. Las y los adolescentes requieren educación para llevar una vida sexual sana, con tomas de decisiones responsables, cuidando su integridad tanto física como mental. Y, si bien es un trabajo difícil en una sociedad conservadora, no hay que dejar de lado los esfuerzos que puedan llevarse a cabo para aportar a erradicar la problemática de salud del embarazo precoz.

Diseñar un material educativo enfocado en promover la sexualidad en un contexto tan conservador como México fue el principal reto al que nos enfrentamos, en el transcurso construimos nuevos aprendizajes respecto al tema. Durante el proceso de desarrollo del *blog* comprendimos que hablar de educación sexual no se centra únicamente en la reproducción, abarca mucho más y por eso hablamos del embarazo adolescente con un enfoque integral.

Como psicólogas y psicólogos educativos, nuestro papel en el diseño de materiales educativos inicia con la detección y atención de las necesidades educativas de cierta población, para posteriormente diseñar y adaptar medios que faciliten el proceso de enseñanza-aprendizaje en contextos educativos formales e informales. Nosotros a lo largo de este proyecto pusimos en práctica los conocimientos y las herramientas adquiridas para diseñar un material que responda a la urgencia de educación integral de la sexualidad.

Referencias

Adell, J. (22 - 24 de noviembre de 1995). *La navegación hipertextual en el World- Wide Web: implicaciones para el diseño de materiales educativos* [Congreso]. II Congreso de Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación para la Educación. https://www.um.es/innova/OCW/diseno_y_evaluacion_materiales_didacticos/mpaz/utilidades/pdf/18.pdf

Atienzo, E., Barrera, L., Campero, L., Estrada, F., González, G. y Herrera, C. (2018). Decir a medias: límites percibidos por los adultos para involucrarse en la prevención del embarazo adolescente en México. *Nueva Antropol, 31*(8), 134-154. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0185-06362018000100134&lng=pt&nrm=iso

Blos, P. (1980). *Psicoanálisis de la adolescencia.* Joaquin Mortiz.

Comisión de Titulación Licenciatura en Psicología Educativa. (2023). *Instructivo de Titulación. Blog LPE. Universidad Pedagógica Nacional.* https://psicoajusco.blogspot.com/

Cervantes, C., Álvarez, A. y Moreno, M. (2020). Más allá de pajaritos y abejitas: sexualidad en el adolescente mexicano. *Revista Digital Universitaria*, 21(2), 1-10. https://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD61751.pdf

Consejo Nacional de Población. (9 de febrero de 2016). *Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente (ENAPEA).* Gobierno de México.

https://www.gob.mx/conapo/articulos/estrategia-nacional-para-la-prevencion-del-embarazo-en-adolescentes-enapea

Consejo Nacional de Población. (26 de septiembre de 2021). *Día Mundial para la Prevención del Embarazo no Planificado en Adolescentes.* Gobierno de México. https://www.gob.mx/conapo/articulos/dia-mundial-de-la-prevencion-del-embarazo-no-planificado-enadolescentes?idiom=es#:~:text=Las%20adolescentes%20contribuyen%20con%20369%2C004,ciento%20del%20total%20de%20nacimientos

Díaz, Y., Oliveros, Y., Oliveros, Y. y Peña, Y. (2017). Algunas consideraciones sobre el embarazo en la adolescencia. *Revista de Información Científica, 96*(3), 516-526. https://www.medigraphic.com/pdfs/revinfcie/ric-2017/ric173r.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia Latin America and Caribbean. (31 de octubre de 2022). *Nuevo reporte UNICEF - El impacto de la violencia contra la infancia en América Latina y el Caribe.* [Archivo de Vídeo]. https://www.youtube.com/watch?v=h6dPPpUNzD8&ab_channel=UNICEFLatinAmericaandCaribbean

Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2015). *La evaluación de los programas de educación integral para la sexualidad.* https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPAEvaluation_ES.pdf

Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2022). *Embarazo en Adolescentes. Fondo de Población de las Naciones Unidas América Latina y el Caribe.* https://lac.unfpa.org/es/temas/embarazo-en-adolescentes

Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2022). *CONAPO, IMJUVE, El Fondo de Población de las Naciones Unidas [UNFPA] y Organon impulsan un proyecto piloto para la prevención de embarazos adolescentes en la Alcaldía Xochimilco de la Ciudad de México. Fondo de Población de las Naciones Unidas México.* https://mexico.unfpa.org/es/news/conapo-imjuve-el-fondo-de-poblaci%C3%B3n-de-las-naciones-unidas-unfpa-y-organon-impulsan-un-proyecto#:~:text=El%20total%20de%20partos%20de,violencia%20sexual%20derivada%20del%20confinamiento.

Gibbs, G. (2007). *El análisis de datos cualitativos en Investigación Cualitativa.* Morata. https://www.academia.edu/33412125/El_an%C3%A1lisis_de_datos_cualitativos_en_Investigaci%C3%B3n_Cualitativa_Spanish_Edition

González, P. (2017). *El proyecto. Vulnerabilidad social y embarazo adolescente en la Ciudad de México.* http://investigacion.politicas.unam.mx/embadcdmx/

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (21 de septiembre, 2023). *Día mundial para la prevención del embarazo adolescente no planificado en adolescentes. Datos nacionales. Comunicado de Prensa No. 553/23.* www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP_EmbNoPlanificado23.pdf

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (2022). *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH)* [Archivo de Excel]. https://www.inegi.org.mx/programas/dutih/2022/#tabulados

Instituto Nacional de las Mujeres. (25 de octubre de 2017). *Inmujeres difunde sitio web: Familias y sexualidades. Gobierno de México.* https://www.gob.mx/inmujeres/prensa/122428

International Planned Parenthood Federation. (2010). *IPPF Framework for Comprehensive Sexuality Education. International Planned Parenthood Federation*. https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_framework_for_comprehensive_sexuality_education.pdf

Juárez, F. y Gayet, C. (2005). Salud sexual y reproductiva de los adolescentes en México: un nuevo marco de análisis para la evaluación y diseño de políticas. *Papeles de población, 11*(45), 177-219. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-74252005000300008&script=sci_arttext

Kamii, C. (s.f). *La autonomía como finalidad de la educación. Enseñanza para la Comprensión para la Construcción de Ciudadanía.* https://www.viaeducacion.org/downloads/ap/ehd/autonomia_finalidad_educacion.pdf

Martell, N., Ibarra, M., Contreras, G. y Camacho, E. (2018). La sexualidad en adolescentes desde la teoría de las representaciones sociales. *Psicología y salud, 28*(1), 15-24. https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2545/4427

Miembros del Seminario Los materiales educativos en la sociedad de la información. (Mayo de 2006). *Los materiales educativos en México* [Seminario]. MAPEAL. https://mapeal.cippec.org/wp-content/uploads/2014/05/XXX-Los-Materiales-Educativos-en-M%C3%A9xico.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2018). *Por qué es importante la educación integral en sexualidad. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.* https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad

Palomo, M. (2011). Importancia del diseño de materiales educativos en la educación a distancia. Revista Digital Universitaria, 12(10), 3-13. https://www.revista.unam.mx/vol.12/num10/art100/art100.pdf

Parra, J. y Pérez, R. (2010). Comportamiento sexual en adolescentes y su relación con variables biosociales. *Perinatología y Reproducción Humana, 24*(1), 7-19. https://www.medigraphic.com/pdfs/inper/ip-2010/ip101b.pdf

Planned Parenthood. (2024). *¿Qué es la educación sexual?* https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-educadores/que-es-la-educacion-sexual

Puig, M. (2009). *Sobre la adolescencia: Perspectivas clásicas y actuales* [Tesis de doctorado]. Centro Eleia.

Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación.* Mc Graw Hill.

https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Secretaría de las Mujeres. (2022). *Acciones realizadas por el grupo estratégico de prevención de embarazo en adolescentes de la ciudad de México. Secretaría de las Mujeres.* https://semujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Programas/GEPEA/Informe_GEPEA_CDMX_2021.pdf

SIECUS. (2016). *The Guidelines for comprehensive sexuality education.* https://siecus.org/siecus-board-policy-position-statements-2024/

Universidad Nacional Autónoma de México. (3 de septiembre de 2021). *México, primer lugar en embarazos en adolescentes entre países integrantes de la OCDE. Dirección General de Comunicación Social.* https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021_729.html

Universidad Pedagógica Nacional. (2023). *Psicología Educativa Plan 2009.* https://upn.mx/index.php?view=article&id=94&catid=18

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado para padres de familia

Guillermo Varela Rodríguez y Alma Fernanda Villanueva Flores, estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional, quienes actualmente se encuentran realizando un trabajo de investigación con la finalidad de diseñar un material educativo para la prevención del embarazo adolescente, le informan por medio del presente que su hijo fue seleccionado mediante un sorteo aleatorio como posible participante para esta investigación.

Si usted accede a que su hijo participe, se le solicitará al alumno el llenado de un cuestionario que tiene el propósito de identificar las necesidades e intereses de los jóvenes sobre la prevención del embarazo adolescente. La información recolectada en este cuestionario será confidencial y anónima, con fines académicos.

Cualquier duda o información adicional que desee plantear con relación a la participación de su hijo en la investigación, puede comunicarse con los estudiantes responsables a cualquiera de los siguientes correos electrónicos:

- 190920108@g.upn.mx
- 190920127@g.upn.mx

Yo, _____ , padre, madre o tutor de _____, acepto de manera voluntaria que mi hijo participe en la resolución del cuestionario como parte de la investigación.

Nombre y firma del padre o tutor

_____

Nombre y firma de los estudiantes responsables de la investigación

_____ _____

Anexo 2. Guion del cuestionario

FICHA DE IDENTIFICACIÓN
Entrevistadores: Guillermo Varela Rodríguez; Alma Fernanda Villanueva Flores.
Nombre: Edad: Sexo: Nivel educativo: Contexto: Fecha: Hora:
INSTRUCCIONES
Lee cuidadosamente cada pregunta y trata de contestar lo más sinceramente posible, puedes utilizar el espacio que consideres necesario.
PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO
1. ¿Qué opinas sobre la prevención del embarazo adolescente? 2. ¿Por qué crees que las adolescentes se embarazan? 3. ¿Qué información te gustaría conocer sobre la prevención del embarazo adolescente? 4. ¿Qué crees que las y los adolescentes necesitan para prevenir el embarazo? 5. ¿Cómo te han informado sobre temas de educación sexual?

8. ¿Qué es lo que te parece más atractivo de los medios que utilizas para informarte sobre la sexualidad humana?

9. ¿De qué manera te gusta que se aborden los temas que te interesan sobre la educación sexual?

10. ¿Cómo crees que los adolescentes deberían aprender sobre su sexualidad?

¡Muchas gracias por tu colaboración!