



UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

**GUÍA INTERACTIVA: MITOS Y REALIDADES SEXUALES DE
LOS ADOLESCENTES**

TESINA

**QUE PARA OBTENER EL DIPLOMA DE
ESPECIALIZACIÓN EN COMPUTACIÓN Y EDUCACIÓN**

PRESENTA:

LIC. TONATZIN YOLANDA SAINT LOUIS HIDALGO

ASESOR:

PROFESOR: ALBERTO MONNIER TREVIÑO

México D.F. 15 de Noviembre del 2004

AGRADECIMIENTOS

INTRODUCCIÓN i

CAPITULO 1. PROPUESTA COMPUTACIONAL EDUCATIVA

1.1 Planteamiento del Problema 1
 1.2 Justificación 3
 1.3 Enfoque de la Propuesta Computacional Educativa 6
 1.4 ¿Qué es la Autoconciencia de la Salud Reproductiva?..... 7
 1.5 Objetivos de la Propuesta Computacional Educativa 9
 1.6 Método convencional vs. Propuesta Computacional Educativa 9
 1.7 Investigaciones Realizadas acerca de los Mitos Sexuales 12

CAPITULO 2. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Educación Sexual

- + Educación sexual ¿Para qué? 15
- + ¿Es necesaria la educación sexual? 16
- + ¿Por qué es necesaria la educación sexual? 18
- + ¿Se debiera proporcionar la educación sexual en las escuelas? 19
- + ¿En que ha fallado la educación sexual? 20
- + ¿Cómo es la Sexualidad en la adolescencia? 22
- + ¿Cómo es el adolescente ? 23
- + Teoría del Constructivismo Radical 26

2.2 Mitos sexuales

- + Mentiras que todavía creemos y realidades 28
- + Evolución de los Mitos sexuales 31
- + Así han evolucionado las mentiras sobre el sexo 32
- + Mitos acerca de la sexualidad femenina 37
- + Mitos acerca de la menstruación 38
- + Mitos acerca de la sexualidad masculina 38
- + Mitos acerca de los problemas sexuales 39
- + Mitos acerca de masturbación 40
- + Mitos acerca de homosexualidad 40
- + Mitos sobre abuso sexual 41
- + Mitos acerca de la pornografía 41

2.3 Consideraciones finales acerca de la importancia de la educación sexual 42

CAPITULO 3. MANUAL DE SUGERENCIAS DIDÁCTICAS

| | | |
|-----|--|----|
| 3.1 | Presentación | 45 |
| 3.2 | ¿Cuál es la función del Manual..... | 46 |
| 3.3 | ¿Cómo esta organizado el Manual? | 46 |
| | ✚ Autoconciencia de la Salud Reproductiva | 46 |
| | ✚ ¿Qué es la autoconciencia de la salud sexual? | 46 |
| | ✚ ¿Cuál es la filosofía de la autoconciencia de la salud sexual? | 47 |
| | ✚ ¿Cuáles son los pilares de la autoconciencia de la salud sexual? | 47 |
| | ✚ ¿Cuál es el objetivo primordial del modelo de autoconciencia de la salud sexual? | 48 |
| | ✚ ¿Qué resultados se esperan en los jóvenes de la autoconciencia de la salud sexual? | 48 |
| | ✚ ¿Cuáles son las secciones que integran la Guía Interactiva? | 49 |
| | ✚ ¿Qué se espera del profesor para retroalimentar la Guía Interactiva? | 51 |
| | ✚ ¿Qué otros aspectos se deben considerar? | 52 |
| 3.4 | Rutinas | 52 |
| | ✚ Sexo-encuesta diagnóstica | 55 |
| | ✚ Guía Interactiva de los Mitos y Realidades sexuales | 57 |
| | ✚ Sexo_encuesta evaluativa | 59 |
| | ✚ Preguntas y Sexspuestas | 60 |
| | ✚ Notisexs | 61 |
| | ✚ Sexo-entretenimiento | 63 |
| | a) Humor_Sex | |
| | b) Memory_Sex | |
| | c) Sexo_arte | |
| 3.5 | Manual de Operación | 66 |

CAPITULO 4. PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN

| | |
|--|----|
| 4.1 Planteamiento del problema | 70 |
| 4.2 Preguntas de investigación de la propuesta..... | 70 |
| 4.3 Objetivos..... | 70 |
| 4.4 Hipótesis de investigación | 71 |
| 4.5 Metodología de la investigación | 72 |
| ✚ Tipo de investigación | 72 |
| ✚ Diseño de investigación | 72 |
| a) Sujetos | |
| b) Instrumentos de investigación | |
| c) Procedimientos | |
| d) Control de la situación experimental | |
| ✚ Tratamiento estadístico para el análisis de la información | 78 |

ANEXOS

| | |
|--|------|
| @ Cuestionario para adolescentes | A 84 |
| @ Prueba de Wilcoxon | A 91 |
| @ Modelo de Rangos señalados de Wilcoxon | A 93 |
| (Tabla de Wilcoxon) | |

| | |
|---------------------------|----|
| <u>BIBLIOGRAFÍA</u> | 94 |
|---------------------------|----|

Ese pecado bienaventurado

*Por más difícil que resulte el tema
no ha de ser prohibido,
porque en la vida sólo es un problema
lo desconocido.*

*Hay que aprender a descubrir el alma
y a querer el cuerpo un poquito más,
tener en cuenta que al final el bien
nos lo enseñaron mal.*

*Es necesario desterrar los mitos
que nos tiranizan,
vivir con todo a favor de aquello
que nos sublimiza,
y como adultos resolver el nexo
que armoniza el sexo con la libertad;
y como humanos ir un poco al grano,
que no es profano ni es un deshonor
ese pecado bienaventurado que se llama amor.*

*Si al fin nacimos
del pecado alado que se llama amor.*

*Eladia Blázquez,
Compositora y Creadora
Argentina.*

La enorme cantidad de mitos que giran en torno al sexo y a la sexualidad son a la vez la causa y efecto de la desinformación. Existen por ignorancia y generan ignorancia por existir. Algunos son temas de charlas recurrentes entre los adolescentes y no hacen más que causar hilaridad. Otros en cambio, a decir del sexólogo Juan Luis Álvarez Gayou “propician embarazos no deseados o, en el peor de los casos, llevan a la muerte. Pero además de sus posibles consecuencias trágicas estos mitos pueden fastidiar la vida sexual de la gente”.

De ahí que la presente propuesta computacional educativa titulada: [Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes](#), se refiere a la necesaria e imprescindible información y formación sexual que requieren los adolescentes, ya que en el pasado debe quedar atrás y para siempre el silencio, un silencio que no solo fue ausencia de información sino deformación manifiesta: mitos, prejuicios y engaños que pretendían detener la oleada de una juventud que casi a ciegas vive su sexualidad como puede.

Por ello es que considero ineludible e inaplazable el investigar los mitos que hoy en día los adolescentes siguen manejando con respecto al sexo y a la sexualidad, manejar la información sexual de manera clara y precisa, y además de una forma innovadora y divertida pues mi experiencia profesional me permite señalar que aún cuando existen diversas fuentes que abordan sexualidad, en la actualidad cada vez que preguntan los educandos adolescentes algo relacionado con su sexualidad, la única respuesta de los adultos son los mitos, que resultan explicaciones parcas, inadecuadas o mentirosas la mayoría de las veces.

Afortunadamente ahora sabemos que la educación sexual temprana no funciona como apología de la promiscuidad, sino que retrasa el inicio de la actividad sexual, que temple y capacita para los problemas a los que se enfrentarán los adolescentes un poco más tarde, porque precisamente son los jóvenes a quienes todavía una respuesta a tiempo les puede cambiar el futuro.

Dedicatorias

A mi esposo Rodolfo

Gracias por tu gran amor, por compartir mis sueños y empezar a convertirlos en realidad

A mi bebe

Porque tu maravillosa existencia me ha inspirado a tratar de ser mejor, a vivir cada día con más intensidad, y ver cada día como una nueva oportunidad de ser feliz.

A mis queridos viejos: Consuelo y Franck

Gracias por su cuidado, amor y apoyo incondicional y por estar siempre a mi lado en el momento justo.

A mis hermanos: Netza Tonatiuh

Por su cariño y comprensión que me han brindado a lo largo de mi vida.

A mi mejor amiga: Adela

Por todos aquellos momentos inolvidables que hemos compartido juntas .

A mis profesores

Por brindarme las herramientas necesarias para mejorar mi quehacer educativo y proporcionar a mis alumnos una educación y formación de mayor calidad humana y profesional.

1.1 Planteamiento del Problema

Uno de los aspectos fundamentales involucrados en el desarrollo humano es indudablemente el de la sexualidad. Su relevancia se pone de manifiesto al observar el interés que ha suscitado en todas las épocas de nuestra historia y en todas las latitudes. Se hace evidente en las manifestaciones artísticas, en la concepción sobre los orígenes de la vida, en las formas de organización social o dicho en términos generales en la cultura desde las civilizaciones más antiguas.

Sin embargo, a pesar de su relevancia, padres de familia y docentes a menudo caen en el dilema de si es conveniente proporcionar educación sexual a los jóvenes. Esto lo hacen sin darse cuenta que deseen o no educar su sexualidad, lo están haciendo día a día, a través de sus reacciones, actitudes y otras conductas cotidianas de la sexualidad. Entonces por lo general, asumen una actitud represiva, neutral o incluso evasiva; es una postura que abdica, que no solo deja planteados muchos problemas de formación que quedan sin solucionar, sino que además se agrava la situación de muchos jóvenes, ya que propicia la propagación de mitos, que queden confundidos y sobre todo que no resuelvan su problemática sexual.

De lo anterior se deriva una pregunta trascendental en la presente investigación ¿ Es importante promover en los educandos adolescentes una conducta sexual informada y responsable, liberada de ideas equívocas mitos y prejuicios? ¿Actualmente los adolescentes están recibiendo una educación sexual que satisfaga sus intereses, necesidades y expectativas?

Presumimos como especie de ser los más evolucionados. Con base en ello ostentamos el poder de educar los instintos. Convertimos el hambre en arte gastronómico creando belleza para modular un acto reflejo alimentario por supervivencia. De niños somos educados para contener el impulso de orinar y defecar cuando el cuerpo lo pide; a base de educación logramos controlar el instinto de eliminar los restos del metabolismo ordenando dónde, cómo y cuándo.

¿Acaso la sexualidad no merece igual trato?. Sería lógico. En cambio negamos, ocultamos, nos avergonzamos y finalmente fracasamos en educar el deseo sexual para convertirlo en algo eficaz al servicio de nuestros propósitos. Por culpa del silencio y la preservación de los mitos una de cada cuatro mujeres en nuestro país rige un hogar sin un hombre.

Por ese mismo silencio, el cáncer de cuello de matriz -que se provoca frecuentemente por las relaciones sexuales sin protección, que muchas veces llevan a la transmisión del Virus del Papiloma Humano (VPH)- es la primera causa de muerte de mujeres en México. Por no educar, uno de cada dos hogares viven violencia familiar. Por no formarse y estar presas de machismos ancestrales cercanos al esclavismo, las mujeres se creen tatuadas por la desfloración virginal y dicen "ya no sirvo". Se viven anuladas por el embarazo que la sociedad promueve contradictoriamente y dicen "fracasé". Se creen mujeres completas porque menstrúan y están convencidas de que dejan de serlo por la menopausia. Por el mutismo y la mordaza imperantes son contagiadas de SIDA por su compañero promiscuo aunque sean unas "santas".

Por no poder negociar la relación sexual y sus cuidados, las mujeres tienen hijos que no desean, aceptando solo el momento, sin mayor responsabilidad en las consecuencias. Por callar, el 10% de nuestros niños varones y el 15% de nuestras niñas son abusados sexualmente en la familia, y se callan o no les creen cuando se quejan. Por no informar, 366 mil embarazos tienen lugar en adolescentes menores de 18 años que no acabaron de crecer. Por no desterrar mitos, el sexo genera hijos que son abandonados en la calle, o abortos que se llevan de por medio la vida de las jóvenes, o parejas que fracasan porque todos disimulan y nadie dice la verdad de lo que siente.

Por no educar en sexualidad los hombres tienen miedo del tamaño de su pene y las mujeres del aspecto de su vulva desconocida. Por culpa del silencio las mujeres son explotadas y discriminadas en su trabajo, penalizadas por tener hijos, se les considera "viejas" toda su vida y se suicidan por estas causas. Esto es sexualidad, cuestiones de género y no necesariamente se está hablando del Kamasutra, sino de la condición humana.

De ahí que educar la sexualidad es necesario y no se vale el pretexto de que tenemos miedo a las palabras: el silencio nos está matando, alrededor de 600 mil niños murieron en el 2002 debido al VIH y cerca de 3 millones de adultos morirán en los próximos nueve meses. Hoy se sabe científicamente (lo reporta ONUSIDA, Programa conjunto de las Naciones Unidas sobre VIH) que las culturas que dan educación sexual desde la infancia, inician sus relaciones más tarde, que la precocidad es hija del primitivismo, no de la cultura, que *educar no los hace promiscuos sino responsables*.

Por tanto considero que se debe perder el miedo a informar con la verdad. Habrá que hacerlo sin miedo porque no hay vergüenza alguna, al contrario. El sexo es un don que poseemos, un premio biológico, un lugar de placer, de comunicación humana para dar y recibir una sensación física y moral positiva, no es algo oculto y siniestro. La sexualidad es un antiestrés, un premio frente a los sinsabores de la presión cotidiana. Pero como todo arte y sabiduría exige manejar el mecanismo, el proceso y las consecuencias. Conocerlo es una herramienta de libertad y crecimiento.

En cambio no saber acerca de ello nos convierte en analfabetas de algo que nos pertenece como esencia humana y ya sabemos que: "la ignorancia es la madre de todos los vicios". Entonces no hay justificación para seguir callando ó confundiendo.

1.2 Justificación

La sexualidad es una dimensión particularmente sensible a los cambios y controversias sobre los valores y normas; por ello, a pesar de la insistencia en regular la conducta sexual, el índice de desviación conductual con respecto a las normas de convivencia social, siempre ha sido considerablemente alto en todas las culturas, ya que privada de la cohesión de los principios éticos, de las fuerzas sociales y de las conveniencias individuales, la sexualidad se reciente de un concepto integral, siendo espectadores de ello, no solo los adultos, sino también niños y jóvenes, los cuales reaccionan con preguntas, actitudes y problemas muy diversos. Uno de los obstáculos que no permiten ofrecer a los adolescentes la posibilidad de un ejercicio integral, racional y responsable de la sexualidad son los mitos.

Los mitos se desarrollan a veces precisamente porque parece que tienen sentido o porque deseamos que sean verdad. La libre información sobre la realidad y los cambios socioculturales hacen que los mitos sexuales dejen de serlo. De ahí que los mitos sexuales muestran la escasa y muchas veces falsa información de nuestra sociedad sobre el sexo.


Los mitos sexuales se extienden como los rumores y tienen tanto fundamento como éstos. Una opinión no fundada sobre algo relacionada con el sexo, y expresada con la convicción que suele acompañar a la ignorancia se convierte fácilmente en una creencia de toda una comunidad o generación. Esta falsa creencia comienza a divulgarse como algo comprobado y real, convirtiéndose en un mito.


Las conversaciones sobre el sexo siempre se han visto plagadas de mitos. Y era de esperarse ya que los mitos son un intento por parte de las personas de dar explicaciones a cosas que a veces no entendemos del todo bien. Algunos mitos pueden llegar a ser hasta graciosos, sin embargo la mayoría sólo logra confundir y mal informar a la gente, al punto que pueden perjudicar la salud, causar problemas de pareja, formar estereotipos y preservar prejuicios y culpas.


El gran inconveniente es que como afirma la doctora Anabel Ochoa:


“Con culpa o sin ella el joven habitará el sexo, se tocará, tendrá suerte o abortará, destruirá sus planes de futuro con un hijo no deseado o lo abandonará en la calle, y muy fácilmente contraerá cualquier enfermedad que le puede costar incluso la vida. Todo por falta de información, por silencio cínico, por analfabetismo de los pretendidos custodios de la moral que niegan la evidencia humana, ciegos y sordos

en vez de afrontar las cosas y asumir mirando a los ojos como corresponde a la nobleza humana.

Se pueden hacer mejor las cosas escapando del silencio que nos esta matando".  (1)


Por tanto, recibir una buena educación sexual ayudaría a cambiar las estadísticas tan escandalosas que existen en México, por ejemplo: según Álvarez Gayou, " en el país dos de cada tres hombres eyaculan dos minutos después de ocurrida la penetración, el 40% de las mujeres son anorgásmicas (incapaces de tener un orgasmo)".  (2)


Además, existen alrededor de 400,000 madres de 19 años de edad promedio obviamente, la gran mayoría lo son sin haberlo deseado, "según la OMS a fines del 2002 cerca de 42 millones de seres humanos padecen el SIDA, 5 millones lo adquirieron solo el año pasado y alrededor de 600 mil niños murieron en el 2002 debido al VIH".  (3)


Asimismo, cerca de 3 millones morirán en los próximos 12 meses. Esto es cerca de 9000 personas por día. Tres veces más que las víctimas de los ataques a las Torres Gemelas de Nueva York. A diario se infectan "15,000 individuos, de igual forma cada año más de 300 millones de personas se contagian con una enfermedad de transmisión sexual y CONAPO, INEGI y el Instituto Mexicano de la Juventud publicaron a finales del 2002 que el 55% de los adolescentes entre 12 y 17 años en México ejercen su sexualidad. De este porcentaje la mayoría tiene relaciones sexuales sin protección, de aquí viene el número de embarazos no deseados en esas edades que es de 200 diarios".  (4)

Por lo anteriormente expuesto considero imprescindible el brindarles a los adolescentes una información sexual racional, de ahí que la presente propuesta computacional educativa titulada: [Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes](#), pretende ser preventiva e informativa, que los guíe y los confronte a su realidad, orientada a que los educandos adquieran conciencia de su comportamiento sexual despojada de mitos y prejuicios, ya que si hablamos de sexualidad

 (1)OCHOA, Anabel en Mitos y Realidades del Sexo Joven. Ed. Aguilar. México.2003 p.24

 (2) Ibidem p.46 El Autor Álvarez Gayou es citado por la Dra. OCHOA, Anabel en Mitos y Realidades del Sexo Joven. Ed. Aguilar. México.2003 p.24

 (3) Organización Mundial de la Salud/AIDS Foundation of South Africa/CNN.com Cifras del 2002

 (4) CONAPO. Antología de la Sexualidad Humana. México, CONAPO,1996,Tomo 1.

construiremos juntos una nueva manera de vivirla y compartirla más responsable y satisfactoriamente; para que así algún día el mito sea que en México no existe información sexual y no gozamos plenamente nuestra sexualidad.

1.3 Enfoque de la Propuesta Computacional Educativa

La presente propuesta computacional educativa [Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes](#) se elaboró con mucho esfuerzo y dedicación para los jóvenes y los profesionales que tratan con jóvenes, su objetivo es informar, reflexionar, analizar y desarrollar habilidades sobre el tema de la sexualidad y la salud sexual.

El marco conceptual que le da la vida a la presente guía es un enfoque orientado a *potenciar a hombres y mujeres de forma que puedan asumir un papel activo en la comprensión, conservación y mejoramiento de su propia salud sexual y reproductiva.*

[La Autoconciencia de la Salud Sexual y Reproductiva](#) enfoca al individuo y la comunidad como punto central para la atención de todos los aspectos de salud, de la sexualidad, el género, el potencionamiento del individuo y la comunicación.

Por tanto este enfoque esta centrado en el individuo: en potenciar tanto a la mujer como al hombre para comprender y apreciar su cuerpo, tomar decisiones sobre su propia salud sexual y reproductiva, y comunicarse mejor con su entorno social y personal.

Este enfoque ha sido desarrollado por la Universidad de Georgetown en el Instituto de Salud Reproductiva, con el fin de apoyar a organizaciones en el campo de la salud y la educación a integrar conceptos claves en la atención del hombre y la mujer, ya sea dentro de un contexto educativo ó clínico.

1.4 ¿Qué es la Autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

Se trata de un enfoque orientado a la salud sexual y reproductiva que potencia a hombres y mujeres de forma que puedan asumir un papel activo en la comprensión, conservación y mejoramiento de su propia salud sexual y reproductiva. Se basa en la comprensión que una persona tiene de la sexualidad masculina y femenina, la fertilidad, la planificación familiar y el embarazo. Esta comprensión incluye el conocer acerca del desarrollo y el crecimiento durante las etapas del ciclo de vida, también permite la comunicación entre las parejas con los prestadores de servicios y con otros miembros de la comunidad en relación con las inquietudes que tienen sobre su sexualidad.

¿Cuál es la filosofía de la autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

Esta filosofía se basa en el reconocimiento del poder que las personas tienen sobre sus propias vidas con el fin de que sean ellas mismas quienes definan sus necesidades y logren establecer una retroalimentación con los prestadores de servicios

¿Cuáles son los pilares de la autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

El enfoque de género
La salud sexual
El autoconocimiento corporal
La comunicación interpersonal

El enfoque de género identifica las diferencias que existen entre hombres y mujeres. Reconoce las influencias de la cultura y cómo los prejuicios de género pueden afectar la salud de hombres y mujeres.

La salud sexual favorece la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos.

El autoconocimiento corporal promueve la importancia de conocer, cuidar y valorar el propio cuerpo

La comunicación interpersonal desarrolla la capacidad de expresar sentimientos, deseos y necesidades sobre la vida sexual y reproductiva.

¿Cuál es el objetivo primordial del modelo de la autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

Promover que los jóvenes obtengan información y conocimientos que generen reflexión, análisis y discusión, encaminados a cuestionar valores y actitudes, así como a crear habilidades que beneficien la salud sexual y reproductiva.

¿Qué resultados se esperan en los jóvenes después de la Guía Interactiva?

En cuanto al enfoque de género que los jóvenes reconozcan:

- @ Las diferencias en formas de pensar, sentir y actuar de hombres y mujeres, eliminando los prejuicios de género
- @ La importancia de saber escucharse, entre hombres y mujeres
- @ La existencia de la desigualdad social entre los géneros, y que generen ideas para promover la equidad

En cuanto a la salud sexual, que los jóvenes se sensibilicen en:

- @ La toma de decisiones asertivas en cuanto a su salud sexual y reproductiva
- @ El riesgo de contraer una ETS, incluyendo el SIDA, o de embarazarse al tener relaciones sexuales sin prevención
- @ Incluir los valores de respeto y tolerancia en la propia sexualidad y en la de los demás.

En cuanto al auto-conocimiento corporal, que los jóvenes reconozcan:

- @ La importancia de reconocer el patrón normal de su cuerpo
- @ Las ventajas de tomar medidas preventivas con el fin de realizar auto-observaciones

En cuanto a la comunicación interpersonal, que los jóvenes comprendan:

- @ La oportunidad de romper barreras para mejorar la comunicación con familiares, amigos y profesionales de la salud
- @ La necesidad de aprender a negociar con la pareja sobre la vida sexual y reproductiva
- @ La importancia de habilitarse en técnicas de comunicación asertiva para expresar sus deseos, sentimientos e intereses.

1.5 Objetivos de la Propuesta Computacional Educativa

- @ Promover en los educandos adolescentes información sexual verídica y actitudes asertivas para evitar mitos, prejuicios sexuales y conductas irresponsables, desde una perspectiva innovadora.
- @ Propiciar en los alumnos, aprendizajes significativos, con respecto a su comportamiento sexual de manera diferente, amena y divertida, asumiendo un papel activo en la comprensión, conservación y mejoramiento de su salud reproductiva.

1.6 Método convencional vs. Propuesta Computacional Educativa

Es innegable el hecho de que desde que aparecieron en el mercado las primeras computadoras personales, se han convertido en un fenómeno omnipresente que ha cambiado el rostro del planeta. La agilidad en el flujo de la información, los grandes avances en el campo de la medicina, de la economía, etc., son algunos de sus muchos resultados. Todas las realidades de la vida social están equipadas con sofisticados medios computacionales. Actualmente, considero que la incorporación de los sistemas computacionales en las escuelas es uno de los principales factores que contribuyen a la optimización de la educación.

Sin embargo, no es la presencia de la computadora, por más numerosa y sofisticada que sea, ni la instrucción sobre el manejo de un abundante número de programas, lo que eleva la calidad de la enseñanza como se sostiene en algunos sistemas educativos. El éxito radica más bien en el uso que se le dé, como herramienta didáctica, en cada una de las actividades y procesos de aprendizaje conforme a la etapa de desarrollo de los alumnos. Aunque pueda parecer absurdo, también es cierto que las computadoras "crecen", en cierto modo, con los educandos.

Sin duda la computadora ya ha invadido el aula, pero estimo importante resaltar la existencia de una diferencia esencial entre lo que hace la máquina cuando procesa la información y lo que hace la mente cuando **piensa**, así como la necesidad que tal diferencia plantea; esencialmente,

la de que maestros y alumnos tengan especial conciencia de ella a la hora de integrar el recurso informático al proceso de enseñanza-aprendizaje. Es fuerte el embate de cierta ideología que insiste en desdibujar la frontera entre "máquina y mente", con el riesgo cierto de que "razón e imaginación" (facultades que la educación debe exaltar y fortalecer) resulten reducidas a imitaciones mecánicas de grado inferior.

De ahí que en este apartado se pretende argumentar porqué la presente propuesta computacional es una mejor alternativa para abordar los mitos que permean la sexualidad humana, que la alternativa convencional, ya que la "Educación sexual" tradicional ha abordado básicamente el tema de la "genitalidad". De hecho, los procesos relacionados con la anatomía, la biología y la reproducción han ocupado la mayor parte de los espacios de enseñanza en este campo.

La educación sexual en México se orienta fundamentalmente a los jóvenes sustentada en el paradigma de las ciencias naturales, de lo cual derivan modelos funcionalistas para la investigación y para su pedagogía. La primera al apegarse a su esquema reduccionista, impide el abordaje del problema de manera integral, dejando fuera de su interés los trasfondos sociales y psicogenéticos. En este sentido se tiene la idea que proporcionando información, generalmente de carácter biomédico, se modificarán las actitudes, sin considerar que éstas son reflejo de estructuras psíquicas de profundo origen transgeneracional.

Por ello en la presente propuesta computacional la adolescencia y la juventud se entienden como una forma de vida dentro de la cultura, a diferencia del viejo esquema que concebía a la pubertad y adolescencia como "etapas de crisis que necesitan ser superadas prontamente".

Los adolescentes, hombres y mujeres, a quienes va dirigida esta propuesta, se encuentran en un momento particularmente importante para tomar decisiones que les permitan recrear su existencia en lo personal, social y familiar, tomando como base lo recibido de las generaciones anteriores, pero optando por patrones que definan su identidad en una sociedad cambiante y plural. De ahí que la propuesta pretende ofrecerles la oportunidad de investigar, reflexionar y decidir libre y responsablemente sobre las expresiones de su sexualidad.

Asimismo intenta ofrecer un espacio para que no solo los y las estudiantes, sino también los maestros y maestras reflexionen y revisen su visión y actitudes frente a la sexualidad, dentro de un concepto integral, ético y objetivo.

Se trata, entonces, tanto de ofrecer a estudiantes mujeres y hombres, un espacio para compartir sus experiencias, enriquecer sus conocimientos y educarse en torno a su propia sexualidad, como de contribuir a que construyan una escala de valores desde una perspectiva ética, respetuosa ante todo de su derecho a tomar decisiones con responsabilidad.

Por lo tanto es que considero que actualmente los profesores nos encontramos con un gran reto, el cual es **la informatización de la educación, la cual es una realidad en nuestros colegios, que está presente en todos los niveles educativos**, ya que, por ejemplo, en educación básica secundaria son dos los objetivos fundamentales que se buscan en esta etapa: (1) formar en el alumno una cultura informática y un dominio técnico de los programas y paquetes computacionales más utilizados en el medio, así como de las nuevas tecnologías que vayan apareciendo, gracias a la guía de profesores competentes y de técnicos especializados; (2) apoyar la asimilación de diversas asignaturas, como las matemáticas, el español, historia, formación cívica y ética, las ciencias y el aprendizaje de idiomas modernos, con programas que favorezcan estrategias de razonamiento para la solución de problemas y la toma de decisiones en los alumnos (Explorer de Wing for Learning).

Por ello es que los docentes requerimos actualizarnos pues la consideración de esta tecnología en la enseñanza de cualquier nivel resulta ya ineludible, pero estoy convencida que esto no puede hacerse sin un cambio profundo en nuestra formación, sin un importante "reacomodamiento" de contenidos y estrategias de enseñanza-aprendizaje.

De ahí es que en el presente siglo se impone un uso *inteligente* del soporte informático, es decir, cuidar que la relación entre alumno y equipo sea interactiva, no mecanicista, contemplando así un espacio para el análisis crítico de nuestros educandos.

1.7 Investigaciones Realizadas acerca

de los Mitos Sexuales

La investigación sobre sexualidad se puede dividir en los siguientes rubros: conocimientos, actitudes y patrones de conducta relacionados con el ejercicio de la sexualidad y por otra parte la influencia de contextos sociales, familiares e individuales dentro de los cuales se dan las manifestaciones antes citadas, relacionadas con la sexualidad.

Bajo el rubro de conocimientos sobre sexualidad se encuentran los estudios llevados a cabo en relación con las creencias que las personas mantienen sobre sexualidad.

Con respecto a los conocimientos se ha reportado que muchos adolescentes, aún carecen de información sobre anatomía y fisiología reproductiva y no saben dónde acudir para obtenerla (Population Council, 1996). ⁽⁵⁾

Las creencias y mitos populares respecto a la sexualidad se encuentran presentes cada vez que se exploran los conocimientos de los adolescentes; así por ejemplo, el pensar que no se pueden embarazar cuando son muy jóvenes, cuando tienen relaciones sexuales por primera vez o cuando son relaciones esporádicas. Las ideas erróneas respecto a las formas de evitar el embarazo se asocian con actitudes de rechazo a los anticonceptivos.

En un estudio realizado por Pick de Weiss y cols. (1988), se reporta que el 58% de un grupo de adolescentes entrevistadas consideraron que los anticonceptivos causan enfermedades en las mujeres y 36.3% por ciento contestaron que las pastillas anticonceptivas producen esterilidad. Asimismo las creencias respecto a la fecundidad son ampliamente difundidas, el 38.6% por ciento de los adolescentes de la Ciudad de México manifestaron que una mujer se puede embarazar al ir a un baño público. ⁽⁶⁾

Por otra parte se realizó otro estudio sobre el papel del personal de las farmacias en la prevención de la transmisión del SIDA y se encontró que el 94.4 por ciento de los hombres y el 93.1 por ciento de las mujeres

⁽⁵⁾ PICK, Susan y Rolando Diaz. Panorámica de la Investigación Psicosocial en Sexualidad". En Antología de la Sexualidad Humana. México, CONAPO, 1996, Tomo 1, p.97

⁽⁶⁾ Ibidem p.99

farmaceutas conocía las principales formas de transmisión del virus VIH, que el 49.6 por ciento de los hombres y el 48.9 por ciento de las mujeres sabía que el condón se podía utilizar como forma de prevención de contagio del virus y que el 85 por ciento de los hombres y el 93.6 por ciento de las mujeres estaba dispuesto a tomar un curso sobre prevención del SIDA (Pick de Weiss, Reyes, Hernández, Álvarez y Cohen,1992) . ¹ (7)

“Otro ejemplo es la investigación que se realizó con el fin de evaluar el efecto del programa de educación sexual y para la vida familiar “Planeando tu vida” (Pick de Weiss, Aguilar, Rodríguez, Vargas y Reyes, 1988; Pick de Weiss, Andrade y Townsend,1990; Pick de Weiss, Andrade Townsend y Givaudan, en prensa). ² (8)

En ella se comparó los efectos de éste, a propósito de un programa de educación sexual tradicional, mostrando que, para aquellos adolescentes que ya habían tenido su debut sexual, había un incremento en el uso de anticonceptivos para los que habían tomado el Programa de “Planeando tu vida” mientras que no se encontraron diferencias en aquellos que habían tomado el curso de educación sexual tradicional”. ³ (9)

En otra evaluación que compara el programa educativo con un grupo control, se observó que no tenía efecto en la incidencia de relaciones, que aumentaba el nivel de conocimientos y que, si se daba antes que los adolescentes tuvieran relaciones sexuales aumentaba de manera estadísticamente significativa la probabilidad de que las tuvieran de manera protegida.

Por otra parte la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar MEXFAM y el Instituto para la salud reproductiva de la Universidad de Georgetown realizaron un modelo y un manual educativo de autoconciencia de la salud sexual y reproductiva , el cual constó de una investigación que midió cuatro indicadores básicos: conocimientos, actitudes, habilidades y prácticas del comportamiento sexual del adolescente; constatando que en conocimientos se observaron incrementos prácticamente en todos los indicadores. ⁴ (10)


¹ (7) Op. Cit.pág.89

² (8) Op. Cit.pág. 90

³ (9) Op. Cit.pág. 95

⁴ (10) MEXFAM, INSTITUTE FOR REPRODUCTIVE HEALTH GERGETOWN UNIVERSITY. Manual: Juntos planeamos el Futuro. México, 2000.

Esta tendencia fue constante en aquellos indicadores que representaron nuevos conocimientos como fertilidad, riesgo de embarazo, expresiones de la sexualidad, cambios de la pubertad y medidas preventivas de higiene. Esto puede ser debido a que las mujeres aceptan más su falta de conocimiento sobre los temas de sexualidad, mientras que los hombres suelen “saberlo todo”. Sin embargo se siguió constatando la presencia de mitos y prejuicios sexuales por parte de los adolescentes mexicanos.

Por lo tanto de acuerdo con Fishbein y Ajzen (1985), los conocimientos determinan las actitudes y éstas a su vez, influyen en las intenciones y en la conducta, de manera que la difusión de ideas erróneas acerca de la sexualidad, continua siendo un factor de gran peso dentro de la conducta sexual de los adolescentes.  (11)

 (11) Ibidem p. 113

2.1 Educación Sexual

Educación Sexual: ¿Para qué?

Es probable que algunas personas puedan decir: ¡Caray.. más cosas sobre sexo! ¿Que no es suficiente?. En efecto, no le faltará razón, ya que en los últimos años hemos visto una oleada de libros, revistas y materiales informativos, diversos y variados sobre las cuestiones sexuales. Sin embargo hay pocas aportaciones mínimamente serias y rigurosas dentro de ese pseudo mundo informativo, que en muchos casos, no han hecho más que aumentar la confusión y, en otras personas, potenciar la angustia que ha producido la ignorancia sexual durante décadas.

Se ha pensado que hay un gran hueco por cubrir dentro de la educación sexual. Si se nos apura, habría que decir que en nuestro país está casi todo por hacer. Lo anterior se afirma a partir del hecho de que tres décadas de educación sexual oficial no han abatido los embarazos de adolescentes ni las violaciones, ni las enfermedades de transmisión sexual. La página fue abierta por el entonces presidente Luis Echeverría, contra los vientos conservadores de la Unión de Padres de Familia, y desde entonces(1972), la educación sexual ha estado presente en los libros de texto. Sin embargo esta inclusión de la educación sexual no fue aceptada desde el principio, cada sexenio, la Unión de Padres de Familia y el grupo Próvida han mostrado abiertamente su desencanto sobre la educación sexual en escuelas públicas. En los años 80, el pánico al SIDA de muchas maneras paralizó. Estudios del sector salud de esa época reflejan la alarma: había mujeres casadas que resultaron infectadas y en la actualidad “más de cuatro millones de estudiantes, abandonaron la secundaria por embarazo al año, hay unos tres millones de infectados de SIDA y más de la mitad de los varones se resiste a usar cualquier tipo de preservativo, según cifras de la Secretaría de Salud”. ¹²

La artillería pesada contra la ignorancia, la información sobre anticonceptivos, parece ahora irremediablemente anticuada. Para muchos la educación sexual en nuestro país ha sido casi un arma secreta. Hasta ahora, un gran número de mexicanos no se atreve a confesar problemas respecto a su sexualidad y pedir ayuda especializada, indican sexólogos.

¹² (12)Revista QUOSexo. Primavera 2003 p. 33

Por tanto la propuesta de la presente aportación es un cambio de actitud. Es decir es una invitación a la reflexión y a la toma de decisiones y esta solo será viable siempre y cuando tengamos los medios informativos adecuados para ello, buscando información lo más veraz y confiable con nuestros padres y los educadores.

¿Es necesaria la educación sexual?

Si fuéramos por la calle, micrófono en mano, preguntando a las personas que piensan acerca de la educación sexual, seguramente nos llevaríamos algunas sorpresas al analizar las repuestas.

Tal vez la primera sorpresa sería, que la mayoría de estas personas nos contestaría que la educación sexual es muy importante y necesaria. La segunda sorpresa podría ser, que una gran parte de ellas nos dirían que no suelen hablar con sus hijos/as de cuestiones sexuales de la misma manera con que hablan de otros temas.

La tercera sorpresa es que nos justificarían esta situación con argumentos del tipo: "No se como hacerlo", "No estoy preparado/a", "Me da una vergüenza horrorosa", "Me pongo nervioso/a" " No quiere hablar conmigo"... y otras similares.

La cuarta sorpresa, por señalar otra más, podría ser que la gran mayoría nos afirma rotundamente: "No obstante no quiero que mis hijos/as sean educados como yo lo fui" o "No queremos que a ellos/as les pase lo que a nosotros nos pasó".

¿Cómo podemos entender estas contradicciones y ambigüedades?. La respuesta es sumamente difícil y compleja pero, a nuestro juicio, esas sorpresas son una realidad perfectamente constatable.

Para empezar hemos de partir de algo que todos sabemos: la sexualidad, el sexo, las cuestiones sexuales, han tenido un inadecuado tratamiento y escasa atención a lo largo de la historia. Esto del sexo, no ha estado muy bien visto en la historia reciente. Baste recordar la historia personal de cada uno para darnos cuenta de que las cosas no fueron muy satisfactorias.

Afortunadamente desde hace algunos años se están observando cambios importantes en este terreno. El arraigo de la Sexología como ciencia del hecho sexual humano, está dando paso a enfoques y trabajos

profesionales y rigurosos, dejando a un lado miedos infundados. Es una perspectiva más humana y real. Bien es verdad que el proceso está costando lo suyo, pero cada vez más se observan modificaciones. Lógicamente cuesta cambiar actitudes y creencias, métodos y criterios educativos, hábitos mantenidos e impuestos durante siglos.

La sexualidad es entendida como una dimensión global que afecta por entero a la totalidad de la persona. La sexualidad existe desde el nacimiento y está implicada activamente en el desarrollo, evolución, equilibrio emocional de la persona y en su estabilidad afectiva. En las relaciones interpersonales, en las parejas y matrimonios tiene una gran importancia. Por tanto separar la sexualidad del resto de la personalidad, supone escindir a la persona de su realidad concreta y vivencial.

Hasta hace pocos años la sexualidad era abordada únicamente como algo que servía para reproducir la especie, sobre todo en las mujeres. Los hombres podrían tener una consideración distinta, así como una conducta de mayor permisividad. Esta doble moral es uno de los resultados de la educación sexual realizada durante siglos.

Sin embargo en la actualidad una nueva concepción de la educación sexual y afectiva va extendiéndose poco a poco hacia una mayor normalidad. Las graves consecuencias que comporta una mala información sexual y las actitudes sexo negativas, por ejemplo en el caso del SIDA, están haciendo que ese proceso se acelere. En otros países ese proceso ya se ha dado, de tal manera que, más que de prevención, ya se comienza a hablar de promoción de la salud sexual.

El SIDA es un problema de salud mundial que afecta enormemente a la población adolescente. En este momento, la muerte por SIDA, es una de las más importantes causas de muerte en población juvenil. Seguramente ha habido acontecimientos impactantes - tal vez el caso Magic Johnson o el de Freddy Mercury, puedan ser buenos ejemplos - que han podido contribuir a que el SIDA adquiera ese carácter relevante que en los primeros años no se le daba.

La educación sexual, además de prevenir diversos problemas puede ser una forma útil y eficaz de promover una mejor salud y de mayor calidad. En nuestro país, muchos colectivos de enseñantes y sanitarios todavía siguen discutiendo y polemizando acerca de la conveniencia o no de la educación sexual. Nosotros estamos convencidos de que dirimir esa cuestión a estas alturas es una tarea condenada al fracaso.

¿Por qué es necesaria una educación sexual?

En primer lugar hemos de considerar los cambios acontecidos en todos los órdenes en la sociedad que, además de generar nuevas necesidades (por ejemplo el caso del SIDA o del embarazo no deseado en jóvenes), han puesto de relieve la necesidad de nuevos modelos de intervención. Nuevas necesidades que es preciso abordar con nuevos métodos de trabajo serios y rigurosos.

En segundo lugar diferentes investigaciones ofrecen datos de la realidad que muestran claramente las consecuencias de una inadecuada educación sexual y afectiva: problemas de relación, disfunciones sexuales en la pareja, desajustes personales....

En tercer lugar habría que citar los avances científicos que han modificado los tradicionales conceptos de salud. La salud ya no es solo ausencia de dolor y enfermedad, sino que hay un enfoque más amplio y global que incluye la dimensión sexual y afectiva. Ya se habla de salud sexual por ejemplo.

Sabemos perfectamente que el silencio, la evasión, la vergüenza, el demorar las respuestas...etc., son formas negativas de educar. En definitiva, preferimos que cada cual aprenda como pueda, en la calle, en la pandilla a través de los chistes verdes o los vídeos pornográficos, en relación a la casualidad o bien de una manera más planificada y seria a partir del centro escolar y en colaboración con la familia. Creemos que hay suficientes pruebas como para dejar de discutir sobre la necesidad de la educación sexual y comenzar a dar respuestas a las principales necesidades que tienen los educadores, los padres y los alumnos/as. Las evidencias actuales obligan a todos, especialmente a padres y educadores, a no eludir esta problemática.

El futuro sexual de sus hijos/as y educandos puede estar mediatizado por los criterios educativos por los que en este momento se oriente su educación. Nadie duda de que la educación sexual es una parte de la educación general del niño y de la niña. Una de las propuestas de este programa de educación sexual y afectiva es la necesidad de dar recursos a los jóvenes para que sepan afrontar con éxito su sexualidad y sus relaciones de pareja en un mundo cambiante y crecientemente permisivo. Recursos también para que, si esa es su decisión, accedan a las relaciones sexuales de manera satisfactoria, positiva y sin riesgos.

Es hora pues de afrontar, en nuestra modesta opinión, las legítimas responsabilidades. Porque si los padres y los educadores no lo hacen, ya lo hemos dicho, otros lo harán en su lugar (revistas, películas, comentarios morbosos, chistes... etc.)

¿ Se debiera proporcionar educación sexual en las escuelas?

La pregunta ya no es si se debe promover educación sexual, es mas bien, cómo se debe hacer.

Actualmente "mas del 93% de todas las escuelas públicas ofrecen cursos sobre la sexualidad o el VIH. Mas de 510 escuelas secundarias trabajan en coordinación con las clínicas de salud, y en mas de 300 escuelas se hacen disponibles los condones." ¹³ (13).

La pregunta ahora es si estos programas son realmente eficaces, y si no lo son, ¿cómo podremos mejorarlos? ¿ Porqué necesitan los jóvenes educación sexual? Los jóvenes necesitan información correcta para ayudarles a protegerse a sí mismos. Los Estados Unidos tienen mas del doble de las tasas de embarazo que cualquier otro país industrializado del extremo Oeste, mas de un millón de jóvenes quedan embarazadas cada año.

Los jóvenes tienen las más altas tasas de enfermedades transmitidas sexualmente (ETS) que cualquier otro grupo de otras edades, uno de cada cuatro contraen alguna ETS antes de los 21. Las ETS, incluyendo al VIH, pueden dañar tanto la salud como la habilidad reproductiva de un(a) joven. Todavía no hay cura para el SIDA.

La infección del VIH se está incrementando mas rápidamente entre la gente joven. Una de cada cuatro nuevas infecciones en los EE.UU. ocurre entre la gente joven menor de 22 años. En 1994, 417 casos nuevos de SIDA fueron diagnosticados entre jóvenes de 13 a 19 años, y 2,684 nuevos casos de SIDA entre los de 20 a 24 años de edad. Debido a que la infección pudo haber ocurrido hasta 10 años antes de ser diagnosticada como SIDA

¹³ (13) Organización Mundial de la Salud/AIDS Foundation of South Africa/CNN.com Cifras del 2002

esto significa que la mayoría de estas personas se infectaron con el VIH ya sea en la adolescencia o en la pre-adolescencia.

¿En qué ha fallado la educación sexual?

El conocimiento por si solo no es suficiente para poder cambiar la conducta. Los programas que principalmente se basan en brindar información sobre preceptos morales y sexuales-como funciona el sistema sexual del cuerpo, que es lo que los jóvenes deben y no deben hacer- han fallado. Sin embargo, los programas cuyo enfoque principal es ayudar a los jóvenes a cambiar su conducta-usando la dramatización, los juegos, y los ejercicios que refuercen su habilidad al socializar- han mostrado señales de efectividad.

En los EE.UU., la controversia sobre el mensaje que se le debe dar a los niños ha limitado los programas de educación sexual en las escuelas. Muy a menudo frases de valor moral como (mis hijos no deben tener relaciones sexuales fuera del matrimonio) se mezclan con frases contradictorias de hechos mal interpretados (de todas formas, la educación sexual no funciona). ¿Acaso deberíamos hacer todo lo posible por suprimir la conducta sexual de los jóvenes o acaso deberíamos reconocer que muchos jóvenes son sexualmente activos para así prepararlos a enfrentar las consecuencias negativas?

Los argumentos dictados por la emoción pueden representar un obstáculo para lograr evaluar los efectos de la educación sexual. Otros países han logrado mucho mas que los EE.UU. al afrontar el problema del embarazo en la juventud.

La edad en que se tiene la primer relación sexual es similar tanto en los EE.UU. como en otros cinco países: Canadá, Inglaterra, Francia, los Países Bajos y Suecia, sin embargo en estos países las tasas de embarazo entre los jóvenes son, por lo menos, la mitad de las tasas de los EE.UU..

La educación sexual en estos países se basa en los siguientes elementos: una política que favorece explícitamente a la educación sexual, una apertura hacia el sexo; mensajes consistentes a la sociedad y el acceso a los anticonceptivos. Muy a menudo el curriculum de educación sexual empieza en la secundaria, una vez que muchos de los estudiantes han comenzado a experimentar la sexualidad. Los estudios han demostrado que cuando se empieza la educación sexual antes de que los jóvenes se vuelvan sexualmente activos ayuda a los jóvenes a mantener la abstinencia y a que se protejan en caso de que se vuelvan sexualmente

activos. Entre mas pronto se empiece con la educación sexual mejor, quizás sería bueno comenzar desde la primaria.

¿ Cuales programas funcionan mejor? Reduciendo el Riesgo o "Reducing the Risk", es un programa para estudiantes de secundaria en áreas rurales y urbanas de California para reducir las relaciones sexuales sin protección, ya sea ayudando a que los jóvenes eviten tener sexo o que se protejan al hacerlo. Los grados noveno y décimos participaron en actividades experimentales para ayudarles a formar ciertas habilidades y a ser auto-eficaces. Se obtuvo como resultado que una gran proporción de los estudiantes que practicaban la abstinencia antes del programa, lograron mantenerse abstemios y las relaciones sexuales sin protección se redujeron entre aquellos estudiantes que se volvieron sexualmente activos.

"Atrasando la Actividad Sexual o "Postponing Sexual Involvement", un programa para Afro-Americanos del octavo grado en Atlanta, GA, utilizó a otros estudiantes o "peers" (del 11 y 12avo grados) para ayudar a los jóvenes a entender como la sociedad y sus mismos compañeros los empujan a tener sexo, también se les ayuda a crear y a aplicar la habilidad de resistirse a tener relaciones sexuales". ¹⁴ (14)

El programa les enseñó sobre la sexualidad humana, y anticonceptivos. Este programa redujo la cantidad de estudiantes que se habían mantenido abstemios antes del programa e iniciaban la actividad sexual durante el mismo y aumentó el uso de los anticonceptivos entre las mujeres que tenían experiencias sexuales. "Prevención del SIDA a Adolescentes de las Escuelas o "AIDS Prevention for Adolescents in School", un programa en Nueva York, NY, también aumentó el uso del condón después de dicho programa. Adolescentes Saludables de Oakland o "Healthy Oakland Teens" otro programa con la misma temática dirigido a estudiantes del séptimo grado en Oakland, CA arrojó los mismos resultados, que los anteriores, es decir , la mayoría de ellos pospusieron su debut sexual". ¹⁵ (15)

Los educadores les enseñan educación básica sobre sexo y drogas, y los "peers" del noveno grado son los que están a cargo de la parte interactiva de los ejercicios que se practican sobre valores individuales, la toma de decisiones, la comunicación y las habilidades sobre el uso del condón. Después de un año, los estudiantes que participaron en el programa

¹⁴ (14) <http://www.abcdesexualidad.com.mx>

¹⁵ (15) CONAPO. Antología de la Sexualidad Humana. México, 1996. Tomo 1
Ed. Porrúa. Página 87

estaban menos dispuestos a iniciar actividades sexuales tales como besos apasionados, manosearse los genitales, y las relaciones sexuales.

¿Cómo es la Sexualidad en la adolescencia?

La Sexualidad en la adolescencia se caracteriza por la curiosidad y la ansiedad respecto a su propio cuerpo que se está desarrollando y cambiando abruptamente y por el aumento repentino de hormonas sexuales, de las sensaciones sexuales y del instinto sexual.

A raíz de toda esta revolución que se desata dentro del adolescente, aparece la masturbación, que traduce el desarrollo biológico. En este punto aparecen diferentes discursos respecto a si la masturbación es normal, anormal... Debemos indicar que la masturbación es un signo más del desarrollo sexual del adolescente y es un acto completamente natural.

Los adolescentes son muy curiosos. Esa CURIOSIDAD propia de la edad los conduce, en muchos casos, a la iniciación temprana en las relaciones sexuales, que no es justamente un índice de LIBERTAD, ya que muchas veces se pierde por ello la capacidad de ser libre. Esta iniciación temprana tiene mucho que ver con la influencia de los medios de comunicación que imponen modelos de adolescentes sin límites, sin contención afectiva y con la búsqueda inmediata del placer.

Habría que tener en cuenta que todo esto puede llevar a la aparición de *embarazos no deseados de adolescentes* y/o al fatídico recurso del *aborto*.

Por lo tanto considero que los dos elementos esenciales de la sexualidad asertiva en el adolescente son:

- Ser libre y responsable para amar
- Ser capaz de controlarse a sí mismo, a través de la autoconciencia sexual y reproductiva.

¿Cómo es el adolescente ?

"El muchacho camina hacia la edad adulta a través de sus impulsos, sus contradicciones, sus errores y sus indecisiones..., es lo que se suele llamar adolescencia."

La adolescencia es el período que va después de la infancia y que se extiende hasta la edad adulta. En los chicos suele ir desde los catorce hasta los veinte años y en las chicas desde los doce a los dieciocho años. Es un período crítico, voluble, turbado al cual padres y adolescentes temen. Los padres porque ignoran las reacciones del hijo en ese período y cómo acercarse a él sin que se rebote y el propio adolescente porque teme el descontrol.

Para los padres es difícil entender que los hijos crecen y pueden pensar y actuar por sí mismos y para los "pequeños rebeldes" llamados adolescentes la madurez se les sube a menudo a la cabeza. La mayoría de los adolescentes experimentan cambios inexplicables, sensaciones corporales que escapan a nuestra comprensión, esas ganas de comerse el mundo a veces les trae consecuencias negativas y lo más importante para ellos es retar todo aquello que está prohibido. En esta etapa muchos de ellos enfrentan los primeros pleitos, el primer contacto con el alcohol y las drogas, el primer beso y la primera decepción en el amor.

El adolescente se lanza de forma impetuosa a buscar experiencias porque cree ya ser mayor y suficientemente inteligente para salvar todos los obstáculos que se le atraviesan en su camino hacia la consecución de sus objetivos. Pero a menudo parece que todo sale mal y además sólo puede confiar en los amigos porque los padres parece que dejaron de comprenderle.

El equilibrio se ha roto, los padres dejaron de protegerle y tiene que afrontarse con diferentes retos en la vida que le conducirán al mundo adulto. A menudo en este camino tropiezan con otros adolescentes cuyos vínculos familiares no sean demasiado fuertes, cuyos padres han dejado de preocuparse por ellos, o simplemente que sufrían algún trastorno conductual. Nuestro adolescente es todavía frágil y antes escuchará a uno de los suyos que a sus padres. Con esta suposición quiero llegar a concienciar la importancia de una guía que oriente de manera asertiva el andar de nuestros "pequeños rebeldes" ..

Los adolescentes necesitan al igual que los niños de una vida familiar segura, de un entorno adecuado donde poder encontrar la estabilidad que les conducirá hacia la madurez. Desorientados por sus contradicciones internas, buscan con afán un afecto y dirección donde poder comprender qué les está pasando. El mundo se le aparece bruscamente y así es como él lo explora, sin orden ni concierto, sin inicio lógico; el tiempo pasa pronto y tiene mucho que absorber. Su propio "yo" le deja perplejo y busca en agrupaciones, en valores espirituales, comprensión. Se quiere al amigo, se le admira, se confía en él y hasta se le imita.

Los padres y maestros tendrán que mostrarse seguros para afrontar ese período perturbador, deberán incrementar las normas y orden y sobre todo, tendrán que fomentar el acercamiento afectivo hacia su hijo ó alumno adolescente porque en ese vínculo es donde equilibraremos al adolescente para lograr que esa etapa sea recordada como una de las mejores de su vida y no como la peor.

De ahí que considero que la manera en que se acompañe a los jóvenes a esta edad, determina en gran parte el tipo y la calidad de relación con ellos en el futuro. Lo anterior se deriva del hecho que la adolescencia puede compararse con una especie de túnel por el que se tiene que pasar para llegar a la edad adulta. Es un pasadizo muchas veces oscuro y angosto, en el que no se alcanza a ver la luz de la salida.

Al emprender este camino, un niño experimenta la dificultad de haber dejado atrás su infancia y las seguridades de las que gozaba. No sabe exactamente cuánto falta, ni cómo es el camino que sigue; su única certeza es que, al finalizarlo, será una persona adulta.

Que un adolescente se sienta desolado y desorientado es natural y no debe alarmar a sus familiares y amigos. Está pasando por cambios físicos, psicológicos y emocionales, que incluso a él mismo le cuesta comprender.

¡Este niño está insoportable! exclaman constantemente los adultos, quienes se desesperan por la indiferencia, desobediencia y rebeldía de los adolescentes. Sin embargo, a estas actitudes es recomendable responder con atención, paciencia y comprensión.

Puesto que el túnel no es muy ancho, recorrerlo implica cierta soledad, y ésta permite empezar a descubrirse a sí mismo: las propias capacidades, sentimientos, anhelos y reacciones emocionales.

Lo primero que se descubre en esta etapa es la capacidad de caminar solo, y de ahí comienza el resto del aprendizaje. El adolescente se da cuenta también que puede razonar, entender la realidad, tomar decisiones propias y expresar sus sentimientos hacia otras personas.

Se empieza a valer por sí mismo y siente rebelión hacia todos los que le exigen el cumplimiento de ciertas normas de conducta o intentan transmitirle valores que ya había escuchado antes. Desde este momento quiere entender por sí mismo y convencerse antes de tomar una decisión.

Por primera vez se experimenta la necesidad de ser independiente. Así, poco a poco, empieza a romper esos lazos que lo hacen dependiente de sus padres u otras autoridades. El adolescente se siente ¿fuerte? y ¿grande? y le molesta que otros traten de intervenir en su vida. Muy en el fondo sabe que todavía no está suficientemente preparado para tomar muchas decisiones importantes de su vida e incluso siente la necesidad de los consejos de sus padres, pero no lo admite abiertamente.

Por eso los padres y maestros deben estar ahí, unos pasos detrás de ellos, pero siempre cerca. Sin hablar mucho, pero disponibles todos los días para cuando haya dudas y temores. Sin decidir por ellos, pero pendiente para cuando sea necesario dar un consejo.

Esto es debido a que cuando se vive rápidamente la adolescencia y se actúa como si ya se hubiera salido de ella, se corre el riesgo de dejar a un lado detalles que enriquecen la propia personalidad. Pedirle a un adolescente que madure inmediatamente puede resultar contraproducente.

El adolescente vive dentro de sí mismo una lucha intensa. Está en desacuerdo con muchas de las cosas que suceden afuera, pero a la vez las acepta cuando le conviene; le molesta la hipocresía de los adultos, pero los observa y descubre en ellos un ideal para imitar; aborrece la injusticia, pero se permite pequeñas trampas en los exámenes cuando lo necesita; defiende a sus amigos cuando son criticados, pero después critica a otros.

En este túnel, se empiezan a cruzar caminos. Todos tienen al final la misma salida, que es la edad adulta, pero la futura felicidad y rectitud de vida dependen de la ruta que se haya tomado y de las elecciones ante los momentos críticos que se vayan presentando.

Teoría del Cognoscitismo Radical

El Constructivismo Radical es aquella teoría que pretendo aplicar en mi propuesta computacional titulada: **Guía Interactiva de Mitos y Realidades del Adolescente** ya que considero que sus postulados son acordes a los planteamientos que se han manejado a lo largo del presente trabajo, debido que es una teoría que sostiene que **el mundo en el que vivimos lo debemos solo a nosotros mismos.**

Es decir que es fundamental la tesis de que el mundo que experimentamos lo construimos nosotros mismos aunque no reparamos-ciertamente no sabemos- en cómo realizamos ese acto de construcción.

El constructivismo radical sostiene análogamente a lo que sostiene Kant en su Crítica, que podemos en gran medida inferir las operaciones con las cuales organizamos el mundo de nuestra experiencia, y que la conciencia de ese operar, puede ayudarnos a hacer las cosas de manera diferente y tal vez mejor.

Asimismo propone una relación estrecha entre el conocimiento y la realidad, la cual es "absoluta", que supuestamente es independiente de toda experiencia y muestra que nuestro conocimiento ha de interpretarse, no como imagen del mundo real, sino tan solo como una llave que nos abre caminos posibles

La diferencia radical de esta teoría está en la relación entre saber y realidad, ya que mientras la concepción tradicional de la teoría del conocimiento, así como de la psicología cognitiva consideran esta relación siempre como un acuerdo o correspondencia gráfica (icónica), el constructivismo radical ve dicha relación como una adaptación o ajuste funcional.

Es prudente recordar que para la perspectiva constructivista como Piaget hizo énfasis, **el conocimiento es una actividad adaptativa.** Esto significa que uno podría pensar del conocimiento como un tipo de compendio de conceptos y acciones que han sido exitosas, teniendo objetivos en la mente.

En esta misma línea de ideas es preciso señalar que dicha teoría propone **necesarios cambios conceptuales** a partir del hecho que cualquier descripción es relativa al observador, de los que sus experiencias se derivaran.

Consecuentemente, siempre va a existir más de una forma de solucionar problemas o de enfrentar o llevar a cabo un fin o una meta determinada. Esto no significa que diferentes soluciones podrían ser consideradas

igualmente deseables.

Los cambios conceptuales son difíciles de llevar a cabo. De ahí que si uno adopta el enfoque constructivista, uno descubre que algunas de nuestras habituales maneras de pensar tienen que cambiar, debido al proceso de adaptación y acomodación de las estructuras cognitivas.

Otro de los aspectos medulares de esta teoría es la importancia que le otorga a la interacción social. Muchos escritos recientes han puesto énfasis en el componente social en el desarrollo del conocimiento conceptual y el término de construcción social ha sido distinguido, como parte esencial del desarrollo del sujeto.

El Constructivismo Radical esta acorde al presente trabajo ya que **el adolescente construye con sus experiencias vividas**, por ello es que cuando a los adolescentes se les exige o recrimina que su comportamiento sexual no ha sido el adecuado se esta siendo injusto con ellos, porque están construyendo su ética, su moral y su responsabilidad sexual con base en la experiencia individual.

Por ello es que de lo anterior se deriva la crítica a la educación sexual tradicional, porque los contenidos se han tomado fundamentalmente de los datos de la ciencia o de la ética. Esta es una fuente importante pero debe ser complementada por otra: la experiencia vital de los participantes.

Asimismo propone dicha teoría la construcción de las pluralidades, pluralidad es la construcción conceptual de un observador, es decir, el concepto de pluralidad es operativo no figurativo. Se deriva de operaciones mentales, no de material sensorio. Por ello para establecer una pluralidad, uno tiene que darse cuenta que un procedimiento de un reconocimiento particular, se ha tenido que llevar a cabo y que el mismo procedimiento del reconocimiento ha sido utilizado una vez más en el contexto experiencial, pero en diferente lugar.

De ahí es que la pluralidad se considera una parte elemental del conocimiento que tenemos que construir nosotros mismos.

El Proceso de Enseñanza-Aprendizaje y El Constructivismo Radical

Para la perspectiva constructivista, el aprendizaje, requiere de la propia regulación y la construcción conceptual de estructuras a través de la reflexión y de la abstracción. Los problemas no son resueltos por "respuestas correctas".

El deseo de alcanzar lo que uno cree al final de un esfuerzo es lo más reconfortante para la motivación. El proceso de investigar y llegar a la meta propuesta nos brinda más placer y satisfacción, que simplemente se nos diga que dimos una respuesta correcta. El maestro puede ser extremadamente efectivo en guiar y orientar el proceso de solución de problemas de los estudiantes.

Como dijo Thorndike(1898) “la motivación efectiva para que se de el aprendizaje consiste en permitir a los estudiantes que experimenten el placer el cual es inherente en la resolución de problemas vistos y escogidos como los propios”. ¹⁶ (16)

De ahí que el profesor se debe preocupar por lo que hay dentro de la cabeza del estudiante, el profesor debe escuchar al estudiante e interpretar lo que el estudiante hace y dice y tratar de construir un modelo de las estructuras conceptuales del estudiante.

Por ello es que el educador en sexualidad humana, considerado como un promotor de un cambio individual y social a través del cuestionamiento de normas y patrones existentes, tiene que asumir una actitud abierta; además de organizar los contenidos debe diseñar actividades y materiales adecuados y diferentes para que los alumnos busquen respuestas creativas a los desafíos que enfrentan, de manera que clarifiquen, afiancen o modifiquen los valores, los comportamientos, las actitudes y las habilidades con que enfrentan la solución de los problemas y la satisfacción de sus necesidades vinculadas a su comportamiento sexual.

2.2 Los Mitos Sexuales:

“ Mentiras que todavía creemos y realidades”

La palabra mito tiene hoy en día una connotación negativa de cuento, de engaño. Pero no siempre fue así. Los mitos originalmente son leyendas que se transmiten verbalmente generación tras generación, que tratan de enseñar las verdades de la vida para promover buenos consejos.

¹⁶ (16) Patterson CH. Bases para una teoría de la enseñanza y psicología de la educación. México. Ed. Manual moderno p.194

Se trata de un conjunto de narraciones y leyendas sobre el origen del mundo, del hombre y de los dioses.

Para Malinovsky": ***No es una explicación que satisfaga un interés científico, sino la resurrección de una realidad primitiva mediante el relato para satisfacción de profundas necesidades religiosas, aspiraciones morales convenciones sociales y reivindicaciones, inclusive para cumplimiento de exigencias prácticas***" ¹⁷ (17)

Así el mito griego de Edipo es retomado por Freud para explicar el amor sexual de un hijo a su madre, el de Narciso para explicar la egolatría de quien se enamora de sí mismo. Sin embargo lo anterior no evita que en el presente la palabra "mito" suponga también algo nefasto, una versión que desfigura lo real, que exagera desde el desconocimiento y da la apariencia de ser lo que no es.

De hecho el mito es también un invento de los seres humanos cuando trataban de hacer explicable lo que no se explicaban, una manera de tranquilizarse y de poder responder preguntas a los niños y adolescentes.

Por ello el "mito" puede sonar lógicamente a cuento en vez de a sabiduría, suena a mentira fabulada a versión impregnada por los resabios de nuestros ancestros que resulta obsoleta hoy en día, por falta de actualización, por hablar de un mundo que no es real. De esta manera acaba resultando dañino en vez de útil. Esto último es particularmente comprobable en el terreno de la sexualidad.

Parece que el ser humano evoluciona vertiginosamente en ciencia y tecnología, pero se congeló en su sabiduría sexual, se ocultó y silenció tanto tiempo que no progresamos con información clara, completa y veraz. Por ello cada vez que se pregunta algo relacionado con la sexualidad, la única respuesta son los mitos, que ahora si resultan explicaciones parcas, inadecuadas o falsas la mayoría de las veces.

Mito es que una mujer tenga que ser virgen e inexperta, al tiempo que el hombre debe ser experto. Mito es que una mujer que no es virgen ya no valga nada. Mito es que un hombre pierda su virilidad si es tierno y se ocupa de su hogar, Mito es que una mujer deje de serlo si trabaja, si toma decisiones, si es independiente y autosuficiente. Mito es que el varón necesite obligatoriamente varias mujeres y no pueda ser fiel por naturaleza.


¹⁷ (17) OCHOA, a. Mitos y Realidades del Sexo Joven. Ed. Aguilar . México, 2003.

Mito es que una mujer menstruando no pueda hacer el amor. **Mito es** que un hombre que tiene problemas de impotencia se le acuse de que “ya no es hombre” **Mito es** que una mujer sin pareja lleve el rótulo de “dejada” cuando quizá no le interesa esta opción. **Mito es** que alguien golpee, humille o someta porque dice que ama a la persona y cree tener derecho a ello. **Mito es** creer que existen las frías cuando se confunde con la falta de conocimiento del erotismo de las mujeres. **Mito es** decir que con el condón no se siente nada. **Mito es** pensar que los niños son tontos y que serán más castos si se les oculta la verdad. **Mito es** opinar que lo femenino es pasivo y débil y lo masculino fuerte y violento por naturaleza. **Mito es** alucinar que un homosexual o una lesbiana no tienen derechos humanos iguales a todos. **Mito es** asegurar que los ancianos no deben tener relaciones sexuales. **Mito es** que la presencia del himen es la prueba rotunda de la virginidad. **Mito es** que la masturbación es peligrosa y propicie taras mentales. **Mito es** que las minorías sean perversas **Mito es** que todas las mujeres sangran en su primera relación sexual **Mito es** que no se deben tener relaciones sexuales durante el embarazo **Mito es** que el hombre con un pene grande es más potente y gratifica más a la mujer **Mito es** que el sexo anal entre un hombre y una mujer indican inclinaciones homosexuales. **Mito es** que las poluciones nocturnas indican un trastorno sexual. **Mito es** que las mujeres no experimentan orgasmo nocturno. **Mito es** que las mujeres eyaculan al igual que los hombres. **Mito es** que la eyaculación y el orgasmo es el mismo fenómeno **Mito es** que los orgasmos simultáneos constituyen mayor placer que los experimentados en forma separada. **Mito es** que hay diferencia entre el orgasmo vaginal y el orgasmo clitoriano. **Mito es** que aquellos que se abstienen del sexo son los que gozan de mejor salud **Mito es** que el alcohol es un estimulante sexual. **Mito es** que la marihuana es un afrodisíaco. **Mito es** que el deseo sexual y la capacidad disminuyen después de la edad de 40 a 50 años. **Mito es** que no existe ningún período seguro para el coito sin riesgo de embarazo. **Mito es** que debido a las calorías, si la mujer se traga el semen, engorda. **Mito es** que el sexo oral es pervertido y bestial. **Mito es** que la masturbación es un hábito de los jóvenes e inmaduros. **Mito es** que una mujer no puede quedar embarazada la primera vez que tiene relaciones sexuales. **Mito es** que después del acto sexual, si una muchacha se da una ducha vaginal, no hay peligro de un embarazo. **Mito es** que retirar el pene de la vagina antes de eyacular es una forma efectiva de prevenir el embarazo. **Mito es** que la mujer no debe tomar la iniciativa en la relación sexual. **Mito es** que si te masturbas demasiado, probablemente te quedarás sin semen y te volverás estéril. **Mito es** que el hombre siempre está dispuesto a tener relaciones sexuales. **Mito es** que solamente los hombres se masturban. **Mito es** que la vasectomía te hace perder la potencia sexual. **Mito es** que el uso de la píldora anticonceptiva te puede producir infertilidad. **Mito es** que la vida

sexual de la mujer termina con la menopausia. **Mito es** que si en una relación sexual la mujer no goza es por culpa del hombre. **Mito es** que el SIDA solo lo contraen los homosexuales. **Mito es** que generalmente la primera relación sexual es maravillosa. **Mito es** en realidad cualquier versión de la sexualidad humana que promueva la gente mal informada y prejuiciada.

Por todo esto, es que se afirma que el desconocimiento sólo patrocina desastres. La falsa información es doblemente dañina porque ocupa un lugar que la persona cree resuelto en vez de buscar respuestas adecuadas.

Evolución de los mitos del sexo

"Los mitos sexuales que hoy perduran en nuestra sociedad son el resultado de la suma de esas tradiciones ancestrales que durante años representaron las normas sociales que no se podían transgredir", explica Mercedes Dalmau, licenciada en psicología y experta en sexología.  (17)

En un principio, el sexo tenía un sentido puramente biológico, pero el paso del tiempo lo ha convertido en uno de los ejes sobre los que giran los códigos sociales de conducta.

La ignorancia sexual también ha provocado la aparición de muchas falsas creencias.

Algunas, consideradas hoy como normales, hace siglos conducían a la hoguera a los que las practicaban; otras han ido evolucionando hasta ser calificadas como mentiras, pero por desconocimiento siguen aterrando a miles de personas.

"Prácticamente todos los mitos sexuales están orientados a conseguir perpetuar la especie humana", afirma Dalmau, una máxima que las religiones han puesto a la cabeza de sus dogmas.

Cada cultura ha utilizado distintos cauces para que estas creencias siguieran presentes. Por ejemplo, en Oriente Medio, el día de Año Nuevo los sacerdotes y sacerdotisas copulaban en público para garantizar la fertilidad el resto del año, y en Asia Meridional se pensaba que el semen se acumulaba en la cabeza y que quien tuviese más llegaría a ser un superdotado, por lo que no convenía malgastarlo masturbándose.

 (17) Ibidem p. 187

Así han evolucionado las mentiras sobre el sexo

San Agustín fue pionero en definir en Occidente cómo debía ser el acto sexual correcto: la postura (la mujer sobre su espalda y el hombre encima); el uso del orificio adecuado (la vagina) y el miembro apropiado (el pene). Poco después, los textos religiosos tipificaron las actitudes pecaminosas: fornicación (hacer el coito fuera del matrimonio), zoofilia, masturbación y sodomía (aquí incluían la homosexualidad y el sexo anal). Los teólogos no supieron cómo clasificar la prostitución, ya que según ellos, generaba un bien a los feligreses que la usaban.

En la Edad Media, el adulterio se incluyó en el listado de los pecados y el travestismo se consideró como un acto de brujería.

Fue en el siglo XIX cuando se produjo un cambio de planteamiento: según asegura Vern L. Bullough, catedrático emérito de Historia de la New York State University "se dieron cuenta de que si seguían ampliando la lista de pecados sexuales no habría jueces suficientes para establecer las penas contra quien los practicara, ni médicos que dieran abasto para atender las dudas nuevas que les planteaban todos sus pacientes". ^[18]

En Occidente, la tradición represiva judeocristiana ha influido en el enfoque de nuestros hábitos sexuales.

Casi todos los dichos populares que mencionan la sexualidad masculina exaltan las propiedades de los genitales del varón y su potencia sexual. Durante siglos, la iglesia católica ha fomentado la procreación sin ningún control, con el varón como abanderado de la prole. Aún hoy, esta idea no ha desaparecido: muchos hombres todavía creen que su virilidad es una muestra de poder y fuerza ante la mujer. La mayoría de las mentiras sexuales desprestigian al varón de genitales pequeños y potencia normal.

El pene debe adoptar una posición vertical durante la erección.

El doctor Alfred Kinsey, autor del "Informe Kinsey sobre la conducta sexual masculina, averiguó que sólo entre el 8% y 10% de los varones presentan el pene erecto casi verticalmente. Según Kinsey, la posición común entre hombres de todas las edades es ligeramente superior a la horizontal". ^[19]

^[18] (18) Ibidem p.190

^[19] (19) REINISH, J. The Kinsey institute New report on sex Mnew York: st Martins Press. 1991.
Página 57

Orgasmo es igual a eyaculación.

Aunque casi siempre se producen de forma simultánea, cada fenómeno está provocado por causas diferentes. Según asegura Francisco J. Labrador, catedrático de Modificación de Conducta de la Universidad Complutense de Madrid, la eyaculación hace referencia a la expulsión de semen, lo que a veces sucede sin que exista orgasmo; mientras que el orgasmo se refiere a las contracciones musculares de la pelvis que liberan la tensión sexual, y puede darse sin eyaculación. ⁽²⁰⁾

Un hombre viril puede eyacular varias veces durante un mismo coito.

Sólo en edades inferiores a 15 años es posible tener varias eyaculaciones seguidas con breves periodos refractarios. En 1984, los científicos Hartmann y Fithian aseguraron que los adultos también podían lograrlo fortaleciendo sus músculos pubocoxígenos, ya que así se retiene la eyaculación. En realidad, el tiempo de refracción varía en cada persona, y según la edad puede ir desde minutos hasta una hora. ⁽²¹⁾

El coito dura más tiempo si se realiza esporádicamente.

Ocurre lo contrario; cuando se mantienen pocas relaciones sexuales, el varón se excita más rápidamente y alcanza antes el orgasmo. "Es como cuando tienes hambre atrasada; lo lógico es que, al comer, ingieras más deprisa de lo habitual", afirma Berta Diamante. ⁽²²⁾


Un pene grande es más potente y da mucho más placer a cualquier mujer.

"El tamaño no es relevante en la sexualidad ni se corresponde con ningún atributo de virilidad", afirma Elena Ochoa, titular de Psicopatología de la Universidad Complutense de Madrid en la Guía de la sexualidad. "La capacidad de producir placer está más relacionada con la habilidad y el


⁽²⁰⁾ SECRETARIA DE SALUD. Encuesta Nacional sobre fecundidad y salud. México. Dirección General de Planificación familiar. 2002. Página 387

⁽²¹⁾ AGUILAR, J. Sexualidad. Lo que el adolescente debe saber. México. SITESA. 2003
Página 57


⁽²²⁾ Ibidem p. 45
Página 57

interés que con su dimensión", añade. La zona vaginal más sensitiva está en su parte externa, perfectamente estimulable por cualquier pene.  (23)

La vasectomía reduce la potencia.


La esterilización masculina se consigue a través de una sencilla intervención quirúrgica -con anestesia local- en la que se cortan los conductos que transportan los espermatozoides desde los testículos al líquido seminal. Tras ella, la eyaculación y la potencia continúan siendo prácticamente iguales (el líquido seminal sólo contiene entre un 1% y un 5% de espermatozoides). "Los únicos problemas que se plantean son los psicológicos, que a veces sí pueden llegar a provocar una bajada de erección, eso sí, casi siempre transitoria", afirma Berta Diamante, terapeuta sexual de la Sociedad Sexológica de Madrid.  (24)

La mujer anorgásmica es frígida.


El término frigidez abarca problemas relacionados con falta de respuesta: no lubricación ni vaso congestión vaginal, ausencia de cambios en el tamaño de la vagina... Mientras que la anorgasmia -que padece un 15% de las españolas- es incapacidad para experimentar orgasmos.  (25)


El orgasmo sólo es vaginal.

Cada mujer experimenta un tipo de orgasmo diferente: puede ser clitorídeo con la masturbación de esta zona vaginal, o inducido por la penetración durante el coito. El hecho de que Sigmund Freud calificara de inmaduras a las mujeres que aseguraban tener sólo el orgasmo clitorídeo, ha provocado que mintieran durante años cuando se les preguntaba cómo conseguían alcanzarlo.

Además, en 1972, el sexólogo June Singer describió otros tres tipos de orgasmos en la mujer: el vulvar, parecido al clitorídeo pero sin llegar a saciar todo el deseo; el uterino, cuando la mujer es penetrada y aguanta la respiración para llegar al clímax y el mixto, una mezcla de estos dos.  (26)

 (23) Ibidem p. 567

 (24) <http://www.sexsmitos.com.mx>

 (25) Ibidem. p- 36

 (26) Ibidem Página 49

El pecho grande implica una mayor disposición sexual.

Aunque, tal y como explica el antropólogo Marvin Harris, los hombres de las tribus primitivas se sentían atraídos por las mujeres de senos voluminosos porque garantizaban el alimento a sus hijos, esto no implica que éstas sean más excitables. Hoy se sabe que una mujer de senos escasos puede criar si tiene el suficiente número de glándulas lácteas, algo que no tiene que ver con el tejido graso, que es el que determina realmente el volumen. ^[1] (27)

El himen garantiza la virginidad.

Se trata de una membrana tan fina que puede romperse durante una exploración ginecológica, con un tampón, con algún ejercicio violento al abrir las piernas, e incluso en ciertas personas se disuelve en la pubertad. También hay quien nace sin él o quien, como afirma el ginecólogo Ángel Ruíz de la Hermosa, lo tiene tan dilatado que llega a dar a luz con él íntegro; a esto se le llama himen complaciente. ^[1] (28)

¿Existe o no el punto G?

Según los norteamericanos Whipple, Perry y Ladas, este punto -llamado G en honor a su descubridor, el ginecólogo alemán Gräfenberg-, es una superficie de unos 30 milímetros situada en la pared anterior de la vagina, a unos 5 centímetros de la apertura vaginal.

Pero no todos los estudiosos opinan igual: por ejemplo, Masters y Johnson afirman que sólo un 5% de las mujeres lo han encontrado. Hoy se cree que es posible que exista este punto, pero que quizás no lo tengan todas las mujeres. Además, su ubicación puede ser variable en cada caso. (Tomado de Anabel Ochoa . *"Mitos y Realidades del sexo adolescente"*.) ^[1] (29)

Hacer el coito durante la menstruación es malo.

En la cultura occidental se ha creído que la sangre del período era impura y sinónimo de enfermedad; por ello se evitaban las relaciones sexuales durante estos días, aunque lo cierto es que no existe ninguna razón de salud o higiene que lo desaconseje. Es más, en muchos casos contribuye a aliviar los dolores y molestias que se producen durante la

^[1] (27) <http://www.abcdesexología.com.mx>

^[1] (28) Ibidem

^[1] (29) Ibidem

menstruación. También algunas mujeres sufren un aumento de deseo en los días anteriores a la menstruación y durante la misma.

Las grandes mentiras del sexo también afectan a las parejas. Muchas son consecuencia de una sexualidad mal entendida a nivel individual que provoca miedos y tabúes que posteriormente, al no haberse superado, se proyectan de modo inevitable sobre el compañero sexual. ⁽³⁰⁾

Cuanto más tiempo dure el coito, más gratificante será.

El humano es el animal que más tiempo puede tardar en culminar el coito, aunque según afirma Berta Diamante, "en el hombre no suele haber demasiadas variaciones". Las distintas encuestas realizadas hasta el momento por P. H. Gebhard, y H. Hunt, coinciden en señalar que un coito oscila entre 12 y 15 minutos en las parejas estables y que lo realizan habitualmente. ⁽³¹⁾

Una pareja ideal consigue el orgasmo al mismo tiempo.

Que ocurra esto se debe más a una coincidencia que a la plenitud sexual de ambos. Además, según aseguran Master y Johnson, el 15% de las mujeres pueden disfrutar de varios orgasmos seguidos sin periodos refractarios, algo que prácticamente no le ocurre nunca a los hombres; aunque a lo largo de toda una vida sexual ellos tienen mayor número de orgasmos. ⁽³²⁾

Tener fantasías sexuales es sinónimo de infidelidad.

Los estudios sobre emociones elaborados por la psiquiatra N. Frijda afirman que es normal, aun teniendo una relación estable, fantasear con otra persona. "Lo único negativo es que vivimos en una sociedad monógama que no acepta la infidelidad aunque sea de pensamiento", afirma Berta Diamante. "Biológicamente todos nos sentimos atraídos por alguien más que la propia pareja, y esto no tiene porque significar nada negativo", concluye. ⁽³³⁾

⁽³⁰⁾ <http://www.vidahumana.com.mx>

⁽³¹⁾ Ibidem

⁽³²⁾ Ibidem

⁽³³⁾ <http://www.sexsmitos.com.mx>

Tragarse el semen es malo.

Si el hombre no tiene ninguna infección o alteración seminal, la ingesta de semen no es dañina. Los espermatozoides son un exudado estéril sin valor nutritivo: no engordan ni alimentan. Las enzimas gastrointestinales lo eliminan totalmente. ^[1] (34)

La masturbación no se debe practicar nunca en el matrimonio.

El informe del norteamericano H. Hunt desveló que “el 72% de los hombres casados y el 68% de las mujeres (de entre 20 y 40 años), se masturbaban 24 veces al año (ellos) y 10 veces al año (ellas)” ^[1] (35)

Mitos acerca de la Sexualidad Femenina

Los primeros especialistas en analizar la sexualidad femenina fueron hombres, lo que hizo que fuese descrita con el inevitable sesgo de la mirada masculina, en el seno además de una cultura machista. A ello se sumaron cuestiones culturales y religiosas ancestrales que facilitaron la creación de diferentes mitos sexuales. Sin embargo las actuales investigaciones acerca de los mitos sexuales demuestran que la forma de pensar de muchos hombres no ha evolucionado mucho.

A continuación se enumeran algunos de éstos mitos:

- Existen dos tipos de orgasmos diferentes en la mujer, uno vaginal y otro clitoridial.
- La vida sexual de la mujer termina con la menopausia.
- La satisfacción sexual de la mujer depende del tamaño del pene.
- No está bien visto que la mujer tome la iniciativa en la relación sexual.
- La ausencia del himen prueba que una mujer no es virgen.
- La mujer llega al orgasmo al sentir la penetración del pene.

^[1] (34) Ibidem

^[1] (35) Ibidem

- La extirpación del útero y los ovarios hace que la mujer pierda la apetencia y deja de sentir o gozar sexualmente.
- Toda mujer llega al orgasmo, pero algunas no lo sienten.
- La mujer que lleva preservativos en el bolso es una buscona.
- La mujer debe esperar a que el hombre le proporcione el orgasmo.
- La primera vez que se realiza coito se siente dolor y se sangra.
- Por naturaleza las mujeres tienen menos deseo que los hombres.
- "Soy frígida porque no siento nada".
- "No hay mujer frígida sino hombre inexperto".
- Una mujer adulta y madura debe tener siempre un orgasmo durante la penetración.
- La mujer tarda más en alcanzar el orgasmo que el hombre.
- Para que la mujer quede embarazada es necesario que hombre y mujer alcancen el orgasmo a la vez.

Mitos acerca de la Menstruación

- Las relaciones sexuales durante la menstruación tienen el peligro de infección o contaminación.
- Durante la menstruación, las mujeres no deben practicar deportes, ni bañarse, ducharse o lavarse la cabeza.

Mitos acerca de la Sexualidad Masculina

- La satisfacción sexual de la mujer depende del tamaño del pene.
- Un hombre siempre debe estar dispuesto a tener relaciones sexuales.
- Un hombre siempre está dispuesto y debe llevar la iniciativa en las relaciones sexuales.

- Si un hombre no se excita en una situación sexual "es anormal".
- Un hombre no debe decir nunca que "no" al sexo.
- El hombre que funciona bien sexualmente tiene erección cuando ve a una mujer.
- Un hombre debe tener una erección total para tener orgasmo y eyacular.
- Cuando un hombre pierde su erección es que no encuentra a su pareja sexualmente atractiva.
- Las personas de raza negra gozan de un mayor impulso y potencia sexual.
- Un hombre siempre sabe sobre sexualidad y sobre cómo llevar las relaciones sexuales.
- Un verdadero hombre no llora ni expresa sus sentimientos.
- Un hombre debe aguantar hasta que la mujer haya tenido su orgasmo.
- Cuando el hombre eyacula termina la relación sexual.
- Los hombres tienen mucho más deseo que las mujeres.
- "No hay mujer frígida sino hombre inexperto".

Mitos acerca de los problemas sexuales

- Sólo tiene eyaculación precoz el hombre que eyacula antes de penetrar.
- La eyaculación precoz la padecen sólo los hombres jóvenes.
- La eyaculación precoz se debe a defectos o trastornos físicos, de la próstata, fimosis,...
- Todo hombre que tiene un fuerte impulso sexual tiene eyaculación precoz.

- La eyaculación precoz desaparece con el tiempo.
- La eyaculación precoz puede solucionarse mediante inyecciones, pomadas, pastillas, o intervención quirúrgica.
- Un remedio contra la eyaculación precoz es tener pensamientos desagradables y/o ajenos al coito.
- Los problemas de erección en los hombres mayores se deben siempre a factores orgánicos.
- Impotencia significa pérdida de virilidad.

Mitos acerca la masturbación

- La masturbación es una práctica limitada casi exclusivamente a los hombres.
- La masturbación durante la pubertad disminuye la potencia sexual durante la adultez.
- La masturbación es físicamente dañina y disminuye la potencia sexual.
- La masturbación es un hábito propio de las personas jóvenes e inmaduras y frecuente conduce a la homosexualidad.

Mitos acerca de la Homosexualidad

- La principal causa de la homosexualidad es un desequilibrio hormonal.
- Un travestí y un transexual son la misma cosa, y ambos son homosexuales.
- A los/las homosexuales se les conoce normalmente por su aspecto externo.
- Los *gays* no son masculinos y las *lesbianas* no son femeninas.
- La mayor parte de los abusos sexuales niños/as son realizados por homosexuales.

- Los/las homosexuales, hombres y mujeres, lo son "de nacimiento".
- Las personas son o totalmente homosexuales o totalmente heterosexuales. No hay "medias tintas".

Mitos acerca del Abuso Sexual

- El abuso sexual es un hecho aislado que sólo padecen ciertos niños o niñas atractivos, mujeres jóvenes y bonitas, mujeres provocativas, etc.
- Las personas que cometen abuso sexual son depravadas y enfermas
- El abuso sexual a niños lo realizan personas desconocidas o extrañas, por la noche y en lugares ocultos o insólitos.
- Es imposible que el marido abuse sexualmente de su esposa.

Mitos acerca de la Pornografía

- La pornografía produce un efecto corruptor sobre la mente y la conducta de las personas.
- La pornografía empuja a las personas a cometer delitos sexuales.
- La contemplación excesiva de material pornográfico produce un deseo insaciable e incita al abuso sexual.

Por todo lo anteriormente expuesto se puede concluir que no es la información fría la que modificará esquemas de comportamiento, es la construcción social de la noción del hombre, del carácter indivisible del individuo y la sociedad, lograda en un escenario común donde lo informal y lo formal, lo íntimo y lo público se complementen, donde lo científico e institucional no presuma de panacea para la supervivencia de la especie humana.

2.3 Consideraciones finales acerca de la importancia de la educación sexual

Por muchos años la educación sexual no se incluía en nuestro vocabulario. Se creía que la sexualidad comenzaba cuando el individuo llegaba a la pubertad o cuando se casaba. Era una postura cómoda, ya que los padres y maestros no tenían que hacer un trabajo personal sobre su sexualidad, sino que la vida misma iba mostrando lo que se podía o no hacer dentro de la vida sexual.

Más adelante descubrimos que, se diera o no una educación sexual formal, los adolescentes desde pequeños sienten curiosidad, deseos e inquietudes sexuales y que, más que ignorarlas, las reprimen. Se confunden, se llenan de culpas y mitos que en un futuro hacen más difícil una vida sexual sana y placentera.

Los padres son los primeros educadores, pero no sólo por explicar detalladas cuestiones anatómicas y fisiológicas, sino por ser modelo de actitudes. Si los padres de un niño no se muestran como una pareja afectuosa, con manifestaciones de cariño, es en vano que le expliquen al pequeño que debe ser afectuoso cuando sea grande. Aún nos falta mucho que aprender de las necesidades de los adolescentes para adecuar la manera en que vamos a transmitirles la información y las experiencias, para saber qué es lo que vamos a enseñarles.

Una de las asociaciones peligrosas y falaces es ligar la educación sexual con lo antirreligioso, lo ateo y materialista, la pornografía, la droga, la disolución familiar y social. Creo firmemente que el amor, el cariño, la no discriminación, el respeto y la información son algo básico en la relación entre las personas, incluyendo lo sexual. Los valores de la gente no deberían ser demolidos contraponiendo sexo por un lado, religión y valores por el otro.

Hoy en día los adolescentes se encuentran ante un modelo de sexualidad abierta, donde todo se vale, donde de todo se puede hablar y hasta experimentar. Pero se nos olvida que los padres de estos adolescentes todavía vivieron con represión y están educando con doble mensaje. Es verdad que hoy en día hay mucha apertura, pero estamos en el extremo de un péndulo. Por muchos años fuimos víctimas de la ignorancia y de la represión sexual; de pronto el mundo se nos abre y se intenta no reprimir y para comenzar a educar. Pareciera que nos vamos al otro extremo, sin darnos cuenta del peligro en el que nos encontramos.

Por ello considero importante el generar una propuesta computacional de tipo educativa que aborde los mitos y realidades sexuales del adolescente desde una perspectiva psicopedagógica innovadora; con un tratamiento diferente a los métodos convencionales, ya que al realizar la investigación documental, definitivamente si existen muchos medios bibliográficos y audiovisuales que promueven información sexual, pero la realidad es que no todo lo que se maneja en los libros ó en la red es verídico, además que la mayoría de las páginas de Internet y los libros solo proporcionan la información de los mitos sexuales, pero muchos no explican la realidad y otros manejan información muy densa y desgraciadamente nuestra realidad educativa es que la mayoría de nuestros adolescentes mexicanos han sustituido el libro por la computadora, porque no les gusta leer y entre más texto observen menos interesados están en leer las notas; además de que no existe un material didáctico de tipo computacional que aborde este tema en específico, los hay para anatomía y fisiología de los órganos sexuales, enfermedades de transmisión sexual y métodos anticonceptivos, pero este tema ó lo abordan, a mi manera de ver de forma muy superficial ó de plano ni siquiera lo mencionan.

De ahí es que en mi propuesta computacional titulada: **Guía Interactiva de Mitos y Realidades sexuales del Adolescente** pretendo advertir a los adolescentes que la sexualidad es un terreno muy vulnerable, procuraré incitarlos a respetar los sentimientos de los demás, a no utilizar la sexualidad de una manera destructiva o explotadora, a no confundir la libertad sexual con la promiscuidad, con la sexualidad mecánica, ni con las exigencias de un nivel estándar de conducta sexual, a despojar algunas de las creencias equívocas que existen acerca de la masturbación las relaciones sexuales, la sexualidad femenina y masculina, la homosexualidad, métodos anticonceptivos y las enfermedades de transmisión sexual .

Por ello es que considero que al presentarle al adolescente de manera, innovadora, amena y divertida la información sexual, aunada a imágenes en ocasiones chuscas y llamativas, concientizarán acerca de su comportamiento sexual y ampliarán su bagaje cultural, disminuyendo así las posibilidades de un error que les puede costar un embarazo no deseado y marcarles toda su existencia ó en casos extremos la muerte, como la adquisición del VIH.

Lo anterior se deriva del hecho que podemos cerrar los ojos ante los mensajes sexuales que aparecen continuamente ante nosotros, pero ya es imposible. Aunque no viéramos ni la televisión, ni las revistas, ni películas, ni navegáramos en Internet, transitamos en las calles y observamos

espectaculares en el Periférico de mujeres con poca ropa, parejas abrazadas con pieles bronceadas y muy sensuales, etc., marcando estereotipos de mujeres, hombres y parejas que difícilmente llegaremos a ser o a tener. Es por eso que la educación sexual que incluye la parte biológica y emocional con valores y sentimientos es sumamente importante.

Nos da miedo lo que no conocemos, muchas mujeres se preguntan sobre cómo responder a sus hijos o cómo hablar con sus hijos adolescentes de sexualidad y considero que la respuesta siempre es: ¿Qué tan preparada se encuentra ante su propia sexualidad para responder desde el conocimiento? Y la respuesta generalmente es que "No se siente muy preparada, ni actualizada, ni informada en el tema" Pues quizás sea éste el momento de ponerse a trabajar, de ser responsables de nuestro cuerpo, de nuestro placer y ampliar conocimientos para poder ayudar más tarde a otros.

A partir de la década de los sesenta, se presiona mucho a los jóvenes para que experimenten el sexo prematuramente y con cualquier compañero/a. Considero que es importante que tanto los padres como los adolescentes sepan que hoy en día, cada minuto un joven en el mundo se contagia de una enfermedad de transmisión sexual, que la mitad de éstos no lo saben y si no se atienden, pueden convertirse en seres infértiles.

Es importante que se les mencione que a diario llegan muchas mujeres a los consultorios psicológicos exponiendo que no están satisfechas con su sexualidad y que muchas de ellas lo único que necesitan es eliminar culpas y aprender un poco más sobre su cuerpo.

Generalmente antes de que las mujeres se casen, se les dan los mejores consejos de cocina, de familias políticas, de economía, se les recomienda dónde comprar y cómo tratar a su pareja, pero no se toca el tema de la sexualidad. Suponen las madres de familia que ya lo saben o que lo sabrán con su pareja, ¿Por qué no brindarles una información sexual veraz y oportuna? ¿Por qué no quitarles algunos de los obstáculos con los que generaciones anteriores tuvieron que luchar con tanto trabajo y dolor?

Finalmente considero que no se debe mandar a los adolescentes a la guerra sin fusil. De ahí que tanto padres de familia como maestros debemos educar a nuestros hijos desde los valores, el amor, el respeto, la verdad y la veracidad, porque si no lo hacemos nosotros, lo hará la vida misma sin ningún cuidado.

Manual de Sugerencias Didácticas

3.1 Presentación

El presente Manual de Sugerencias didácticas de la propuesta computacional: “ [Guía Interactiva Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes](#)”, responde básicamente a la demanda de información verdadera, concisa y actual que, sobre sexualidad plantean nuestros adolescentes, esto es debido a que el sexo y la sexualidad son, aun en estos días de “apertura” y “desprejuicio”, cuestiones que siguen suscitando sentimientos muy ambiguos y negativos como la vergüenza, la culpa y el remordimiento; las personas hallan gran dificultad para acercarse e informarse adecuadamente sobre su sexualidad, lo cual ha ocasionado mucha ignorancia, escaso conocimiento y falsas creencias.

Además de información, el presente manual promueve nuevas perspectivas que permitan trabajar el tema de la sexualidad con nuevos horizontes, con nuevas herramientas metodológicas, en nuevos espacios sociales, con lenguajes claros, sencillos y significativos; todo esto en ambientes propositivos que enriquezcan la cultura y ensanchen los límites del conocimiento.

De ahí que la sexualidad, particularmente de adolescentes, es una materia relevante que compete a todos y todas, debido a que en los procesos de sexualidad adolescente, de una u otra manera, todos somos actores.

Por lo tanto el presente manual de sugerencias didácticas cumplirá con su cometido, siempre y cuando más que dejar datos concretos, siembre el interés en los distintos agentes educativos, por compartir opiniones, atender dudas, debatir contenidos, recibir propuestas o buscar informaciones de manera comprometida, respetuosa, intrafamiliar, interinstitucional e intergeneracional, para enriquecer así, cada uno en su espacio y su contexto, los procesos de desarrollo integral de adolescentes.

3.2 ¿Cuál es la función del Manual?

El Manual de Sugerencias didácticas tiene como propósito fundamental el guiar al coordinador que aplicará la [Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes](#), con la finalidad de que procure aprovechar al máximo la información vertida en ésta y al mismo tiempo se retroalimente con las aportaciones de cada alumno que interactúe con el material.

Lo anterior se deriva del hecho que un buen uso del presente manual, donde se han vertido reflexiones, experiencias y propuestas por parte del autor facilitará al docente el uso adecuado del material, permitirá a su vez que al conocer el enfoque, la filosofía, los resultados esperados y sobre las expectativas que se tienen acerca de su función como un promotor de cambio individual y social, tenga un panorama real acerca de los alcances y límites del mismo y su función sea más significativa para los futuros adultos del presente siglo.

3.3 ¿Cómo esta organizado este Manual?

El presente Manual de la [Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes](#) esta organizado de tal manera que el usuario lo maneje de forma fácil y sencilla.

Primeramente a manera de introducción se presenta el marco conceptual que le da vida al manual que es el enfoque de la [autoconciencia de la salud sexual reproductiva](#), con la finalidad de que el usuario lo conozca y lo asimile, para que al final lo aplique.

Posteriormente se presentan las seis secciones que integran la [Guía Interactiva](#), se aborda la importancia que tiene el profesor para la aplicación exitosa de ésta y finalmente se detallan las rutinas y se anexan sugerencias didácticas pertinentes para enriquecer dicho material.

Finalmente se incluye un Manual de Operación que tiene la finalidad de darle a conocer al usuario los requerimientos técnicos para el manejo adecuado del presente software

Considero preciso aclarar que a continuación se retoma de nueva cuenta el enfoque de la Guía Interactiva, que está incluido en el capítulo 2 en el marco teórico conceptual con la finalidad de que en caso de no haberlo leído ó contemplado es pertinente que el usuario tenga conocimiento de la orientación del enfoque y su filosofía.

Autoconciencia de la salud sexual y reproductiva

Marco conceptual

¿Qué es la autoconciencia de la salud sexual?

Se trata de un enfoque orientado a la salud sexual y reproductiva que potencia a hombres y mujeres de forma que puedan asumir un papel activo en la comprensión, conservación y mejoramiento de su propia salud sexual y reproductiva. Se basa en la comprensión que una persona tiene de la sexualidad masculina y femenina, la fertilidad, la planificación familiar y el embarazo. Esta comprensión incluye el conocer acerca del desarrollo y el crecimiento durante las etapas del ciclo de vida, también permite la comunicación entre las parejas con los prestadores de servicios y con otros miembros de la comunidad en relación con las inquietudes que tienen sobre su sexualidad.

¿Cuál es la filosofía de la autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

Esta filosofía se basa en el reconocimiento del poder que las personas tienen sobre sus propias vidas con el fin de que sean ellas mismas quienes definan sus necesidades, luchan por alcanzarlo y logren establecer una retroalimentación con los prestadores de servicios

¿Cuáles son los pilares de la autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

El enfoque de género
La salud sexual
El autoconocimiento corporal
La comunicación interpersonal

El enfoque de género identifica las diferencias que existen entre hombres y mujeres. Reconoce las influencias de la cultura y cómo los prejuicios de género pueden afectar la salud de hombres y mujeres.

La salud sexual favorece la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos.

El autoconocimiento corporal promueve la importancia de conocer, cuidar y valorar el propio cuerpo

La comunicación interpersonal desarrolla la capacidad de expresar sentimientos, deseos y necesidades sobre la vida sexual y reproductiva.

¿Cuál es el objetivo primordial del modelo de la autoconciencia de la salud sexual y reproductiva?

Promover que los jóvenes obtengan información y conocimientos que generen reflexión, análisis y discusión, encaminadas a cuestionar valores y actitudes, así como a crear habilidades que beneficien la salud sexual y reproductiva.

¿Qué resultados se esperan en los jóvenes después de la Guía Interactiva?

En cuanto al enfoque de género que los jóvenes reconozcan:

- @ Las diferencias en formas de pensar, sentir y actuar de hombres y mujeres, eliminando los prejuicios de género
- @ La importancia de saber escucharse, entre hombres y mujeres
- @ La existencia de la desigualdad social entre los géneros, y que generen ideas para promover la equidad

En cuanto a la salud sexual que los jóvenes se sensibilicen en:

- @ La toma de decisiones asertivas en cuanto a su salud sexual y reproductiva
- @ El riesgo de contraer una ETS, incluyendo el SIDA, o de embarazarse al tener relaciones sexuales sin prevención
- @ Incluir los valores de respeto y tolerancia en la propia sexualidad y en la de los demás.

En cuanto al auto-conocimiento corporal, que los jóvenes reconozcan:

- @ La importancia de reconocer el patrón normal de su cuerpo
- @ Las ventajas de tomar medidas preventivas con el fin de realizar auto-observaciones

En cuanto a la comunicación interpersonal, que los jóvenes comprendan:

- @ La oportunidad de romper barreras para mejorar la comunicación con familiares, amigos y profesionales de la salud
- @ La necesidad de aprender a negociar con la pareja sobre la vida sexual y reproductiva
- @ La importancia de habilitarse en técnicas de comunicación asertiva para expresar sus deseos, sentimientos e intereses.

¿Cuáles son las secciones que integran la Guía Interactiva?

Las secciones son las siguientes:

1. **Sexo-encuesta diagnóstica:** se pretende adquirir un conocimiento preliminar de los participantes. Además de que esta sección implica un proceso de autoevaluación, pues el educando concientiza qué tanto conoce acerca de la sexualidad.

Lo anterior se deriva del concepto de aprendizaje que se maneja en el presente manual el cual lo considera "como un proceso de reconstrucción de saberes culturales", de ahí que se consideren trascendentales los conocimientos previos del educando adolescente, los cuales se consideran como punto de partida para propiciar el aprendizaje, ya que sin ellos, aún cuando el material de aprendizaje este "bien elaborado" poco será lo que logre el educando.

2. **Guía Interactiva de los Mitos y Realidades sexuales:** se presentan los mitos y realidades contemplados en el cuestionario diagnóstico con su explicación y sugerencias.

Es preciso señalar que en la Guía de Mitos se pretende además de informar, concientizar tanto a la mujer como al hombre para comprender

y apreciar su cuerpo, tomar decisiones sobre su propia salud sexual y reproductiva, y comunicarse mejor con su entorno social y personal. Asimismo en cada reactivo además de la información que se le presenta al estudiante se encuentran adheridas pequeñas notas tituladas **¿Sabias Que?** las cuales pretenden sensibilizar a los usuarios acerca de la importancia de la sexualidad en su existencia.

3. **Sexo Encuesta evaluativa** permitirá conocer el grado de información sexual obtenido y modificación de actitudes y opiniones de los participantes durante la guía interactiva.

Es importante señalar que partiendo de la premisa que las actitudes son experiencias subjetivas (cognitivo-afectivas), que implican juicios evaluativos, que se expresan en forma verbal ó no verbal, que son relativamente estables y que se aprenden en el contexto social, en el presente material se tiene contemplado que el aprendizaje de las actitudes es un proceso lento y gradual, donde influyen distintos factores como las experiencias personales previas, las actitudes de otras personas significativas, la información y experiencias novedosas y el contexto socio-cultural, de ahí que se considera al maestro como un importante agente de cambio para promover actitudes asertivas en sus alumnos.

4. **Notisexs curiosas:** esta sección se refiere a notas sexuales curiosas y además se contemplan escalas numéricas sexuales, en donde se dan a conocer datos numéricos de tipo sexual.

En este apartado se considera a la curiosidad como una herramienta que nos va a permitir, reflexionar y darle sentido y significancia a nuestra sexualidad y a nuestro entorno social.

5. **Preguntas y Sexspuestas:** esta integrada por preguntas de diversas temáticas sexuales y sus correspondientes respuestas.

Esta sección tiene la intención de incrementar el acervo cultural sexual de los educandos adolescentes, promoviendo así una sexualidad informada, libre, pero sobre todo responsable.

6. **Sexo-entretenimiento:** esta sección esta encaminada al entretenimiento de los adolescentes; está integrada por un apartado de chistes de índole sexual, (**Humor Sex**); de un juego que es un memorama (**Memory-sex**) con temáticas sexuales y finalmente de un apartado titulado **Sexoarte**, en donde a través

de la técnica del body-painting, se puede apreciar, valorar y conjugar el arte de la pintura y el cuerpo humano.

En esta sección que esta integrada por los tres apartados, anteriormente descritos, se pretende que el educando aborde el tema del sexo y la sexualidad de manera amena y divertida.

¿Qué se espera del profesor para retroalimentar la Guía Interactiva?..

- @ En la Guía Interactiva se visualiza al profesor con un rol que merece reflexionarse a profundidad, ya que no sólo tiene la responsabilidad de atender a los alumnos, dar una retroalimentación en las actividades, dar una asesoría académica, sino además informar y asesorar a los alumnos de manera preventiva sobre como vivir una sexualidad responsable, ofreciéndoles un punto de vista crítico y alternativo acerca de los materiales a los que pueden acceder para informarse y cultivarse, creando y manteniendo condiciones que favorezcan la calidad de los aprendizajes y que apoyen a su formación, académica y personal.
- @ Como un promotor de un cambio individual y social a través del cuestionamiento de normas y patrones existentes, asuma una actitud abierta, además de coordinar los contenidos debe diseñar actividades y materiales adecuados y diferentes para que los alumnos busquen respuestas creativas a los desafíos que enfrentan, de manera que clarifiquen, afiancen o modifiquen los valores, los comportamientos, las actitudes y las habilidades con que enfrentan la solución de los problemas y la satisfacción de sus necesidades vinculadas a su comportamiento sexual.

¿Qué otros aspectos se deben considerar?

Es preciso señalar que el presente Manual de Sugerencias Didácticas tiene criterios claves, que deben ser considerados, los cuales son los siguientes:

- @ El uso de la computadora por si misma no enriquece la comprensión de los conceptos ni desarrolla habilidades, es necesario tomar en cuenta una metodología que utilice los recursos computacionales como medio de la transferencia del conocimiento y el desarrollo de las habilidades cognitivas. Por ello es que se sugiere respetar la secuencia de las rutinas.
- @ No se pretende sustituir al maestro, al contrario, éste es un factor clave para el enriquecimiento del material.
- @ La atención debe centrarse en los contenidos de aprendizaje y no en la actividad computacional empleada
- @ El uso de la computadora en el proceso de enseñanza-aprendizaje implica que los maestros intervengan de manera activa y junto con el educando de manera constructiva para alcanzar los objetivos pretendidos
- @ La actividad debe estimular el interés en el contenido de la materia y reforzar el significado y los detalles de los conceptos temáticos.
- @ El abanico de las habilidades cognoscitivas de los estudiantes es generalmente diferente; algunos tienen desarrolladas ciertas habilidades más que otros, por tanto la computación puede ofrecer dadas sus características, un enriquecimiento en la metodología de enseñanza-aprendizaje que cubra más habilidades cognoscitivas.

Al final del manual se incluye la bibliografía consultada, para profesores y educandos. Se espera que esta información sea útil para el manejo adecuado y efectivo de este manual.

3.4 Rutinas

Antes de iniciar con las sugerencias didácticas y la descripción de las rutinas que integran la **Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes**, es preciso señalar la trascendental función del profesor frente a los alumnos, ya que él será el responsable de crear un clima de respeto y confianza, para generar actitudes optimistas, responsables y constructivas.

Considero prudente precisar que la Guía Interactiva está diseñada para 6 sesiones de 50 minutos; es decir, una sesión para cada apartado, por tanto el profesor deberá tomarlo en cuenta para no saturar al educando adolescente y los resultados obtenidos sean mas productivos.

Por otra parte en el presente manual, interesa destacar dos aspectos importantes: [las estrategias y las pautas didácticas](#)

Las estrategias se pueden entender como el conjunto de los recursos y actividades propuestas por la guía interactiva y por el maestro en función de los propósitos del tema a tratar. Dichas estrategias pueden dirigirse hacia la asimilación de conocimientos, el examen y valoración de actitudes, ó la adquisición de habilidades y la ampliación de perspectivas.

Las pautas didácticas dan un énfasis determinado a los recursos empleados a fin de que sean congruentes con el enfoque de la guía interactiva.

Con respecto a las estrategias didácticas se considera conveniente incluir actividades de [apertura, desarrollo y cierre](#).

Para iniciar en las actividades de apertura el profesor introducirá a los alumnos en el tema de los Mitos sexuales y para ello, puede aplicar por ejemplo, alguna técnica grupal en la que los alumnos viertan los conocimientos y experiencias que poseen acerca de los mitos sexuales, en donde la principal [pauta didáctica](#) sería propiciar en el aula actitudes de apertura y respeto que posibiliten la libertad de expresión de todos.

Asimismo es preciso señalar que las sugerencias didácticas son externas al software debido a que se consideran como actividades complementarias, sin embargo el tomarlas en cuenta propicia el enriquecimiento del material.

La [Guía de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente](#) inicia con el desplegado del título del interactivo, aparece el asistente que es una abejita africana, la cual aparecerá en todas las portadas de las secciones. Posteriormente de manera introductoria se presenta una nota en donde se conceptualizan los mitos sexuales y cómo nos afectan, a continuación se le da la bienvenida al usuario y se le pide que registre su nombre, ésto con varios propósitos, para personalizar cada rutina y llevar un registro de su proceso de aprendizaje.



Después ingresa al [Índice](#) en donde se muestran las actividades a realizar, las cuales son las siguientes:

- @ [Sexo-encuesta diagnóstica](#)
- @ [Guía Interactiva de los Mitos y Realidades sexuales](#)
- @ [Sexo_encuesta evaluativa](#)
- @ [Notisexs](#)
- @ [Preguntas y Sexspuestas](#)
- @ [Sexo-entretenimiento](#)
- [Humor_Sex](#)
- [Memory_Sex](#)
- [Sexo_arte](#)



Asimismo, la pantalla de Índice está integrada por varios elementos; además de las secciones anteriormente mencionadas y del asistente, del lado superior derecho está desplegada la fecha y la hora. En esta pantalla el usuario deberá comenzar con la sexo-encuesta dando clic en ella.

Sexo encuesta (diagnóstica)

Se le presenta la Portada de la Sexo encuesta, brindándole una breve explicación, al terminar de leer el usuario debe dar clic y así comenzará el cuestionario diagnóstico.



Es preciso señalar que en la portada de la sexoencuesta además de los elementos antes descritos (el asistente, la fecha y la hora) aparecen dos iconos, en la parte inferior se encuentra el de salida (óvulo) y del lado derecho se encuentra el de entrada (espermatozoide), el educando deberá hacer clic en el espermatozoide para ingresar al cuestionario inicial.

El cuestionario diagnóstico está integrado por 22 preguntas, las cuales abordan diversas temáticas sexuales como son: sexualidad femenina, sexualidad masculina, masturbación, relaciones sexuales, embarazo, el sexo y las drogas, métodos anticonceptivos, SIDA y Virus del Papiloma Humano (VPH) con la finalidad de obtener un panorama preliminar de la formación e información sexual, con respecto a los mitos, que el educando adolescente maneja.



8. Las relaciones sexuales durante la menstruación no tienen el peligro de infección o contaminación

Cierto

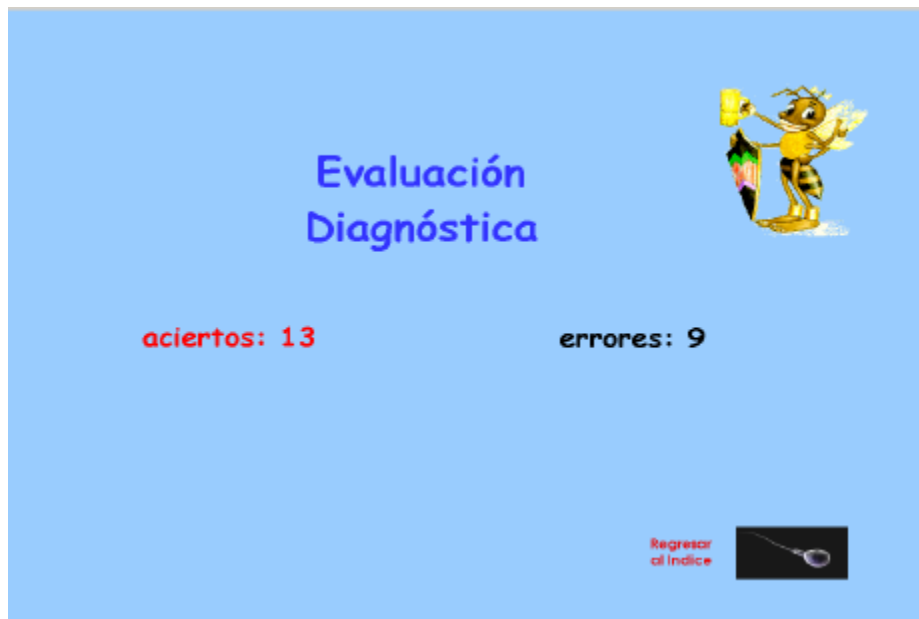
Falso

Regresar al índice

A screenshot of a quiz interface on a light blue background. On the left, there is a cartoon illustration of a woman with brown hair, wearing a pink top and green skirt, looking at a calendar. The calendar shows dates from 1 to 28, with a red line indicating the menstrual cycle. Below the illustration is the question text. On the right, there are two large, colorful, pixelated buttons labeled 'Cierto' and 'Falso'. At the bottom right, there is a small black button with the text 'Regresar al índice' and a small icon of a pointer.

Asimismo en el cuestionario el usuario observará del lado derecho una imagen acorde a la pregunta y del lado izquierdo dos opciones, cierto y falso; deberá dar clic en la opción que considere correcta y automáticamente aparecerá la siguiente pregunta.

Considero preciso aclarar que algunos de los reactivos están redactados en sentido negativo con la finalidad que el adolescente lea con atención las preguntas debido a que el material en sí, ya sea las imágenes ó el equipo de cómputo, pueden ser factores que lo distraigan.



Evaluación
Diagnóstica

aciertos: 13

errores: 9

Regresar al índice

A screenshot of a diagnostic evaluation results screen on a light blue background. The title 'Evaluación Diagnóstica' is centered in blue. Below it, the scores 'aciertos: 13' and 'errores: 9' are displayed in red. On the right side, there is a cartoon illustration of a bee holding a small yellow cup. At the bottom right, there is a small black button with the text 'Regresar al índice' and a small icon of a pointer.

Al final del cuestionario diagnóstico se le presentará una evaluación inicial, con el propósito de que concientice acerca de la información mitificada que pudiera llegar a manejar.

Una vez que haya observado su evaluación inicial, dará clic en el ícono del esperma para regresar al índice y posteriormente dar clic en la Guía de Mitos y Realidades Sexuales

Sugerencia Didáctica:

Es trascendental en esta primera etapa la participación del profesor para promover en los alumnos, la autoconciencia de su salud sexual y reproductiva, motivándolos a reflexionar sobre sí mismos, a valorar los conocimientos que ofrece la guía interactiva, la importancia de respetar las opiniones de los participantes, el derecho de cada participante a expresarse libremente, la oportunidad de expresar experiencias personales, hasta donde los participantes lo determinen, en un clima de privacidad y confianza,, verbalizar sus dudas aunque parezcan triviales, el respeto entre los géneros y la posibilidad de trabajar, jugar, escuchar, analizar y discutir en un ambiente de tolerancia y pluralidad.

De ahí que se propone orientar a los estudiantes en:

- a) El planteamiento de preguntas que les ayuden a identificar los aspectos que les son familiares y los que desconocen acerca del tema.
- b) El planteamiento de preguntas y dudas acerca del valor de los mitos sexuales en su vida diaria y la reflexión sobre la manera en que coinciden o se alejan de su punto de vista.

Guía Interactiva de los Mitos y Realidades sexuales

Una vez terminado el cuestionario diagnóstico los usuarios pasarán a la Guía interactiva, donde de nueva cuenta se muestran los 22 reactivos pero ya cada uno con su explicación. Es preciso señalar que el lenguaje utilizado procura ser sencillo y ameno, para que los alumnos comprendan su error. En este manual el error se considera como una oportunidad para reconsiderar los juicios y las creencias acerca de la sexualidad

1. Es perjudicial tener relaciones sexuales durante el embarazo porque puede perjudicar la salud o hacer daño al feto

FALSO

Contrario a lo que se se piensa el deseo sexual no decrece en el embarazo y sí ayuda a la relación de pareja.
"Puede disfrutarse más porque existe un lazo muy fuerte entre ambos.
Para el noveno mes, los orgasmos deben suspenderse, ya que provocan contracciones uterinas normales que pueden ocasionar un parto prematuro", indica Ramos.
Pero todo va a depender de la decisión de la mujer



 Sabías que...
El dardo en la cervice mide grande del campo hombre y mide 8,14 mm.

Salir  Continuar 

La pantalla de la Guía de Mitos está integrada del lado derecho por la pregunta, la respuesta adecuada y la explicación y una nota de Sabías que...? con la finalidad de que incorpore nueva información y se motive a continuar. Del lado izquierdo se encuentra la imagen acorde a la pregunta y los íconos de salida (óvulo) en caso de ser necesario y el de continuar(espermatozoide), en el que dará clic al terminar de leer la pantalla.

Cuando el usuario se encuentre en este apartado, recorrerá todos los reactivos con su explicación aunque no se haya equivocado, a manera de reforzamiento, debido que el hecho de que no cometa error no quiere decir que no tenga ideas erróneas ó preconcebidas.

Sugerencias Didácticas:

En esta sección el profesor tendrá la oportunidad de compartir sus conocimientos y experiencias con los alumnos, lo cual le plantea la necesidad de concebir su trabajo como una manera de ilustrar, examinar y orientar actitudes ante la vida.

Es prudente en esta sección realizar *actividades de desarrollo*, las cuales se centran además de las explicaciones del maestro que pueden enriquecer el material presentado, en las explicaciones que los alumnos sean capaces de formular tanto con base en su experiencia y conocimientos previos, como por medio de la información localizada en el material presentado.

En esta sección la pauta didáctica consiste en relacionar el tema de los mitos sexuales con la vida de los estudiantes, como por ejemplo:

a) Recuperar algunas de las nociones, experiencias previas y conocimientos de los alumnos.


b) Incorporar ejemplos y situaciones provenientes de la experiencia de los alumnos relacionados con el tema

c) Aplicar la técnica grupal de corrillos, la cual consiste en dividir al grupo en subgrupos y discutir acerca de los temas tratados en la guía, errores y aciertos de cada uno, exponiendo así los puntos de vista de cada integrante. Al final el profesor puede concluir recalcando la importancia de este ejercicio como una posibilidad de escuchar las opiniones, los sentimientos y percepciones sobre los temas sexuales, desde la perspectiva de género, además de permitir la comunicación entre hombres y mujeres.

Sexo Encuesta evaluativa

En este apartado se pretende vislumbrar los cambios cognitivos y actitudinales que el educando tuvo acerca de los mitos sexuales, una vez concluida la Guía Interactiva; es decir, las actividades de cierre estarán encaminadas a la evaluación, la cual estará dirigida a la asimilación de conocimientos, el examen y valoración de actitudes, la adquisición de habilidades y la ampliación de sus perspectivas.

Por tanto la pauta didáctica en este apartado no solo estaría encaminada a la asimilación de conocimientos sino a ejercitar las capacidades de comunicación, diálogo, expresión y juicio crítico



**Hola Tonatzin la *Sexo-Evaluación* consiste en percatarnos que tanto aprendiste acerca del sexo y de la sexualidad, durante el recorrido de la *Guía Interactiva*.
Elige la respuesta correcta y da clic en ella, al final sabrás tus resultados
Vamos a empezar**

Al término de la Guía automáticamente ingresará de nueva cuenta al Índice en donde el usuario tendrá que hacer clic en la Sexo-evaluación para así comparar los nuevos conocimientos adquiridos.

En la pantalla de la Sexo-evaluación el usuario observará una breve explicación acerca de la sección y se encontrarán los íconos de salida y de ingreso al cuestionario final.

Considero preciso aclarar el porqué se encuentran tan cercanas las evaluaciones, la diagnóstica y la final. Lo anterior responde a un propósito, debido a que en las secciones posteriores, la guía interactiva le seguirá proporcionando información complementaria al usuario, si se le hiciese al final la evaluación tal vez ya estaría muy saturado de información y algunas cosas ya no las recordaría y la finalidad del presente material es aclarar los mitos más usuales en los adolescentes, para que viva una sexualidad satisfactoria pero sobre todo responsable.

Sugerencias Didácticas:

Orientar a los alumnos en la reflexión y evaluación del tema abordado, así como la vinculación con su vida personal y social como por ejemplo:

a) Promover la reflexión en torno a las ideas y conceptos trabajados y compararlos con las explicaciones que se tenían al inicio del trabajo con el tema

b) Mediante preguntas, proponer el análisis de la manera en que el tema puede afectar las actitudes, una vez que se han incorporado nuevos conocimientos.

c) Orientar a los estudiantes, para reconocer que todo conocimiento, condiciona en cierta manera, la actuación de la persona y compromete con ciertos principios que pueden entrar en juego en diversos momentos de la vida de los estudiantes.

d) Propiciar ejercicios de valoración, los cuales son una invitación a valorar la propia conducta, lo cual dará bases para apreciar y fortalecer decisiones sobre los actos que se juzguen apropiados y razonables, así como, para modificar aquellos que no se justifican tras el análisis que se lleve a cabo sinceramente, como por ejemplo: ¿ Como pensaba antes y como pienso ahora? ¿Qué conocía antes? ¿Qué conozco ahora? ¿En caso de que en un futuro me enfrente a tomar una decisión acerca de mi comportamiento sexual, que aspectos tomaré en cuenta?

d) Invitar a los estudiantes a analizar cómo el nuevo conocimiento se relaciona con otros temas, cómo los enriquece y qué nuevas perspectivas les abre.

Preguntas y Sexspuestas

En este apartado se incluyen preguntas que tienen que ver con diversas temáticas sexuales y sus respuestas, con la finalidad de satisfacer algunas dudas que pudieran tener los adolescentes y que en la guía no fueron

contempladas, pues debe recordarse que una de las características que con mayor claridad define al ser humano es su capacidad y necesidad de formular preguntas.



Sugerencias didácticas:

Promover actividades donde tengan la oportunidad de formular preguntas pues contribuye al desarrollo de habilidades en la búsqueda de información. Asimismo el abordar con los alumnos el sentido de plantearse preguntas, abre la oportunidad de que aprendan a relacionar sus experiencias con la búsqueda de nuevos conocimientos.

Como por ejemplo:

- a) Preguntas que ayudan a construir nociones, valores y juicios al despertar la curiosidad: ¿Qué es la menarquía?, ¿Por qué suponen que los condones tienen esa forma cilíndrica?,
- b) Preguntas que ayudan a reflexionar sobre los propios valores y actitudes ¿Qué opinas de protegerte para evitar alguna ITS?, ¿Tu que harías si tu pareja te infecta?
- c) Preguntas orientadoras: ¿Te has puesto a pensar que puedes tener un embarazo no deseado? ¿Qué pasa con quien nunca piensa acerca de los métodos anticonceptivos?
- d) Preguntas destinadas a encontrar una manera de comprobar la información ¿Qué dice al respecto tu experiencia? ¿Conoces a alguien que tenga experiencias relacionadas con el tema?, ¿Qué dicen los libros al respecto?, ¿Qué dicen los medios de comunicación al respecto?

e) Preguntas de evaluación ¿Qué sabes hoy del tema que antes no sabías?
¿En cuales momentos de tu vida consideras que te será útil haber reflexionado sobre este tema?

Noty-sexs

En esta sección se presentan notas sexuales curiosas que tienen que ver con dimensiones, es decir con escalas numéricas en el mundo del sexo y la sexualidad.

Es preciso señalar que esta sección está muy relacionada con la anterior ya que si se profundiza en lo que significa sentir curiosidad, se encontrará que es una nota distintiva de los seres humanos a cualquier edad y que muestra el grado de complejidad que tiene la relación de los humanos consigo mismos y con el mundo.

Sentir curiosidad es experimentar insatisfacción de las cosas. De alguna manera se tiene la necesidad de que las cosas hablen más de sí mismas, se necesita percibir más de lo que los sentidos en un principio, brindan. Se busca que las cosas muestren lo que se sospecha que ocultan, porque se percibe que puede ser importante y valioso. Esto significa que la capacidad de sentir curiosidad, de hacer preguntas y de emprender esfuerzos por contestarlas, está íntimamente relacionada con la capacidad de valorar y de sentir que, dentro y fuera de cada persona hay algo importante que merece ser descubierto, conocido y tomado en cuenta.

En esta sección llamada Notysex encontraras notas sexuales curiosas y además entraras al mundo de las Escalas Numéricas Sexuales

Esperma

- Una gota de semen, equivale a esperar **400 millones** de espermatozoides.
- Vida: el cuerpo masculino es capaz de producir 200 millones de espermatozoides por día durante la vida (**), pero la supervivencia de **12 billones** de espermatozoides.
- Una espermatozoides puede sobrevivir solo **0.0000004** metros.
- Una gota de semen contiene **4.800 millones** de espermatozoides.
- En un vaso de semen contiene **20 millones** de espermatozoides.
- Además de vivir 100 años o más, el promedio, hay 200 espermatozoides, más que los humanos. **240 mil millones** de espermatozoides (***)

Salir  Haz clic para comenzar 

La carátula de esta sección se ilustra con espermatozoides, los cuales tienen datos numéricos acerca de su tamaño, del número de ellos en una eyaculación etc.. con el propósito que desde el principio el usuario se interese y motive.

Sugerencias didácticas

Promover la curiosidad en los educandos a través de técnicas grupales en donde ellos sean los protagonistas, promoviendo por ejemplo la investigación de un tema que tenga que ver con sexualidad y les parezca curioso, interesante, diferente y novedoso, ya sea en el periódico, en una revista o por medio del internet y después compartir con el grupo su experiencia.

Sexo_Entretenimiento

Esta sección está integrada por tres rubros los cuales se refieren a chistes con contenido sexual, un juego de memoria y el último rubro se refiere a la conjunción del cuerpo y el arte llamado body_painting con la finalidad de que los alumnos pasen un rato ameno y agradable y que concientizen que la sexualidad tiene un aspecto humorístico no obsceno y sano.



En la pantalla de esta sección, el usuario observa el título de la misma, el ícono que la identifica, un texto breve que lo invita a seleccionar uno de los tres apartados, del lado derecho, el cual se desplegará dando clic en

el ícono del espermatozoide y finalmente del lado derecho el ícono de salida en caso de ser necesario.

En el apartado referente a **Humor sex**, el usuario encontrará chistes de índole sexual, en los cuales se procuró no promover la obscenidad y si el respeto por los géneros.

En el apartado Memory-sex se presenta el juego de memoria en donde el alumno tiene que encontrar los pares. Cada par de tarjetas tiene imágenes relacionadas con las diferentes temáticas sexuales que se abordaron a lo largo de todo el material, con la finalidad de que pongan en juego sus habilidades memorísticas.

Finalmente el apartado de **Sexo-arte**, muestra la técnica del body-painting que consiste en pintar sobre el cuerpo resaltando la belleza y expresión del mismo. De esta manera los alumnos reconocerán que el cuerpo puede ser un medio a través del cual se expresen nuestras emociones.



Sugerencias didácticas

Promover en los educandos la idea de que la sexualidad se puede abordar de forma amena y divertida mediante anécdotas graciosas o chistes, sin caer en la vulgaridad ni en la obscenidad. Asimismo se puede invitar a los alumnos a retroalimentar el tema y promover la admiración del

cuerpo por medio del arte, investigando cuadros ó pinturas que reflejen la belleza del cuerpo.

Por otra parte con respecto a los juegos el coordinador podrá implementar otros juegos como es el maratón sexual, que se basa en el juego de maratón tradicional, que consiste en la realización de preguntas por medio de tarjetas solo que las temáticas de las tarjetas tendrán que ver con el sexo y la sexualidad. Los alumnos tendrán que elaborar las tarjetas en donde estarán contenidas las preguntas, las cuales deberán estar clasificadas por ejemplo: 1. Métodos anticonceptivos, 2. ITS, 3. Embarazo, 4. Órganos sexuales 5. Medidas preventivas. Además de que cada pregunta deberá tener un valor ya sea 1 ó dos kilómetros para avanzar. Asimismo deberán elaborar un tablero, el cual deberá estar dividido por kilómetros, como si fuera una carrera de automóviles ó un ralie e indicar el inicio y el final de la trayectoria; además deberán conseguir las fichas con las que cada participante jugará y un dado.

Para iniciar el juego será necesario un juez que realice las preguntas y exponga las reglas del juego. Los participantes seleccionarán una ficha para identificarlos y mediante el dado se determinará, a quien se le pregunta primero y a quien se le preguntará al final.


El primer participante echará el dado y de acuerdo al número que se indique, será el tipo de pregunta que se le realizará; en caso de que la respuesta sea acertada, el participante avanzarán en el tablero y en caso contrario el participante siguiente podrá contestarla, en caso de que nadie la conteste, deberá existir una ficha que sea la ignorancia, la cual avanzará sólo en estos casos.

Finalmente el primero que llegue a la meta ó al final de la trayectoria ganará el juego.

Para concluir, considero preciso argumentar que por las sugerencias didácticas anteriormente expresadas nos podemos percatar de la vinculación que tiene el software con la corriente del constructivismo radical, debido a que para la perspectiva constructivista el aprendizaje requiere de la propia regulación y la construcción conceptual de estructuras a través de la reflexión y la mayoría de las sugerencias didácticas están encaminadas a la autorreflexión para que a partir de sus propias experiencias el educando clarifique, afiance ó modifique su comportamiento sexual.

3.5 Manual de Operación

Aspectos a considerar

- El manual pretende ilustrar sobre la forma del manejo adecuado del presente software .
- SE RECOMIENDA ESTUDIAR EL PRESENTE MANUAL EN FORMA ORDENADA Y SISTEMÁTICA .
- El profesional deberá en todo momento ajustarse a las condicionantes del programa.
- En todos los casos en que se indica "picar", se sobreentiende que es la operación de oprimir el botón izquierdo del mouse, estando el puntero posicionado sobre la opción deseada.
- Todas las pantallas tienen íconos de ingreso, continuación y salida El icono con la imagen de un óvulo es para salir del sistema y del espermatozoide sirve para ingresar ó continuar y está presente en todas las pantallas del sistema.
- En la eventualidad de registrar fallas de grabación o inconvenientes con el programa, sírvase ponerse en contacto con el autor preferentemente vía mail a la dirección indicada al pie de la presente página. 

Requisitos de hardware

- @ **PC:** Pentium, Intel celerón ó compatible . CPU de 750 MHz ó superior
- @ **Memoria (RAM):**
Mínimo 350 MB
- @ **Espacio libre en disco duro:**
Requiere de 700MB de espacio libre en su disco.
- @ **Unidad de CD-ROM:**
Mínimo 24x
- @ **Requisitos de pantalla de video:**
Requiere una resolución de pantalla de 1024x768
Píxeles

@ **Requisitos de sonido:**

Cualquier tarjeta de sonido compatible MPC, capaz de reproducir sonidos de forma de onda y MIDI, como: The Microsoft Windows Sound System, Tarjeta de sonido Creative Labs, Sound Blaster o compatible, Tarjeta de sonido Media Vision Pro Audio o compatible.

@ **Ratón:**

Ratón con dos botones

@ **Teclado:**

Teclado estándar de 101 teclas, tipo IBM o compatible.

Requisitos de software

@ **Requisitos de sistema operativo:**

Microsoft Windows 2000, XP
Fuente: Century Gothic

@ **Requisitos de la aplicación:**

Authorware professional Version 2.0 for Windows

Instalación

Instalación de la Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente:

1. Inicie Microsoft Windows.
2. Inserte el CD-ROM de Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente en su unidad lectora de CD-ROM.
3. Abra authorware y de clic en el apartado correspondiente al CD
4. Seleccione el archivo inicio0 y se ejecutará el interactivo.
5. Seguir instrucciones del interactivo

Sugerencias para la configuración de su PC

Características de la Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente requiere un mínimo de 350 MB de memoria (RAM) para funcionar.

Verifique que la memoria disponible sea la adecuada, aunque Windows le permite ejecutar más de una aplicación simultáneamente, es muy recomendable que cierre todas las aplicaciones que tenga abiertas para liberar toda la memoria disponible cuando corra el presente software

Ejecución con poca memoria o ejecución lenta

Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente utiliza la memoria de sistema de su PC para mostrar las imágenes. Si la aplicación se ejecuta muy despacio o si encuentra errores de memoria insuficiente, el programa probablemente no tiene suficiente memoria.

Trate de hacer lo siguiente para mejorar el rendimiento de su PC:

1. Cierre todas las aplicaciones innecesarias.
2. Determine cuánta memoria en total tiene disponible su PC. En el símbolo del sistema de MS-DOS, escriba `mem` y presione ENTER. Necesita al menos 8 MB de memoria RAM total para utilizar el presente software. Si no tiene un mínimo de 8 MB de memoria, no podrá ejecutar la aplicación hasta que agregue más memoria.
3. Si está ejecutando Windows en modo extendido, configure un archivo de intercambio permanente en su disco duro. Se recomienda un archivo de intercambio de al menos 4MB (4 196 KB). Consulte el Manual del usuario de Microsoft Windows para más información.

Controladores de video

Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente requiere una resolución de pantalla de 1024x768. Además, necesita que su adaptador de vídeo muestre colores verdaderos o de alta densidad en Windows.

- Para llevar a cabo lo anterior:
 1. En su pantalla principal, haga clic con el botón derecho del ratón.
 2. Seleccione propiedades.

3. En la ventana de propiedades de pantalla, seleccione configuración.
4. Haga clic en área de escritorio y seleccione 1024x768
5. En paleta de colores seleccione colores de alta densidad.
6. Haga clic en aceptar y aparecerá un cuadro de diálogo en el cual le informa su PC, que va a configurar de acuerdo a lo seleccionado; en algunos casos, se oscurece la pantalla (en otros le indica que se reiniciará), en 15 segundos le pregunta si acepta la configuración de la pantalla y tendrá que hacer clic en sí.

Solución de problemas

Si tiene problemas para leer su CD en su unidad lectora y está usando windows 2000 ó XP, haga lo siguiente:

- Abra panel de control, sistema

Seleccione la ficha rendimiento

Haga clic en el botón sistema de archivos

Seleccione la ficha CD-ROM

En "optimizar esquema de acceso para....", seleccione sin

- prelectura y haga clic en aceptar.

PROCOLO DE INVESTIGACIÓN

4.1 Planteamiento del problema de la investigación de la propuesta

Después de haber realizado la propuesta computacional titulada: [Guía Interactiva de Mitos y Realidades Sexuales del Adolescente](#), surge la necesidad de llevar a cabo una investigación de tipo experimental la cual tenga como propósito el verificar si efectivamente la propuesta computacional, cumple con las expectativas planteadas anteriormente descritas.

De ahí que en el presente apartado se presentan los fundamentos y elementos de carácter metodológico que caracterizan al presente protocolo de investigación.

4.2 Pregunta de Investigación de la Propuesta Computacional

Mediante el proceso de la investigación ha surgido la necesidad de plantear la siguiente interrogante:

¿Mediante la propuesta computacional, los educandos adolescentes adquirirán mayor información sexual, eliminando mitos y prejuicios, y manifestarán actitudes asertivas, que con el método convencional?

4.3 Objetivo de investigación de la propuesta

Después de plantear la interrogante que motiva a la búsqueda sistemática y objetiva de conocimientos fidedignos, surge el objetivo de la investigación de la propuesta, el cual será el eje fundamentales de la presente investigación:

@ Averiguar si la información sexual de los educandos adolescentes es mayor con la aplicación de la propuesta computacional que con el uso del método convencional.

4.4 Hipótesis

Hipótesis de investigación:

Mediante la aplicación de la propuesta computacional, **Guía Interactiva de Mitos y Realidades sexuales** los educandos adolescentes adquirirán mayor información sexual científica y actitudes asertivas, que con el uso del método convencional.

Asimismo una hipótesis que pretende ser verificable debe relacionar variables, por tanto las variables que confirmarán la hipótesis de investigación anteriormente expresada fueron las siguientes:

Variable Independiente:

Nivel de Información Sexual

Variable Dependiente:

La puntuación obtenida en un cuestionario acerca de mitos y realidades sexuales (Cuestionario para Adolescentes).

Variables categóricas ordinales

- @ Información científica: es aquella que esta basada en conocimientos científicos
- @ Información con verdades a medias: es aquella que está influenciada por conocimientos científicos y también por ciertos mitos sexuales
- @ Información coloquial: es aquella que esta influenciada por mitos de tipo sexual

4.5 Metodología de la investigación

Tipo de Investigación

El tipo de investigación que se llevara a cabo es la **investigación experimental**: "investigación científica en la cual el observador manipula y controla una o más variables independientes y observa la variable independiente en busca de la alteración concomitante a la manipulación de la variable independiente. Su propósito principal consiste en determinar lo que puede ser."⁽³⁾

Diseño de Investigación

El Diseño Investigación que considero más apropiado para la investigación es el Diseño con pre-prueba y posprueba, con grupos aleatorizados.

En este diseño los sujetos son asignados al grupo experimental (E) y al de control (C) mediante el método de apareamiento aleatorizado (R) y reciben además una prueba preliminar en la variable dependiente Y. El tratamiento se aplica durante un lapso de tiempo, en este caso de 6 sesiones de 60 minutos, considerando que la Guía Interactiva esta integrada por 6 apartados; y después se mide a ambos grupos en la variable dependiente.

La diferencia entre ambos tests Y2-Y1 se calcula en cada grupo y las puntuaciones de tales diferencias se comparan con el propósito de verificar si el tratamiento experimental produjo un cambio mayor que la situación de control.

De ahí se considera que la significación de la diferencia en los cambios promedio, se determinará mediante la **prueba no paramétrica de Wilcoxon (ver anexos)**

Diseño con preprueba y posprueba, con grupos aleatorios

| | Grupo | Preprueba | Tratamientos | Posprueba |
|---|-------|-----------|--------------|-----------|
| R | E | Y1 | X | Y2 |
| R | C | Y1 | _____ | Y2 |

⁽³⁾ Kerlinger. Investigación del comportamiento (Nueva Editorial interamericana, D.F., 1980, p.315

a) Sujetos

Definición de la Población

La población estará integrada por educandos adolescentes de tercer grado de secundaria cuya edad fluctúe entre 14 y 16 años de edad.

Procedimiento de Muestreo

El procedimiento de muestreo sugerido es el **apareamiento aleatorizado por grupos**, el cual es un procedimiento alternativo para asignar sujetos a los grupos, el cual consiste en aparear las variables extrañas que van a influir en la variable dependiente, y luego se utiliza algún procedimiento aleatorio para asignar a los miembros de los pares apareados a las condiciones experimentales. Si los grupos se aparean debidamente en esas variables, hay una seguridad razonable de que cualquier diferencia postexperimental sea atribuible al tratamiento.

b) Instrumentos de investigación

Los instrumentos de investigación propuestos para la investigación están basados en el Cuestionario elaborado por la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (MEXFAM) llamado Cuestionario para Jóvenes^[1] (2). **(ver anexos)**

Para evaluar la validez y confiabilidad del Cuestionario elaborado por la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (MEXFAM) llamado **Cuestionario para Jóvenes** se llevo a cabo un estudio exploratorio de tipo casi experimental con grupos de control, con una muestra de 881 jóvenes (447 hombres y 434 mujeres) de entre 15 y 17 años escolarizados en 8 áreas de la República Mexicana, a través de cuestionarios pre-post test (al terminar el curso y seis meses después).

Los cuestionarios consistieron en 42 preguntas, que midieron cuatro indicadores básicos: **conocimientos** sobre anatomía, fisiología medidas de higiene, preventivas de ETS y SIDA y recomendaciones para tener relaciones sexuales, **actitudes** en cuanto a valores, autoestima, prevención de ETS, **habilidades**, auto-observación del cuerpo, comunicación y auto

[1] (2) MEXFAM Manual: Juntos Planeamos el futuro. México 2000,p10

cuidado y **prácticas** de cambio de conducta. Dichos reactivos serán evaluados de acuerdo a la puntuación asignada del instrumento estandarizado a aplicar.

En congruencia con los objetivos de la presente investigación el Cuestionario que se sugiere aplicar se encuentra en el apartado de anexos. Dicho instrumento es un cuestionario estructurado integrado por 44 preguntas de la misma manera que el instrumento anteriormente descrito mide cuatro indicadores básicos: **conocimientos, actitudes habilidades y prácticas**, sin embargo debido a la actual demanda de información sexual que los adolescentes y de acuerdo a mi experiencia profesional, considere necesario incluir cuatro temas de actualidad en el instrumento de evaluación: el Virus del Papiloma Humano(VPH), la Pastilla de Emergencia(PAE), Cáncer de mama y cervico-uterino y Cáncer de Próstata.

c)Procedimientos

En este apartado se describirá y explicará cómo se estructurará el experimento para poder observar la relación hipotética, es decir:

“Si existe diferencia en la información y en la actitud sexual de los adolescentes mediante la aplicación de la propuesta computacional, **Guía Interactiva de Mitos y Realidades sexuales y el uso del método convencional”.**

Primeramente se seleccionaran mediante el método de **apareamiento aleatorizado por grupos**, en el cual se hace lo posible por demostrar que los dos grupos no se diferencian significativamente en la media, ni en la desviación estándar, respecto a la variable apareada. Este sistema se utiliza en una situación escolar donde deben emplearse grupos ya establecidos. En el caso de la presente investigación será seleccionar a dos grupos de educandos adolescentes de tercer grado de secundaria ó su equivalente académico, mediante una tabla de números aleatorios. Cada grupo deberá tener el mismo número de integrantes, “en la investigación experimental conviene seleccionar una muestra que permita como mínimo treinta en cada grupo, ya que ese número permite usar una estadística de muestras extensas” ⁽³⁾; asimismo algunas veces se recomienda seleccionar de un 10% a un 20% de la población accesible para considerar significativos los resultados.

⁽³⁾ DONALD, A y ots. Introducción a la Investigación Pedagógica. México. Ed. Interamericana.2ª.edición.1986, p.141

La manera de cómo se puede realizar es la siguiente: Por ejemplo el experimentador puede analizar puntuaciones de las pruebas de inteligencia, las de lectura ó las de una prueba preliminar de los dos grupos, e informar que no hay diferencia significativa ni las medias ni en las desviaciones estándar. Enseguida decide aleatoriamente cuál es el grupo experimental y el grupo control mediante la elaboración de una lista numerada de los estudiantes de tercer grado de la población a estudiar para seleccionar una muestra aleatoria de un número dado empleando para ello un cuadro de números aleatorios. Comience en un punto elegido al azar, muévase hacia arriba o hacia abajo en la columna e incluya aquellos alumnos cuyos números figuran en la lista.

Prosiguiendo con el experimento, cada grupo se encontrará en un salón de clases separado donde recibirá información introductoria acerca de los Mitos y Realidades Sexuales de los Adolescentes, el mismo cuestionario diagnóstico "Cuestionario para adolescentes" y a la misma hora, se sugiere, aplicar el instrumento en la primera hora del día académico.

Es preciso señalar que se les debe manejar la misma información introductoria a los dos grupos, al grupo experimental, al que se le aplicará la propuesta computacional y al grupo control al que se le aplicará el método convencional.

Posteriormente al grupo experimental se le aplicará la propuesta computacional, iniciando con el propio cuestionario diagnóstico de la propuesta. Es importante que el experimentador respete la secuencia de los tres primeros apartados que tiene la Guía Interactiva para que por medio de ella se observen resultados preliminares acerca de la información sexual antes y después del tratamiento. En los tres apartados siguientes el usuario podrá ingresar a ellos según sus intereses y expectativas.

Un aspecto que considero trascendental mencionar es la intervención del profesor ya que la Guía Interactiva se considera solo como una herramienta para enriquecer el proceso de aprendizaje, pues el creer que por si solo el material cubrirá de manera integral todas las dudas y expectativas de los adolescentes, demeritará la función del interactivo.

En tales circunstancias, los profesores deberán entender que su función no es la de simples transmisores o actualizadores de conocimientos, sino que serán actores y observadores, el docente será un coordinador del aprendizaje, es decir, su función será engarzar los procesos de construcción del alumno con el saber colectivo culturalmente organizado, debido a que el alumno reconstruirá un conocimiento preexistente en la sociedad, de ahí que en la propuesta computacional se considera el aprendizaje como una reconstrucción de los saberes culturales.

Asimismo es necesario abordar los mismos temas en los dos grupos, (embarazo. relaciones sexuales en la adolescencia métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual) para evitar, la

intervención de variables extrañas que alteren el resultado de la investigación.

Por otra parte es necesario tomar en cuenta el tiempo que durará cada sesión, la propuesta computacional esta diseñada para seis sesiones de 50 minutos, tomando en cuenta que esta integrada por seis apartados, por tanto cada apartado deberá ser abordado en cada sesión y no excederse en tiempo, para evitar la fatiga de los adolescentes. De ahí que tanto al grupo experimental y al control se les deberán aplicar el mismo número de sesiones.

Finalmente al termino de las seis sesiones se les volverá aplicar el Cuestionario para Jóvenes, para comparar y evaluar la información y comportamiento sexuales con cada método aplicado.

d) Control de la Situación Experimental

@ El grupo control y el grupo experimental han de tener el mismo número de sujetos, seleccionados y asignados aleatoriamente.

@ La variable maestro debe estar controlada ya que la eficiencia y el entusiasmo del mismo son factores capaces de afectar al resultado de cualquier experimento. En consecuencia, el mismo maestro intervendrá en los dos métodos que se proceden comparar.

@ Evitar el Efecto de Hawthorne. El comportamiento de un sujeto puede recibir el influjo de su percepción del experimento. Es decir saber que participa en un experimento puede precipitar una conducta que no ocurriría en una situación que no fuera percibida como experimental.


@ Los ayudantes del experimentador han de seguir los mismos procedimientos: emplear las mismas instrucciones en la aplicación de los instrumentos, asumir actitudes iguales con los dos grupos


@ Los grupos deben reunirse a la misma hora del día, de preferencia en las primeras horas del día, para evitar la fatiga de adolescentes y en el mismo espacio.

@ Es necesario controlar la sencibilización por la preprueba, debido a que cuando se administra una prueba preliminar, los resultados pueden ser en parte un producto de la sencibilización al contenido del tratamiento.


@ Es necesario controlar la sencibilización por la posprueba, debido a que los efectos del tratamiento pueden permanecer latentes ó incompletos y aparecer al administrar una posprueba experimental.


@ Las condiciones ambientales tendrán que ser iguales para los grupos; es decir, la temperatura, la intensidad de la luz, la humedad, el mobiliario y la presencia o ausencia de ruidos que los distraigan.

@ Se requiere controlar “la interacción de la historia y los efectos del tratamiento, debido a que entre la primera y la segunda medición de los sujetos pueden ocurrir eventos específicos que no correspondan al tratamiento experimental y que produzcan cambios en la variable dependiente” .  (4)

@ Se requiere controlar la “maduración y los efectos del tratamiento, debido a que los procesos que operan en los sujetos y que son atribuibles al transcurso del tiempo pueden ocasionar efectos que podrían adscribirse erróneamente a la variable experimental.” .  (5)

Es decir quizá los sujetos alcancen un rendimiento distinto en la variable dependiente sólo porque tiene más edad, están más hambrientos, más fatigados ó menos motivados al efectuarse la primera medición.

@ Es preciso respetar los instrumentos de medición, debido a que “los cambios en los instrumentos de medición en los calificadores o en los observadores pueden producir alteraciones en las mediciones” .  (6)

@ Se requiere tomar en cuenta la “mortalidad experimental , la cual se refiere a que puede haber una pérdida diferencial de sujetos en los grupos de comparación” .  (7)

Es decir si una clase particular de individuos abandona uno de los grupos durante el experimento, la pérdida diferencial posiblemente afecte al resultado del estudio

 (4) Ibidem p.249

 (5) Ibidem p.249

 (6) Ibidem p.249

 (7) Ibidem p. 251

Análisis Estadístico

El estadístico a aplicar en la presente investigación es la [Prueba de los Rangos signados para datos pareados de Wilcoxon](#).

La característica principal de los datos pareados es que para cada una de las observaciones de la primera muestra hay una observación en la segunda muestra para el mismo sujeto. Ejemplos de datos pareados son los estudios donde se analiza la misma medida en el mismo individuo en dos instantes diferentes. Los datos pareados se utilizan para intentar controlar fuentes de variación extraña.

Las pruebas para variables cuantitativas pareadas son versiones adaptadas de las pruebas para realizar contrastes sobre una única muestra. En función de la distribución de los datos en la presente investigación se utilizará la Prueba de los Rangos Signados para datos pareados de Wilcoxon, debido a que la distribución de la variable diferencia entre medias no es normal

La Prueba de los Rangos signados para datos pareados fue introducida por primera vez por Frank Wilcoxon (1892-1965) en 1945 en la revista estadística "Biometrika".

Esta prueba se basa en crear una variable que sea la diferencia de las variables de partida Var1 y Var2.

Contraste de Wilcoxon para muestras apareadas

El **contraste de Wilcoxon** es la técnica no paramétrica paralela a el de la t de Student para muestras apareadas. Igualmente dispondríamos de n parejas de valores (x_i, y_i) que podemos considerar como una variable medida en cada sujeto en dos momentos diferentes.

$$\forall i = 1, \dots, n, \quad i\text{-ésima observación} \equiv (x_i, y_i) \rightarrow \text{diferencia} \equiv d_i = x_i - y_i$$

El test de Wilcoxon, al igual que los otros contrastes no paramétricos puede realizarse siempre que lo sea su homólogo paramétrico, con el inconveniente de que este último detecta diferencias significativas en un 95% de casos que el de la t de Student.

Sin embargo a veces las hipótesis necesarias para el test paramétrico (normalidad de las diferencias apareadas, d_i) no se verifican y es estrictamente necesario realizar el contraste que presentamos aquí. Un

caso muy claro de no normalidad es cuando los datos pertenecen a una escala ordinal.

El procedimiento consiste en:

1.

Ordenar las cantidades $|d_i|$ de menor a mayor y obtener sus rangos.

2.

Consideramos las diferencias d_i cuyo signo (positivo o negativo) tiene menor frecuencia (no consideramos las cantidades $d_i=0$) y calculamos su suma, T

$$T = \begin{cases} \sum_{d_i > 0} i & \text{si los signos positivos de } d_i \text{ son menos frecuentes;} \\ \sum_{d_i < 0} i & \text{si los signos negativos de } d_i \text{ son menos frecuentes.} \end{cases}$$

Del mismo modo es necesario calcular la cantidad T' , suma de los rangos de las observaciones con signo de d_i de mayor frecuencia, pero si hemos ya calculado T la siguiente expresión de T' es más sencilla de usar

$$T' = m(n+1) - T$$

donde m es el número de rangos con signo de d_i de menor frecuencia.

3.

Si T ó T' es menor o igual que las cantidades que aparecen en la tabla de Wilcoxon se rechaza la hipótesis nula del contraste

$$\begin{cases} H_0 : \text{No hay diferencia entre las observaciones apareadas} \\ H_1 : \text{Si la hay} \end{cases}$$

Aproximación normal en el contraste de Wilcoxon

Si $n \geq 10$ la distribución de T admite una aproximación normal

$$T \approx N(\mu_T, \sigma_T^2)$$

donde

$$\begin{aligned}\mu_T &= \frac{n(n+1)}{4} \\ \sigma_T^2 &= \frac{n(n+1)(2n+1)}{24}\end{aligned}$$

por lo que el estadístico

$$Z = \frac{T - \mu_T}{\sigma_T} \approx N(0, 1)$$

da como criterio el rechazar H_0 si. $|Z| \geq z_{1-\alpha/2}$

Ejemplo Hipotético:
Prueba de los Rangos signados para datos pareados

Se recoge información de 10 individuos en relación a una variable respuesta, que se ha medido en dos momentos distintos en el tiempo y que se denotan por Var1 y Var2:

| Individuo | Var1 | Var 2 |
|-----------|------|-------|
| 1 | 19 | 22 |
| 2 | 11 | 18 |
| 3 | 14 | 17 |
| 4 | 17 | 19 |
| 5 | 23 | 22 |
| 6 | 11 | 12 |
| 7 | 15 | 14 |
| 8 | 19 | 11 |
| 9 | 11 | 19 |
| 10 | 8 | 7 |

Cálculo del estadístico de contraste de la Prueba de Wilcoxon para datos pareados

La prueba de los Rangos signados para datos pareados calcula en primer lugar una nueva variable Vardif que es igual a la primera variable Var1 menos la segunda variable Var2.

Para realizar el contraste:
 H0: med(Vardif) = med0
 H1: med(Vardif) ≠ med0

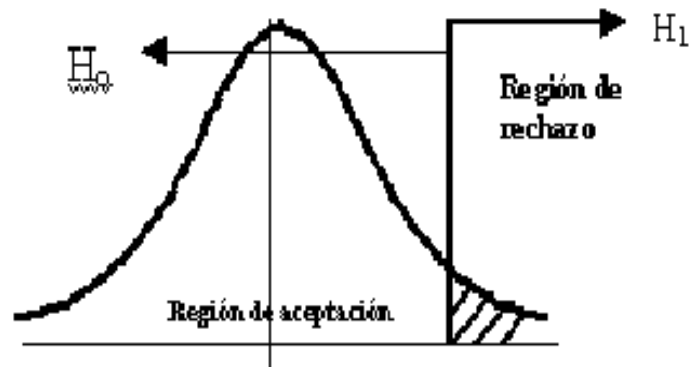
Se aplica a esta nueva variable la prueba de los Rangos signados para una muestra., con lo que hay que crear una nueva variable Vardif2 como Vardif menos el valor que se quiera contrastar (en este ejemplo es "cero").

Por tanto:
 n+ = número de signos (+) de Vardif2 = 4
 n- = número de signos (-) de Vardif2 = 6
 n* = n+ + n- = 10

$$z = \frac{T - E[T]}{\sqrt{V[T]}} = \frac{\min\{T_+, T_-\} - E[T]}{\sqrt{V[T]}} = \frac{\min\{17, 38\} - \frac{1}{4}n^*(n^* + 1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n^*(n^* + 1)(2n^* + 1) - \sum_{\text{empates}} \frac{1}{48}(n^\circ \text{ empates}^3 - n^\circ \text{ empates})}}$$

$$\frac{17 - \frac{1}{4}10 \cdot 11}{\sqrt{\frac{1}{24}10 \cdot 11 \cdot 21 - \sum_{\text{empates}} \frac{1}{48} \cdot 72}} = \frac{-10.5}{9.7340} = -1.0787$$

que bajo la hipótesis nula sigue una distribución normal N(0,1) que tiene asociado un p valor de 0.2807



Decisión y Conclusión:

La razón observada de 1.0787 es mayor que 0.2807, lo cual denota que la diferencia entre los grupos es mayor que el valor que se necesita para rechazar la hipótesis de nulidad al nivel de significación 0,1

Por lo tanto conforme a los criterios establecidos los datos son lo suficientemente significativos como para permitir extraer la conclusión de que la relación observada entre las variables no depende solo de la casualidad.

Anexos

CUESTIONARIO PARA ADOLESCENTES.

La finalidad del presente cuestionario es percatarnos que tanto sabes acerca del sexo y la sexualidad y tu opinión sobre algunos temas.

Es muy importante que contestes con sinceridad.

Fecha: _____ día: _____ mes: _____ año: _____
Nombre: _____ 1) Edad: _____ años

Encierra en un círculo el número que corresponda a tu respuesta

2) Sexo: Hombre 1 Mujer 2

3) Ciudad: _____

Marca la respuesta que consideres correcta

1. Las células sexuales de las mujeres son:

- las mamas 1
- los óvulos 2
- los ovarios 3

2. Las células sexuales de los hombres son:

- los espermatozoides 1
- los testículos 2
- los conductos 3

3. La ovulación se da cuando:


- el óvulo es liberado por la vagina 1
- el óvulo es liberado por el ovario 2
- el ovario muere 3

4. La fecundación se da cuando:

- el óvulo se une con el espermatozoide 1
- el pene se une con la vagina 2
- el semen se une con el óvulo 3

5. En general el hombre es más fértil (es más fácil que embarace a una mujer):

- los primeros días del mes 1
- todos los días 2
- es variable 3

 La mayor parte de las preguntas fueron obtenidas del Cuestionario para Jóvenes realizado por MEXFAM obtenido del Manual: Juntos Planeamos el futuro. México D.F., 2000

6. Al conducto que se une a la vejiga con la uretra, se le llama:
- próstata 1
 - vejiga 2
 - recto 3
7. Órgano en forma de pera invertida, en donde se gesta y se desarrolla el bebe :
- vagina 1
 - útero 2
 - vulva 3
8. Si el ciclo menstrual comienza con el primer día de sangrado y termina un día antes de que le baje otra vez, es más probable que una mujer se embarace:
- unos días antes que le baje la regla otra vez 1
 - durante los días que sangre 2
 - a la mitad del ciclo menstrual 3
9. Al crecimiento maligno y anormal de células que se desarrolla en el tejido mamario (en los senos) de las mujeres, se le conoce como:
- cáncer de matriz 1
 - cáncer de mama 2
 - cáncer de vejiga 3
10. Al crecimiento maligno y anormal de células que se desarrolla en la glándula prostática, el cual es estimulado por la hormona masculina llamada testosterona , se le conoce como:
- cáncer de pene 1
 - cáncer de testículo 2
 - cáncer de próstata 3
- [Elige la frase ó la respuesta que describa mejor tu forma de pensar](#)
11. Descubrir y conocer mi cuerpo me produce:
- vergüenza y culpa por tocar partes prohibidas 1
 - molestia y pena porque no soy como me gustaría ser 2
 - tranquilidad porque identifico mi cuerpo y porque me acepto como soy 3
12. Cuando una persona del sexo opuesto mira mi cuerpo pienso:
- que mi cuerpo es agradable y les gusta tanto como a mismo 1
 - que a pesar de no tener el mejor cuerpo llama la atención 2
 - que no les gusta y me van a despreciar 3
13. En la medida que uno conoce los sistemas sexuales y sus funciones:
- puede disfrutar más de la vida SI 1 NO 2
 - se asusta por los problemas que existen de enfermarse ó embarazarse SI 1 NO 2
 - se hace responsable de su cuerpo SI 1 NO 2
 - puede apreciar las ventajas y desventajas

- | | | | | |
|------------------------------|----|---|----|---|
| de tener relaciones sexuales | SI | 1 | NO | 2 |
|------------------------------|----|---|----|---|
14. Los anticonceptivos de emergencia :
- | | |
|--------------------------|---|
| -Interrumpen el embarazo | 1 |
| -Son abortivos | 2 |
| -Previenen el embarazo | 3 |
- 15.No se puede tener sexo durante la menstruación:
- | | |
|---------------------|---|
| -Si | 1 |
| -No | 2 |
| -No estoy seguro(a) | 3 |
16. Desde tu punto de vista las siguientes son formas como los jóvenes pueden expresar su sexualidad:
- | | | | | |
|-------------------------------------|----|---|----|---|
| -tener relaciones sexuales | SI | 1 | NO | 2 |
| -abstenerse (no tener relaciones) | SI | 1 | NO | 2 |
| -masturbarse | SI | 1 | NO | 2 |
| -acariciarse | SI | 1 | NO | 2 |
17. Si una pareja tiene relaciones sexuales mientras se están bañando no hay peligro de embarazo porque el agua caliente mata a los espermatozoides:
- | | |
|---------------------|---|
| -Si | 1 |
| -No | 2 |
| -No estoy seguro(a) | 3 |
18. Existe riesgo de contagiarse de una infección de transmisión sexual y de SIDA cuando:
- | | | | | |
|---|----|---|----|---|
| -se tienen relaciones sexuales sin condón | SI | 1 | NO | 2 |
| -ambos miembros de la pareja no están infectados y son fieles | SI | 1 | NO | 2 |
| -se tienen relaciones sexuales con varias parejas | SI | 1 | NO | 2 |
| -se comparten jeringas sin esterilizar | SI | 1 | NO | 2 |
19. Cuando una pareja va a tener relaciones sexuales es recomendable que:
- | | | | | |
|---|----|---|----|---|
| -disfrute la relación sexual y no piense que se puede contagiar | SI | 1 | NO | 2 |
| -hable antes sobre lo que van a usar para evitar un contagio | SI | 1 | NO | 2 |
| -que exijan la aplicación del condón | SI | 1 | NO | 2 |
20. Es posible que una mujer se embarace en su primera relación sexual
- | | |
|-----|---|
| -Si | 1 |
| -No | 2 |

21. indica que tan cómodo(a) te sientes sobre lo siguiente:

| | Nada cómodo | Regular | Muy cómodo |
|--|-------------|---------|------------|
| 1) Con mi cuerpo físico me siento | 1 | 2 | 3 |
| 2) Cuando veo mi cuerpo en un espejo me siento | 1 | 2 | 3 |
| 3) Protegerme de una enfermedad de transmisión sexual me hace sentir | 1 | 2 | 3 |
| 4) Si noto alguna alteración en mis genitales, ir con un médico para que revise me hace sentir | 1 | 2 | 3 |
| 5) Hablar con mi pareja sobre usar un método anticonceptivo me hace sentir | 1 | 2 | 3 |
| 6) Platicar sobre mis deseos de tener relaciones sexuales me hace sentir | 1 | 2 | 3 |

Para Mujeres

22. Acostumbras a hacerte un auto examen de los senos:

| | |
|---------------|---|
| -Cada mes | 1 |
| -Muy rara vez | 2 |
| -Nunca | 3 |

Para Hombres

23. Acostumbras a hacerte un auto examen de los testículos:

| | |
|---------------|---|
| -Cada mes | 1 |
| -Muy rara vez | 2 |
| -Nunca | 3 |

Para los dos

24. La primera vez que tuviste relaciones sexuales utilizaste condón:

| | |
|-----------------------------------|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |
| -No he tenido relaciones sexuales | 3 |

25. El Virus del Papiloma Humano (VPH) es una enfermedad de transmisión sexual que esta asociado con el cáncer cérvico-uterino

- Sí 1
- No 2

26. Entre más alcohol y marihuana ingieras más te excitas:

- Sí 1
- No 2

27. Encierra en un círculo que tan de acuerdo o en desacuerdo estás con las siguientes afirmaciones:

| | Totalmente de acuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
|---|-----------------------|--------------------------------|--------------------------|
| 1) El SIDA es una enfermedad de homosexuales y drogadictos | 1 | 2 | 3 |
| 2) Los hombres solo buscan sexo | 1 | 2 | 3 |
| 3) No deben tenerse relaciones sexuales durante el embarazo | 1 | 2 | 3 |
| 4) Si un hombre practica sexo anal con su pareja es homosexual | 1 | 2 | 3 |
| 5) En una relación sexual la mujer debe ser pasiva y el hombre activo | 1 | 2 | 3 |
| 6) Las mujeres no se masturban | 1 | 2 | 3 |

28. Para usar adecuadamente el condón:

- en cada relación se requiere un condón nuevo SI 1 NO 2
- no es necesario revisar el empaque SI 1 NO 2
- debe quitarse cuidadosamente SI 1 NO 2

29. Algunas medidas que una mujer debe seguir para conservar sanos sus genitales son:

- lavar diariamente los genitales con agua y jabón SI 1 NO 2
- no lavarse lo genitales durante la menstruación SI 1 NO 2
- acudir al médico en caso de irritación ó flujo anormal SI 1 NO 2

30. Para que un hombre conserve sanos sus genitales, es recomendable que:

- | | | | | |
|--|----|---|----|---|
| -lave diariamente los genitales con agua y jabón | SI | 1 | NO | 2 |
| -observe que el pene y los testículos no sufran alteraciones | SI | 1 | NO | 2 |
| -acudir al médico cuando tengan granitos y secreciones malolientes | SI | 1 | NO | 2 |

31. Algunas medidas que una mujer debe seguir para prevenir el cáncer de mama y de matriz son:

- | | | | | |
|---|----|---|----|---|
| -llevar una dieta baja en grasas, practicar ejercicio y poco estrés | SI | 1 | NO | 2 |
| -realizarse el auto examen de senos | SI | 1 | NO | 2 |
| -no acudir al médico en caso de detección de un tumor | SI | 1 | NO | 2 |

32. Algunas medidas que una hombre debe seguir para prevenir el cáncer de próstata son:

- | | | | | |
|---|----|---|----|---|
| -realizarse la exploración rectal a partir de los 45 años | SI | 1 | NO | 2 |
| -observar si tiene una mayor frecuencia para orinar | SI | 1 | NO | 2 |
| - no acudir al médico cuando tenga alguna molestia al momento de orinar | SI | 1 | NO | 2 |

33. Algunas medidas que una hombre debe seguir para prevenir el cáncer de matriz son:

- | | | | | |
|--|----|---|----|---|
| -acudir al ginecólogo periódicamente | SI | 1 | NO | 2 |
| -en caso de algún flujo anormal y maloliente acudir a remedios caseros | SI | 1 | NO | 2 |
| -realizarse pruebas cada 6 meses para detectar células anormales a nivel vaginal (papanicolau) | SI | 1 | NO | 2 |

34. La Educación sexual promueve que los jóvenes tengan más relaciones sexuales:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

35. La presencia del himen es la prueba rotunda de la virginidad:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

36. En los últimos seis meses has acudido con algún profesional de la salud por algo relacionado con tu sexualidad o con la posibilidad de un embarazo:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

37. En los últimos seis meses has tenido relaciones sexuales:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

38. ¿Cuál método anticonceptivo utilizaste?

Marca la respuesta que consideres correcta

39. Las pastillas anticonceptivas provocan esterilidad:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

40. Entre más largo es el pene de un hombre, mayor satisfacción sexual le da a las mujeres:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

41. Los adultos mayores no tienen una vida sexual activa:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

42. Si un hombre se masturba en exceso se le acabarán los espermatozoides:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

43. Es necesario que en una relación sexual el orgasmo sea simultáneo

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

44. El utilizar el coito interrumpido (retirar el pene de la vagina antes de eyacular) es una forma efectiva de prevenir el embarazo:

- | | |
|-----|---|
| -Sí | 1 |
| -No | 2 |

Gracias por tu valiosa participación

PRUEBAS NO PARAMÉTRICAS

Se denominan pruebas no paramétricas aquellas que no presuponen una distribución de probabilidad para los datos, por ello se conocen también como de distribución libre (*free distribution*). En la mayor parte de ellas los resultados estadísticos se derivan únicamente a partir de procedimientos de ordenación y recuento, por lo que su base lógica es de fácil comprensión. Cuando trabajamos con muestras pequeñas ($n \leq 10$) en las que se desconoce si es válido suponer la normalidad de los datos, conviene utilizar pruebas no paramétricas, al menos para corroborar los resultados obtenidos a partir de la utilización de la teoría basada en la normal.

En estos casos se emplea como parámetro de centralización la **mediana**, que es aquel punto para el que el valor de X está el 50% de las veces por debajo y el 50% por encima.

Pruebas de dos muestras dependientes

Las pruebas para dos muestras dependientes comparan en ellas las distribuciones de dos variables que se asume están relacionadas. Para seleccionar la prueba es preciso conocer el tipo de datos que se tienen. En la presente investigación se usará la [prueba de rangos signados de Wilcoxon](#).

Rangos signados de Wilcoxon

Es una prueba flexible que puede utilizarse en distintas situaciones, con muestras de diferente tamaño y con pocas restricciones.

Lo único que se requiere es que la variable sea continua y que sean observaciones pareadas, es decir, que sean sujetos de una misma muestra con medidas pre y pos-prueba, o bien sujetos que hayan sido pareados bajo criterios bien definidos. Contiene varias asunciones críticas:

- 1) Que los datos sean observaciones pareadas, de una muestra seleccionada al azar u obtenida por pares, o bien mediante sujetos considerados como sus propios controles;
- 2) Que los datos que se van a analizar sean continuos, o al menos ordinales, dentro y entre las observaciones pareadas; y,
- 3) Que haya simetría en los resultados de las diferencias con la mediana verdadera de la población.

Para efectuar esta prueba se calculan las diferencias entre los pares de datos y se registran los valores absolutos entre ellas. Luego, los valores absolutos de las diferencias entre las dos variables se ordenan del valor menor al mayor y para finalizar, a cada rango se le da un signo positivo o negativo, dependiendo del signo de la diferencia original. Los signos

positivos y los negativos se suman separadamente y se obtienen los promedios. Los pares que no tienen cambio alguno se retiran del análisis. Se usa el valor de Z para probar la hipótesis nula de la no diferencia entre los pares. Si la hipótesis nula es cierta, la suma de los rangos positivos debe ser similar a los rangos negativos.

La Prueba T de Wilcoxon (T_w) permite trabajar con la dificultad impuesta por diferencias extrañas entre los grupos usando dos muestras relacionadas en la investigación. Es decir, puede igualar o relacionar las muestras estudiadas al usar cada sujeto como su propio control (Siegel, 1972).

"Siempre que sea factible, el método de usar a cada sujeto como su propio control es preferible al método de pares, debido a que nuestra capacidad para formar parejas (para comparaciones entre grupos) se ve limitada por la ignorancia de las variables pertinentes que determinan la conducta. Además, aún cuando sepamos cuáles son las variables importantes que deberían controlarse por el proceso de pares, nuestros instrumentos para medir estas variables son inexactos, y así nuestra formación en parejas, basada en nuestras medidas, pueden ser defectuosos. Un diseño de pares no va más allá de la capacidad del experimentador de establecer como un criterio para clasificar las parejas, y esta capacidad frecuentemente es muy limitada. El problema desaparece cuando cada sujeto es usado como su propio control; no es posible un par más preciso que el logrado por identidad."
(Siegel, 1972,). ¹ (1)

¹ (1) Siegel S. Estadística No Paramétrica aplicada a las Ciencias de la conducta. México. Editorial Trillas 1991, 3ª edición, p.85

MODELO DE RANGOS SEÑALADOS DE WILCOXON

| N | Niveles de significación de una cola | | |
|----|---------------------------------------|------|-------|
| | 0,025 | 0,01 | 0,005 |
| | Niveles de significación de dos colas | | |
| | 0,05 | 0,02 | 0,01 |
| 6 | 0 | | |
| 7 | 2 | 0 | |
| 8 | 4 | 2 | 0 |
| 9 | 6 | 3 | 2 |
| 10 | 8 | 5 | 3 |
| 11 | 11 | 7 | 5 |
| 12 | 14 | 10 | 7 |
| 13 | 17 | 13 | 10 |
| 14 | 21 | 16 | 13 |
| 15 | 25 | 20 | 16 |
| 16 | 30 | 24 | 20 |
| 17 | 35 | 28 | 23 |
| 18 | 40 | 33 | 28 |
| 19 | 46 | 38 | 32 |
| 20 | 52 | 43 | 38 |
| 21 | 59 | 49 | 43 |
| 22 | 66 | 56 | 49 |
| 23 | 73 | 62 | 55 |
| 24 | 81 | 69 | 61 |
| 25 | 89 | 77 | 68 |

Fuente: Statistical Tables, 2º Ed. , Rohlf FJ & Sokal, RR, W.:H. Freeman & Co., 1981

BIBLIOGRAFÍA GENERAL

- ✚ Aguilar, J. Mayen, B. Hablemos de sexualidad. México. Ed. Mexfam (1996)
- ✚ CONAPO. Antología de la Sexualidad Humana. México, Tomo 1. Ed. Porrúa. 885 páginas.1996.
- ✚ CONAPO. La Educación de la Sexualidad Humana. Educación y Sexualidad. México, 1983, 672 páginas.
- ✚ CONASIDA. Registro Nacional de casos de SIDA. Datos actualizados 2002
- ✚ Corraza, J. Las terapéuticas en sexología. México Breviarios FCE 1995
- ✚ Diccionario Practico del Sexo México.2003 292páginas.
- ✚ DONALD, A y ots. Introducción a la Investigación Pedagógica. México. Ed. Interamericana. 2ª.edición.1986, p.410
- ✚ Freud, S.(1976). Obras Completas. Tomo I. Argentina. Amorrurtu.
- ✚ GÓMEZ-GÓMEZ M y cols. Revista Mexicana Pediatría 2003,70,(2) 99 páginas.
- ✚ KERLINGER. Investigación del comportamiento (Nueva Editorial interamericana, D.F. 1980. 520 páginas
- ✚ MASTERS Y JHONSON. La Sexualidad Humana. Ed. Grijalbo. España. 1987, 300 páginas.
- ✚ MEXFAM, Institute for Reproductive Health Georgetown University. Juntos Planeamos el futuro. Ed. Mexfam. México. 2000, 2ª edición.193 páginas.

- ✚ MONROY DE VELAZCO, Anamely. El Educador y la Sexualidad Humana. Ed. Pax-México México,1990,.269 páginas.
- ✚ OCHOA, Anabel. Mitos y Realidades del Sexo Joven. Ed. Aguilar. México.2003 172páginas
- ✚ OCHOA, Anabel. Respuestas para vivir una sexualidad inteligente y segura . Ed. Aguilar. México.2003 192páginas
- ✚ Organización Mundial de la Salud/AIDS Foundation of South Africa/CNN.com Cifras 2002
- ✚ Patterson CH. Bases para una teoría de la enseñanza y psicología de la educación. México. Ed. Manual moderno 400 pp.
- ✚ REINISH, J. The Kinsey institute New report on sex Mnew York: st Martins Press. 1991 576 páginas.
- ✚ Revista Conozca Más.101 Mitos Sobre Sexo. Año 15, no. 5 (Del 15 de abril al 15 de mayo del 2004)
- ✚ Rohlf FJ & Sokal, RR, W.:H. Freeman & Co. Statistical Tables, 2º Edición.1981.
- ✚ SECRETARIA DE SALUD. Encuesta Nacional sobre fecundidad y salud. México. Dirección General de Planificación familiar. 2002. 587 páginas.
- ✚ SIEGELS. Estadística No Paramétrica aplicada a la s Ciencias de la conducta. México.Editorial Trillas 1991,3ª.edición ,195 pp.
- ✚ Vygotski. L. El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona. Ed. Grijalbo. 1998

Direcciones electrónicas

- ✚ <http://www.abcdesexología.com.mx>
- ✚ <http://www.adolescentes.com.mx>
- ✚ <http://www.adolescentexlvida.com.mx>
- ✚ <http://www.conozcamas.com.mx>
- ✚ <http://www.editorialaguilar.com.mx>
- ✚ [http://www.esmas.com./](http://www.esmas.com/) Infografías / salud
- ✚ <http://www.encuesta.com.mx>
- ✚ <http://www.infosheringmexicana.com.mx>
- ✚ <http://www.quoweb.com.mx>
- ✚ <http://www.sexsmitos.com.mx>
- ✚ <http://www.vidahumana.com.mx>