

# MANUAL

## Educación Integral de la Sexualidad con Perspectiva de Género



# **MANUAL**

## **Educación Integral de la Sexualidad con Perspectiva de Género**

**\*Elaborado por:**

**Juan Mario Zárate Ramírez**

**Rebeca Karina Soto Sánchez**

- © **Fundación K'armel Juyup'**
- © Juan Mario Zárate Ramírez
- © Rebeca Soto Sánchez

*Ilustración de la portada:*

- © Javier Recio Gracia

*Coordinación y revisión del manual:*

Victoria Novoa Buitrago

*«La presente publicación ha sido elaborada gracias al apoyo financiero de la Embajada de Canadá en Guatemala. El contenido de la misma es responsabilidad exclusiva de la Fundación K'armel Juyup' y de sus autores; y en ningún caso debe considerarse que refleja los puntos de vista de la Embajada de Canadá».*

La versión electrónica del manual, podrá descargarse gratuitamente en el sitio oficial de WikiGuate. Disponible en el siguiente enlace: [www.wikiguate.com.gt](http://www.wikiguate.com.gt)

Reproducción autorizada siempre que se cite la fuente.

---

## **Diseño e impresión:**



3a. avenida 14-62, zona 1  
PBX: (502) 2245-8888  
[www.serviprensa.com](http://www.serviprensa.com)

# ÍNDICE

---

Presentación del Proyecto.....	5
Introducción .....	9
Características del Manual .....	7
<b>TEMA 1</b>	
¿Por qué formar en una educación integral en sexualidad? .....	13
<b>TEMA 2</b>	
Educación integral de la sexualidad desde un enfoque de interculturalidad ...	17
• Interculturalidad y transculturalidad.....	17
• La percepción de las sexualidades desde una visión intercultural .....	19
<b>TEMA 3</b>	
La educación integral de la sexualidad desde una perspectiva de género ....	23
• Perspectiva de género .....	23
• La sexualidad desde una perspectiva de género .....	24
<b>TEMA 4</b>	
Características del Facilitador / Facilitadora.....	27
• Creencias.....	27
• Actitudes, habilidades y conocimientos .....	29
• Potencial lúdico .....	29
• Manejo de lenguaje no sexista .....	31

**TEMA 5**

Sistema sexo-género.....33

- ¿Qué es sexo? .....33
- Cinco Tipos de Sexo .....33
- Sistema sexo-género.....35
- Construcción sociocultural del género .....36

**TEMA 6**

Sexualidad .....39

- La sexualidad en las niñas y niños .....43
- La sexualidad en la adolescencia.....49
- Los tres niveles de prevención en la sexualidad.....53
- Prevención del embarazo e ITS / VIH-SIDA.....54
- Derechos sexuales y reproductivos.....61

**TEMA 7**

Habilidades para la Vida como un elemento de prevención .....63

**TEMA 8**

Cómo integrar las habilidades para la vida en la prevención en la sexualidad ... 67

Recomendaciones .....71

# PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

---

Guatemala es un país que tiene una alta incidencia de violencia sexual, especialmente hacia mujeres, niñas y adolescentes. Estudios especializados, tanto de organismos internacionales como nacionales, alertan de los devastadores efectos que tienen los abusos sexuales y las violaciones en las personas sobrevivientes: embarazos no deseados, matrimonios forzados, enfermedades de transmisión sexual, traumas psicológicos, estigmatización social, entre otros. Pero sobre todo, constituyen una de las peores formas de violencia hacia las mujeres, niñas y adolescentes ya que se atenta en contra de su condición como seres humanas que tienen el derecho a vivir una vida libre de violencia.

En este contexto, la Fundación K'armel Juyup' una institución no gubernamental guatemalteca que proviene de la Pastoral Social de la Parroquia Nuestra Señora del Carmen (El Carmelo), trabaja con un enfoque preventivo que entiende la violencia sexual como un fenómeno multicausal en el que los aspectos culturales tienen un gran peso en lo extendida y tolerada que está la violencia en general, y la violencia sexual en particular, dentro de la sociedad guatemalteca. Al considerar el abordaje cultural de la violencia, nos proponemos transformarla para que las niñas, niños, adolescentes y personas adultas, puedan tener la oportunidad de disfrutar de una vida más humana y feliz.

Gracias al generoso apoyo financiero y la confianza de la Embajada de Canadá en Guatemala, hemos podido ejecutar el proyecto “**Guardería Nuevo Amanecer; por una educación y cultura contra la violencia sexual**” cuyo objetivo ha

sido mejorar las habilidades y capacidades en educación sexual y perspectiva de género de personas, hombres y mujeres, que trabajan en instituciones tanto públicas como privadas, educando a niños, niñas y adolescentes para formar nuevas generaciones más tolerantes con la diversidad sexual, más igualitarias y respetuosas con la dignidad humana.

Con este manual, pretendemos que educadoras y educadores tengan a su disposición una herramienta sencilla, pero de gran calidad tanto técnica como científica, que les permita asimilar conocimientos básicos sobre el abordaje de la sexualidad en la niñez y adolescencia con una perspectiva de género, a la par de contar con un instrumento que se pueda replicar con alumnos, alumnas y docentes.

Desde la Fundación K'armel Juyup' agradecemos a todas las personas que han intervenido para hacer realidad la publicación de este manual. Y con ello reafirmamos nuestro compromiso de seguir trabajando para consolidar una cultura de paz, solidaridad, justicia y respeto hacia los Derechos Humanos.

Victoria Novoa Buitrago  
Coordinadora del Manual

# INTRODUCCIÓN

---

Tradicionalmente, la sexualidad ha sido abordada bajo ciertos términos dentro de las instituciones, como lo son: la familia, la escuela, institutos de las juventudes, instituciones de salud, entre otros, donde se ha abordado desde una perspectiva médica y meramente informativa. Es así, que se ha negado la sexualidad desde una perspectiva integral en la infancia y se ha limitado durante la adolescencia bajo la falsa creencia de que hablar del tema incita a los niños/niñas, chicos/chicas a adoptar conductas sexuales inadecuadas desde los preceptos sociales y morales.

Aunque la sexualidad ha formado parte importante de las características de la humanidad desde la culturalización de la misma y se han visto los efectos de la educación sexual en otros países de manera positiva, siguen existiendo procesos políticos, socioculturales y afectivos que impiden la apertura del tema en etapas sumamente importantes en las personas como lo son: la infancia y la adolescencia.

Debido a las limitaciones en cuanto a la educación en materia de sexualidad, se han realizado diversas investigaciones, instrumentos y análisis, respecto a la forma en que se lleva a cabo la educación sexual tanto en casa como en la escuela, como lo son: desde el silencio, la omisión, las ideas erróneas y el lenguaje sexista.

La investigación de estos aspectos ha sido fundamental para la comprensión de las creencias, actitudes y prácticas sexuales de niños/niñas y adolescentes, así como para el entendimiento de las posibles consecuencias que en el futuro



pueden vivir tales como: abusos sexuales, embarazos no planificados ni deseados, ITS VIH/SIDA, relaciones basadas en la violencia, etc.

Es importante destacar, que la sexualidad es un proceso continuo que abarca desde que nos encontramos en el útero y hasta el final de nuestros días, y que la misma no sólo está condicionada por la procreación, sino que tiene implicaciones afectivas, sociales, personales y entra en el espectro de salud pública, ya que la omisión de la educación sexual o de una educación sexual basada en la censura, tiene costes de toda índole dentro de cada sociedad.

Aunado a lo anterior, debe entenderse que la sexualidad no es una sola, por lo tanto lo correcto es hablar de sexualidades, y de igual forma es importante comprender que no se lleva a cabo de la misma forma para hombres y mujeres. Asimismo, no será lo mismo para personas que provienen de diferentes culturas. Por lo cual, introducir el concepto de interculturalidad, transculturalidad y la perspectiva de género en este tema que lleva implicado en muchas de sus creencias, actitudes y prácticas una desigualdad evidente, implícito es fundamental para comprender y a partir de ello, construir de manera colectiva una nueva perspectiva de las sexualidades desde el ámbito educativo, dado su impacto en lo social, cultural e individual.

Juan Mario Zárate Rodríguez y Rebeca Karina Soto Sánchez

# CARACTERÍSTICAS DEL MANUAL

---

Este manual está dirigido a educadores y educadoras de niños/niñas y adolescentes. Siendo la escuela la segunda institución socializadora después de la familia se considera fundamental que dentro de la primera, la educación sexual adquiera un carácter integral con perspectiva de género.

La estructura del manual es de ocho temas y un apartado de recomendaciones, además de técnicas y bibliografía recomendada por cada tema. Las técnicas están sustentadas desde la metodología participativa para efectos de aprendizaje de las y los educadores, las cuales se pueden replicar. Estas técnicas están disponibles en el Cd que acompaña al manual.

En la estructura del temario, partimos del tema acerca del Enfoque de Interculturalidad y la sexualidad desde esta visión, debido a la importancia actual de asumir la diversidad de prácticas, actitudes y creencias, de acuerdo al contexto. Enseguida, se explica la perspectiva de género y su relación con la sexualidad, misma que enmarca todo el manual desde el lenguaje del que se hace uso, hasta las técnicas recomendadas.

El siguiente tema aborda las características necesarias para la facilitación en materia de educación sexual con perspectiva de género, dividida en tres rubros: creencias, potencial lúdico y manejo del lenguaje no sexista.

El Sistema Sexo-Género, que ocupa el quinto tema en el manual, está configurado como punto de partida para la comprensión del sexo y su papel dentro de la construcción de género, lo cual en el siguiente tema, ayudará a comprender las características de la sexualidad infantil y adolescente, así como las principales problemáticas enfocadas a: prevención del embarazo y ETS/VIH-SIDA,

para concluir con los derechos sexuales y reproductivos conquistados para los y las jóvenes principalmente.

En el contenido de Habilidades para la Vida, se incluyen los tipos de habilidades para enmarcar el siguiente tema, en donde se relacionan dichas Habilidades para la Vida con la educación en sexualidad y así dotar de sentido a este enfoque para este curso en particular.

Por último, se anexa un apartado de recomendaciones en relación con los temas descritos anteriormente, con el fin de clarificar el contenido y de esta forma partir hacia el objetivo principal de este manual que es el aprendizaje de los componentes de una Educación Integral de la Sexualidad con Perspectiva de Género, con el fin de reproducir las enseñanzas adquiridas y que estas a su vez sean traducidas en un impacto positivo en las vivencias, actitudes y creencias de la sexualidad en niños/ niñas y adolescentes desde la educación formal.

A lo largo del manual, trabajaremos con una Metodología Participativa la cual es un enfoque activo que fomenta que las personas se apropien del tema y contribuyan con sus experiencias. Existen tres elementos conceptuales que contribuirán al desarrollo de las y los participantes de acuerdo a sus necesidades en relación a la problemática que abordamos y éstas son:

- *Socio afectiva o vivencial:* Esta metodología facilita la construcción grupal en un ambiente que privilegie la autoestima y la confianza, de esta forma se logra que las personas se apoderen y desarrollen habilidades necesarias para comunicarse, cooperar y aprender a resolver los conflictos y puedan trabajar posteriormente con otros grupos bajo esta premisa.
- *Participativa:* A partir de esta metodología se facilitarán procesos de discusión, análisis y reflexión, a través del trabajo individual y colectivo, además de dar especial importancia a los saberes de las personas que participen de este proceso de formación.
- *Problematizadora o reflexivo-dialógica:* Facilita procesos de confrontación y problematización encaminados a adquirir las habilidades para la vida,

reconocimiento de sus propias emociones, y la reestructuración y reaprendizaje de una masculinidad basada en el reconocimiento de la sensibilidad y respeto al género femenino, toma de decisiones frente a situaciones en su trabajo educativo.

Esta metodología facilita a las y los participantes a la confrontación con su comportamiento, creencias y actitudes que forma parte fundamental para incrementar la empatía hacia las y los demás, así como para tener una mejor actuación como actores del proceso de enseñanza.



# TEMA 1

---

## ¿Por qué formar una educación integral en sexualidad?

---

### ■ *Objetivos*

Las y los participantes...

- Conocerán el enfoque de educación integral en sexualidad
- Analizarán los factores principales de este enfoque

### ■ *Contenido*

La educación integral en sexualidad, implica un espacio sistemático de enseñanzas y aprendizajes en donde diversas áreas curriculares se entrecrucen y que estos, a su vez, se aborden de manera transversal y en espacios específicos.

Estas enseñanzas y aprendizajes, deben incluir el conocimiento y cuidado del cuerpo, valoraciones de los sentimientos y emociones en las relaciones interpersonales; fomento de valores y actitudes relacionadas con el amor, el respeto a la diversidad, la solidaridad y la integridad; enmarcado todo lo anterior desde los derechos relacionados con la sexualidad.

De igual forma, debe implicar una articulación con los demás espacios en los que se desarrollan niños/niñas y adolescentes, lo cual significa que la familia, centros de salud y organizaciones relacionadas con el tema deben ser incluidas

en un trabajo conjunto en donde se promueva el aprendizaje desde lo cognitivo, afectivo y de las prácticas que favorecen el vivir en sociedad.

Es esencial recalcar, que para formar una Educación Integral en Sexualidad será importante que el profesorado revise sus creencias personales respecto a la sexualidad y en conjunto posteriormente, lo cual permitirá llegar a un consenso en cuanto a los saberes y posicionamientos acordados de manera colectiva. Dentro de dicha colectividad se encuentra principalmente la familia que es la primera educadora y la cual puede generar vínculos, alianzas y estrategias con la escuela.

La educación sexual, por lo tanto, no debe plantearse de forma aislada, no debe ser una asignatura aislada, ni separada del resto de los contenidos de educación para la vida. Esto por dos motivos fundamentales:

- a) Dado que el objetivo es brindar a las personas bienestar general no únicamente relacionado con el funcionamiento sexual. El bienestar afecta a muchos aspectos de la vida, por lo cual debe ser abordado desde una perspectiva integral.
- b) Por otro lado, es necesario poner orden y coordinar todos los contenidos de educación para la vida y el bienestar.

La educación sexual debe formar parte de la educación en género, considerar que la satisfacción de la necesidad sexual de contacto y vinculación es un aspecto fundamental en el bienestar personal y social.

La salud mucho tiempo fue concebida bajo la lógica de enfermedad-cura, bajo el esquema de un modelo clínico reparador. Desde esta perspectiva, la sexualidad sólo entra en el concepto de salud si hay alguna disfunción.

De acuerdo a lo anterior y con el avance de las ciencias sociales, se alude a un nuevo concepto de salud, que considere desde un punto de vista positivo a la persona y que la considere dentro de un papel activo de su propia salud. En esta concepción, la educación sexual, la prevención de los riesgos asociados

con la actividad sexual y la ayuda a quien lo requiera dentro de este campo tiene sentido, ya que la sexualidad es una dimensión importante del bienestar.

Para muchos educadores y educadoras no es obvio que en la escuela se plantee la educación para la salud y la educación sexual, debido a la saturación en la currícula y a la creencia de que la escuela es la única encargada de la educación.

La educación debe ser integral y los aprendizajes para la salud deben formar parte de la visión de la educación, ya que en ninguna otra institución puede hacerse un proceso de enseñanza-aprendizaje tan estructurado, secuenciado, globalizado y significativo. La escuela ofrece este complemento.

Entonces, podemos deducir que las funciones de la educación sexual son:

- Responder a la curiosidad infantil
- Ofrecer conocimientos sobre los diferentes aspectos de la sexualidad
- Entrenar en habilidades interpersonales
- Fomentar actitudes de respeto
- Proponer una ética basada en las relaciones amorosas
- Enseñar criterios de salud sobre las diferentes manifestaciones sexuales

A lo largo de este manual se explicarán las características principales de la sexualidad, así como los aspectos que se han venido adhiriendo de hace tiempo con el fin de ampliar su carácter biológico, a lo social, intercultural y subjetivo; todo desde una perspectiva de género y con recomendaciones para quienes tienen como labor, educar.

---

***Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.***





# TEMA 2

---

## **Educación integral de la sexualidad desde un enfoque de interculturalidad**

---

### ■ **Objetivos**

Las y los participantes...

- Conocerán el concepto de interculturalidad.
- Reflexionarán sobre la interculturalidad dentro de la sexualidad.

### ■ **Contenido**

#### • ***Interculturalidad y transculturalidad***

Es importante, de inicio, destacar que la educación intercultural, no tiene que ver únicamente con las diferencias culturales, sino con las diferencias de persona a persona y como miembros de grupos, más allá de las costumbres, ya que entre todas las personas se encuentra la diversidad. Además, este reconocimiento a la diversidad tiene que ser la base de la educación y no una excepción que se adhiere únicamente, tomando en cuenta la formación de grupos especiales en cuanto a la nacionalidad, género, raza, clase social, con el fin de homogeneizar.

Asimismo, es importante concebir a la educación como un proceso continuo y que se lleva a cabo en todos los espacios, no únicamente en la escuela, aunque en esta última, alumnado y profesores/as deben concebirse como agentes

activos en el proceso educativo, poniendo como principal objetivo que todo aprendizaje sea **significativo**.

La práctica educativa, por tanto se encuentra dentro de un contexto que no debe ser ignorado sino acoplado a un cambio diario ya que no existen recetas universales para la misma.

Se propone el enfoque intercultural como metáfora de la diversidad, como mirada que permite pensar la complejidad de las situaciones sociales y educativas. En esta propuesta se asume que la manera en que pensamos las cosas, son; por lo tanto pueden presentar un límite dentro del quehacer educativo ya que condiciona nuestras acciones y nuestros discursos.

Dentro de esta propuesta es esencial distinguir entre diversidad y diferencia. En este caso, la diferencia ha sido asumida como parte de una jerarquización y clasificación, probablemente intencional. Una consecuencia de esto, es la estigmatización derivada de la formación de grupos especiales, es decir que se atiende la diversidad en vez de asumirla como característica humana. Por lo tanto, se confunde la diversidad humana con la categorización social.

Las personas adscritas a dichos grupos son apreciadas desde la moral, y se les da un valor de mejor o peor, bueno o malo. Al asumir estas diferencias como la identidad de la persona, muchas veces marcamos barreras difíciles de borrar. La diversidad tiene que ver con el reconocimiento del otro u otra y con el reconocimiento de las diferentes formas de ver al mundo.

Desde el enfoque de interculturalidad, se debe entender a la cultura como un proceso dinámico, no estático y que no se relaciona únicamente con la lengua de origen la vestimenta o creencias, como suele manifestarse. Por lo tanto, lo esencial no es analizar la cultura sino lo que sucede entre personas y grupos que dicen pertenecer a dicha cultura.

En base a lo anterior, se puede entender que la cultura no es lo determinante de los comportamientos, sino la forma en que las personas asumen la cultura a la que pertenecen. Aprender a distinguir, en una situación dada, los elementos

que muestran esto que algunos llaman una especificidad cultural de aquellos que son expresión de una individualidad propia, ese es el objeto de la aproximación intercultural.

Dentro de las recomendaciones para la formación de educadores y educadoras, se encuentra en la formación en educación intercultural que promueva prácticas culturales que afecten directamente a los centros educativos y programas. Así como incluir la diversidad y redes como educadores y educadoras diversos.

Por otro lado, es fundamental que educadores y educadoras obtengan un entrenamiento en técnicas y metodologías diversas que enriquezcan la formación en enfoque intercultural. Asimismo, desde un trabajo individual del educador y educadora es vital cuestionar sus propias creencias, ya que forman parte de esta nueva construcción educativa, de igual forma es fundamental revisar las propias prácticas en términos de igualdad y desigualdad.

- ***La percepción de las sexualidades desde una visión intercultural***

Aunado a lo anterior, vale la pena reconocer el concepto de identidad, el cual se basa en el sentimiento de pertenecer a un grupo o colectivo en el cual hay una identificación, diferenciación y crecimiento personal. Tiene las características de no ser impuesta, estática y de abarcar diversos ámbitos de la vida de la persona como: educación, género, sexualidad, entre otros componentes. La autoidentificación, de igual forma, se refiere a la determinación de dicha pertenencia o identidad cultural.

La interculturalidad, parte como una propuesta para el intercambio de culturas y sus integrantes como iguales. Este proceso tiene un eje en la cosmovisión, es decir, en la propia percepción del mundo; la cual tiene un impacto a su vez en la salud y en el acceso a los servicios y la calidad de los mismos.

La salud intercultural, significa la capacidad de funcionar entre dos sistemas culturales en materia de salud, lo cual implica una modificación en las estructuras de poder y las desigualdades para generar un entendimiento. La idea es incorporar el entorno o condiciones culturales en los servicios de salud. Desde

la perspectiva de diversas comunidades, el concepto de salud difiere con el que reconocemos en las instituciones al tener los siguientes principios:

- *Relacionalidad*: se ve a la persona en su totalidad
- *Complementariedad*: lo opuesto se complementen y forman un todo
- *Reciprocidad e intercambio*: dinámicas que permiten equilibrio entre naturaleza, espiritualidad y persona

Es decir que la visión es holística y enfocada al bienestar general, no únicamente a la patologización y medicación para la eliminación de los síntomas.

Desde una visión occidental la salud sexual y reproductiva, se refiere al bienestar físico, mental y social y no solo a la ausencia de enfermedades. En cuanto al ciclo reproductivo, la mayoría de los procesos como la menstruación y el parto, son abordados desde una concepción que los relaciona con la naturaleza y son atendidos por parteras o comadronas en sus respectivos casos. Por lo tanto la salud reproductiva se relaciona más con las normativas sociales de parentesco y las creencias o rituales.

Asimismo, aunque las ITS se identifican por los síntomas, generalmente son tratadas con medicina tradicional o remedios caseros, en cuanto al VIH se asume como un “castigo” y se asocia con la homosexualidad y la prostitución, asumido como “males” urbanos, por lo cual las identidades sexuales diversas son censuradas mayoritariamente.

Es decir, que sus derechos sexuales y reproductivos son desconocidos y ejercidos desde las creencias propias de su comunidad basadas muchas veces en creencias religiosas y permeadas por las relaciones de género, este concepto hace referencia al modo en que la diferencia sexual es interpretada desde lo social y culturalmente en términos del binomio masculinidad-feminidad.

En la adolescencia estas identidades genéricas, adquieren una relevancia especial, mediante una serie de significados culturales en donde se les llama “señoritas” a las chicas cuando tienen su menarca (primera menstruación) y

a los varones “hombres” cuando tienen el primer encuentro coital, afirmando la masculinidad.

El reflexionar sobre lo anterior y el entender los propios procesos respecto a la salud sexual, a la salud reproductiva y a las prácticas sexuales de cada cultura, contribuyen a un enriquecimiento dentro del binomio enseñanza-aprendizaje. Al mismo tiempo que se traduce en una diversificación de lo que hemos venido entendiendo de estos conceptos.

---

***Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.***



# TEMA 3

---

## La educación integral de la sexualidad desde una perspectiva de género

---

### ■ **Objetivos**

Las y los participantes...

- Conocerán la perspectiva de género.
- Identificarán la perspectiva de género dentro de la sexualidad

### ■ **Contenido**

#### • **Perspectiva de género**

Se entenderá por género a la construcción social que se hace a partir del sexo biológico con el cual se nace, dicha socialización está determinada por valores, actitudes, símbolos y normas impuestas por el contexto, cultura y momento histórico y que determinan la participación de hombres y mujeres en el ámbito público y privado.

Así, dentro de nuestra cultura se tiene a sujetos sexuados femeninos y masculinos, a los cuales se les asignan ciertas funciones dentro de la sociedad. El género, por tanto, es una categoría que abarca, efectivamente, lo biológico pero es, además, una categoría bio-socio-psico-económica-político-cultural. La categoría de género, entonces, analiza la síntesis histórica que se da entre



lo biológico, lo económico, lo social, lo jurídico, lo político, lo psicológico, lo cultural; lo cual se adhiere a lo biológico, tomando en cuenta que este no es determinante.

Desde esta perspectiva, se analiza que la mujer, por lo tanto, ha sido considerada como la responsable de la reproducción biológica y doméstica, lo cual ha impactado en las políticas en cuanto a salud sexual y reproductiva. Al contrario de los hombres, representados como los responsables de la reproducción social. El imaginario social está permeado por el discurso de que son las mujeres las que se reproducen, permeando con esto el significado de la reproducción para los hombres del cual se sienten fuera.

La identidad de los hombres se relaciona con su proceso de construcción de masculinidad, en donde en muchas culturas occidentales implica el no ser mujer, no ser niño y no ser homosexual, lo cual explica parte de su descentralización del proceso de reproducción y cuidado de la salud. Considerarlos como actores de su reproducción es analizar sus relaciones con los procesos de reproducción y de una posible paternidad.

La perspectiva de género, entonces, permite descubrir el sexismo de lo femenino, respecto a una sobrevaloración de lo masculino, en donde se asume que el hombre es superior por sus características biológicas.

- ***La sexualidad desde una perspectiva de género***

Existe una relación estrecha entre lo masculino, lo femenino y las sexualidades. En muchos sectores existe un rechazo hacia la sexualidad de las mujeres que no tiene como fin la reproducción, es decir que se valora que las mujeres no sientan ni expresen sus deseos, mientras que para los hombres se estimulan las expresiones de erotismo y diversidad de experiencias sexuales.

Esta diferenciación condiciona, entre otras cosas, fenómenos sociales como la poligamia, frecuencia de abuso y violencias sexuales, ingesta de alcohol, ocultamiento de diversas prácticas sexuales, como en los hombres que no se identifican como homosexuales y sobre todo la ausencia de medidas preventivas de ITS / VIH-SIDA y de embarazos no planificados. Estos significados expresan

la presencia de relaciones desiguales, abusos y limitaciones a las posibilidades del ejercicio de una plena sexualidad.

Es necesario, por lo tanto, mirar desde una perspectiva diferente a los hombres, no como parejas de las mujeres sino como autores de los procesos. Lo anterior para lograr la inclusión en lo sexual y reproductivo, el cuestionamiento que se hace a esta pretensión son los límites que debe tener su participación. Para lo cual se ha planteado que la inclusión no debería trastocar la autonomía de las mujeres y llevar una tendencia hacia la equidad de género.

Se plantea que para tener una visión más amplia, es necesario tener claro el concepto de derechos reproductivos, ya que difiere de salud reproductiva. La salud reproductiva deviene de los aparatos institucionales, mientras los derechos reproductivos se generan en un marco de Derechos Humanos de hombres y mujeres.

Se define a la salud reproductiva, entonces, como el bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de malestar en las funciones y procesos del sistema reproductor. Para lograr dicho bienestar se requiere de la interacción de diversos factores, por lo cual es importante entender dichos factores.

En cuanto al ejercicio de la sexualidad, se hace evidente una diferencia genérica en donde la vida sexual de la mujer es ocultada mientras que la del hombre es expuesta de manera competitiva sin consecuencias. En esta misma dimensión está el descuido por parte de los hombres y el cuidado hacia los demás por parte de las mujeres, marcando otra pauta para el entendimiento de la inequidad en las prácticas reproductivas.

Por lo tanto, han sido las mismas mujeres quienes han abierto camino para conquistar el terreno en cuanto a derechos sexuales y reproductivos, por ser en éstas en donde ocurren los cambios biológicos y psicológicos propios del embarazo. Además de la conquista del derecho al placer, un ejercicio informado, digno y pleno de la sexualidad; y el derecho a una vida libre de violencia.

---

***Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.***



# TEMA 4

---

## Características del Facilitador / Facilitadora

---

### ■ **Objetivos**

Las y los participantes...

- Reconocerán las habilidades requeridas para la facilitación de aprendizajes
- Analizarán en sí mismos/as las características y potencialidades necesarias

### ■ **Contenido**

#### • **Creencias**

Cuando hablamos de educación sexual, son diversos los nombres que profesionales de la educación prefieren darle. En algunos casos han adoptado la educación afectivo-sexual, sobre todo por el impacto que genera el agregarle la categoría de afectividad. Y quienes han decidido adoptar educación sexual es principalmente por dos razones: porque la educación afectiva es más amplia de lo que se puede hacer en estos programas y porque la educación sexual necesariamente debe incluir la parte afectiva en donde se incluyen: el placer, la atracción y el enamoramiento. Existen otros como educación para la abstinencia, educación para el amor, para el respeto en donde lo que se intenta es no hablar de sexualidad, para mantenerla en secreto.

Esto nos lleva a hacer una revisión de las creencias de la sexualidad en el pasado y en la actualidad.

<b>Creencias en el pasado</b>	<b>Creencias actuales</b>
La sexualidad reducida a la genitalidad y al coito	La sexualidad es una dimensión de toda persona que abarca: cromosomas, gónadas, hormonas, anatomía, fisiología, identidad, afecto, etc. Todo el cuerpo es susceptible a recibir placer
Considerar desviadas las conductas sexuales que no tienen como fin la reproducción.	Muchas posibles funciones: placer, procreación, comunicación, ternura, afecto, etc.
Considerar al matrimonio como condición para tener actividad sexual legítima.	Es un derecho de la persona con independencia del estado civil
Permitir únicamente las parejas heterosexuales	La orientación del deseo admite diversidades
Negar a las mujeres el derecho a sentir deseo sexual y poder ser activas.	Las mujeres son diversas de los hombres y entre sí, pero iguales en derechos y en posibilidades sexuales.
Negar la sexualidad a personas con discapacidad, enfermos mentales, encarcelados, etc.	La necesidad de intimidad sexual es propia de la persona, sin excepción de su condición.
Negar la sexualidad infantil con sus características propias, condenar el autoerotismo.	Existe la sexualidad infantil, prepuberal y adolescente la cual hay que aceptar.
Ocultar el abuso, la violación, el acoso, etc.	Deben prevenirse, detectarse y denunciarse, cualquier forma de violencia sexual.

Las actitudes, en este caso de quien facilita los temas, tienen gran importancia en la regulación de la conducta humana: en los pensamientos, sentimientos y lo que podemos hacer. Nuestras actitudes hacia la sexualidad regulan nuestra actividad sexual, esta influencia no sólo regula nuestras conductas personales sino nuestro que hacer como educadores/educadoras. El educa-

dor/educadora, lo puede manifestar a través de la selección de contenido, la explicación de los mismos, miedos, resistencias, su relación con padres/madres y educandos, así como la manera de afrontar las preguntas respecto al tema y responderlas.

Las experiencias personales, tienen un papel decisivo en nuestras actitudes, especialmente si fue algo muy traumático o significativo. Los modelos de observación reales (padres/madres e iguales), los modelos simbólicos, los objetos y juguetes y los modelos impuestos por la sociedad tienen una gran influencia.

Las actitudes hacia la sexualidad predispondrán lo que opinamos, sentimos y hacemos ante objetos sexuales, situaciones, personas con orientación sexual diversa, normas o costumbres sociales y conductas sexuales.

Las actitudes, por tanto, se componen de tres elementos:

1. Componente mental o cognitivo: la tendencia a opinar y tener ideas y creencias con frecuencia poco racionales cargadas de significado para las personas. Por ejemplo: pensar que el sexo oral es asqueroso.
2. Componente afectivo-emocional: las actitudes son una reacción de agrado o desagrado, ante objeto, situación, persona o práctica sexual.
3. Componente comportamental: las actitudes son una predisposición a comportarse de forma determinada. Si una profesora piensa que la educación sexual es peligrosa, evitará llevarla a cabo.

Asimismo, es importante acentuar que para hacer educación sexual es necesario conocer las características de la sexualidad en la niñez y adolescencia.

- ***Actitudes, habilidades y conocimientos***

En las metodologías participativas, quien facilita el aprendizaje es un actor activo que se involucra, además de generar un entorno de apoyo. Explorar las experiencias propias y del resto, identifican puntos fuertes y débiles, además compartir conocimientos, ideas y preocupaciones. Si lo considera apropiado, un facilitador también puede contar su propia experiencia.

Quien facilita, no requiere tener la mayor experiencia o expertez en el tema, aunque sí es importante tener características profesionales y de personalidad que se pueden dividir en tres áreas: conocimientos, habilidades y actitudes.

- *Actitudes:* además de lo especificado con anterioridad, en donde se tienen que revisar las propias creencias de la sexualidad y las actitudes respecto al tema. Ser honesto/a, amigable, tener un compromiso por acompañar a las personas en el proceso de aprendizaje, consciente de los temas de género, respetar las diferencias culturales, orientación sexual y confidencialidad, tratar a quienes participan de manera equitativa y tener autoconciencia, son actitudes que se requerirán en el proceso.
- *Conocimientos:* todo lo referente respecto a la sexualidad, en este caso de niños/niñas y adolescentes, sobre ITS/VIH-SIDA y sobre el contexto del grupo en específico con el que se trabaja.
- *Habilidades:* escucha activa y buenas preguntas, comunicación abierta, capacidad de dirigir al grupo, resolución de conflictos, sintetizar y mantener las actividades dentro del tiempo programado.
- **Potencial lúdico**

Para emprender el potencial lúdico es importante tomar en cuenta las habilidades de:

- Fomentar que los/las participantes compartan y aprendan
- Comunicación buena y efectiva
- Conseguir que el material sea práctico y relevante
- Saber responder a las dinámicas de grupos: permitir retroalimentación, evitar crisis, mostrar positividad frente a las críticas, asumir que no siempre se complacerá a todos/todas, equilibrar la participación

Ahora bien, la lúdica entendida como una parte de las personas en donde se manifiestan las emociones y el disfrute, hace referencia a un conjunto de actividades de expansión de lo simbólico y de lo imaginario dentro de las cuales está el juego. Por lo tanto en el proceso de aprendizaje y de las

metodologías participativas es importante incluir actividades de este tipo en las técnicas a implementar.

Para lo cual es importante que el educador o educadora asuma la lúdica como un valor dentro de la pedagogía, por ser un motivante en el proceso de enseñanza- aprendizaje en donde niños, niñas y adolescentes se convertirán en participantes activos.

Se debe considerar la lúdica:

- Como un lenguaje natural y cotidiano
- Como un medio para amplio aprendizaje
- Como dimensión potencial para el desarrollo humano
- Como canalizador de expresión, comunicación y convivencia
- Como potenciadora de la capacidad creadora
- Como reafirmadora de interés de quien participa
- ***Manejo de lenguaje no sexista***

El lengua es un sistema de comunicación dinámico, evoluciona constantemente y reproduce la realidad social en la que vivimos, de ahí la importancia de introducir la perspectiva de género.

En cuanto al uso del lenguaje, la prioridad debe ser la comunicación, de manera que padre/madre y alumnos (as) no se repriman debido a no utilizar los términos que se consideran correctos. Deben tener la libertad de usar las palabras que conocen incluso si estas nos parecen no adecuadas, siempre y cuando se tenga en cuenta que se puede mejorar la manera de expresar ciertas ideas, es decir debe haber por parte de las personas involucradas en el proceso de educación integral en sexualidad, una actitud de mejorar el lenguaje.

En la familia y la escuela se puede usar el lenguaje coloquial y el técnico, es decir aludiendo a las formas en las que se llama el pene, haciendo énfasis que el adecuado es –pene–, en cuanto al lenguaje técnico es mejor usar el menos complejo, especialmente en las primeras etapas del desarrollo.



Es importante aprender a evitar un vocabulario:

- a) *Agresivo*: que da un significado violento, de poder o control sobre otra persona
- b) *Soez*: hay que tener en cuenta el contexto y las costumbres
- c) *Sexista*: que deje en una posición de sumisión a un género, que se exprese dominación o superioridad, por ejemplo –caminar como niña–

El lenguaje sexista es androcéntrico, es decir, viene desde una construcción social en donde los hombres han determinado incluso la manera en que hablamos, esto se manifiesta ya que nombramos todo en masculino con la idea de que así nos referimos a toda la humanidad. El uso del lenguaje sexista, invisibiliza a las mujeres y genera confusión.

En cuanto al uso del lenguaje con perspectiva de género, ha habido un consenso comunitario desde las luchas por la equidad de género en donde ambos géneros tienen que ser nombrados, esto aludiendo a que por medio del lenguaje se hacen presentes las cosas, palabras, personas. Por ejemplo decir: –niños y niñas–, –los chicos o las chicas–.

---

**Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.**

# TEMA 5

---

## Sistema sexo-género

---

### ■ **Objetivos**

Las y los participantes...

- Identificarán la diferencia entre sexo y género
- Analizarán los factores que intervienen en la construcción del género

### ■ **Contenido**

- **¿Qué es sexo?**

Entenderemos por sexo las características biológicas diferenciales que existen entre hombres y mujeres.

- **Cinco Tipos de Sexo**

Los diferentes tipos de sexos, que son los que van a conformar la identidad sexual del individuo en correspondencia en cómo éstos van a ser incorporados en el proceso de socialización de esa nueva persona.

a) Cromosómico

La determinación del sexo de una persona tiene lugar en el momento de la concepción, cuando un óvulo es fecundado por un espermatozoide.

El óvulo siempre es portador de un cromosoma X, mientras que el espermatozoide puede ser portador de un cromosoma X o Y, lo que definirá el sexo del futuro

ser. Cuando se unen el óvulo y el espermatozoide, se forma una célula llamada cigoto cuyos cromosomas sexuales pueden ser XX (por lo que el desarrollo embrionario dará lugar a una niña) o XY (de forma que el resultado será un varón).

Así pues, el cromosoma Y del espermatozoide determina si el embrión desarrollará testículos u ovarios.

#### b) Gonadal

Durante el primer mes de existencia del cigoto aún no se manifiesta ninguna diferencia entre ambos sexos. Pero a partir de la sexta semana de embarazo, cuando el cigoto se ha convertido en embrión y mide menos de un centímetro y medio, aparecen las zonas que se convertirán en gónadas o glándulas sexuales.

Si se trata de ovarios, estos se desplazarán desde la parte alta del abdomen hasta la zona de la pelvis, mientras que, si son testículos saldrán del abdomen y se situarán dentro del escroto.

#### c) Hormonal

El hombre posee una porción mucho mayor de andrógenos mientras que la mujer la carga hormonal predominante corresponde a los estrógenos. Se puede establecer además una diferenciación dada por la secreción de hormonas liberadoras de las hormonas sexuales, y que se denomina sexo hipotalámico.

#### d) Fenotípico

Es la clasificación del sexo basada en las características físicas de cada individuo, que incluyen la distribución de la velloidad, la contextura y tamaño de la musculatura, la forma de los huesos de la pelvis y la distribución de la grasa corporal, entre otros y que en su conjunto se denominan caracteres sexuales secundarios.

Dentro de esa clasificación se encuentran otros indicadores como son el sexo gonádico y genital, que consiste en la determinación del sexo a partir de la identificación de las glándulas sexuales siendo el ovario característico de la mujer y los testículos del hombre.

La diferenciación del sexo gonádico está determinada de manera directa por el sexo genético. El sexo genital corresponde a la apariencia externa de los órganos sexuales de modo que el escroto y el pene son propios del hombre y la vulva de la mujer.

e) Cerebral

Hace alusión a los hallazgos biologicistas de las diferencias entre los sexos en donde alude a que las habilidades están determinadas por nuestra estructura cerebral como hombres o como mujeres, de esta forma los hombres, se dice, tienen más habilidades para la resolución de problemas abstractos, mientras las mujeres presentan mayor rapidez en cálculos matemáticos.

- **Sistema sexo-género**

El sistema sexo-género, es una categoría de análisis que ha sido usada por las ciencias sociales como base para cuestionar los valores y creencias relacionales entre los sexos. Utilizar la categoría de género, ha permitido develar las desigualdades y relaciones de sumisión y superioridad entre hombres y mujeres, lo cual se traduce en todos los ámbitos en los que nos desarrollamos como personas.

La palabra género se refiere a las categorías de lo femenino y lo masculino. El concepto de sexo como categoría de los seres humanos desde la biología, es sustituido por el género que considera valores, son creados y reproducidos dentro y a través de la cultura.

La perspectiva de género no desconoce estas diferencias biológicas, sino que cuestiona la manera en que estas diferencias han sido usadas particularmente para manifestar la superioridad de lo masculino sobre lo femenino.

Por lo que el sistema sexo-género, se establece como un conjunto de disposiciones por lo que la sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la sexualidad humana, por lo cual las diferencias biológicas aparecen como valorativas.

Desde la perspectiva de género, esta diferenciación es socialmente impuesta, ejecutada, aprendida y ejercida dentro de un contexto histórico y social. Esto en base a estudios antropológicos que evidenciaron que en algunas culturas lo “femenino” es considerado como “masculino” y viceversa.

- ***Construcción sociocultural del género***

La socialización es en donde se tejen los aprendizajes de lo que significa “ser hombre” y “ser mujer”, este proceso se lleva a cabo mediante la adscripción de valores y patrones de comportamiento; esta construcción genérica, está tan arraigada a nuestra cultura que incluso forma parte de la vida de una persona antes de que esta nazca.

Los niños y las niñas aprenden estos mandatos sociales mediante los valores que se les inculcan para definir su identidad, así como las formas de relacionarse entre sí. Usando mecanismos como el castigo, el premio y la ridiculización para sancionar la transgresión a las normas establecidas para cada sexo.

En cuanto a la sexualidad esto se traduce en la visión de la mujer como un instrumento pasivo, instrumento de reproducción.

Sin embargo, cabe mencionar que, aunque los medios de comunicación y el contexto social tienen un valor importante en cuanto a la construcción de género, no actúa solo. La familia al ser mediador de la sociedad y el socializador primario por excelencia, es quien aporta al niño a la ideología y los paradigmas en torno al rol de género que deberá adoptar.

Es dentro de este primer medio de contacto en donde adquiere el mayor repertorio de aprendizajes; así, la madre se convierte en una figura que lo guiará durante la construcción de su masculinidad, al ser quien pasó mayor tiempo durante el proceso de gestación, lo amamantó y lo educó, se convierte en la figura de identificación primaria. Aunado a esto, existe ausencia general de la figura paterna, física y/o afectiva, por lo tanto el niño/niña sólo tiene experiencia de lo femenino.

De igual forma, la escuela, es en donde se confirmarán las actitudes, creencias, roles y paradigmas aprendidos en casa. Este ámbito se suma a la familia en la ausencia de la figura masculina, siendo maestras y profesoras las que conforman la mayor parte de la matrícula, sobre todo en educación básica. Por lo tanto, el discurso y actitudes que se manejen en el aula tendrán una fuerte influencia educativa y de reafirmación de los modelos de masculinidad. Es el caso de los profesores y profesoras de educación preescolar que participaron en el estudio realizado por Rodríguez y Torío (2005), en el cual además de indagar el discurso, se acercaron a la educación y a las acciones emprendidas en esta institución.

Los principales hallazgos de este estudio, resaltan las relaciones entre niños y niñas, en donde éstas actúan como cuidadoras y los ellos como sujetos de cuidado, esto a los tres años, en donde, según los profesores y profesoras, niños y niñas aún juegan de manera casi indiferenciada. Más adelante, a los cinco años aproximadamente, los niños se dirigían al área de bomberos o de construcción, y cuando se dirigían al área de la casa o de la cocina, el uso que le daban a los materiales era diferente, por ejemplo, utilizaban los cuchillitos de la cocina para jugar a luchar. En este caso, se menciona que cuando los niños adoptaban el rol de papá en un juego o iban a la cocina a jugar de manera similar que las niñas, las profesoras (es) se mostraban sorprendidas y en cierto grado preocupadas, lo cual muestra los roles que identifican y el reforzamiento que se les da a los niños en cuanto a las acciones que ejercen.

Abordando un modelo ecológico, la construcción del género se lleva a cabo en los macrosistemas, exosistemas y microsistemas.

- **MACROSISTEMA:** desde la cultura misma imperan los mandatos que se deben cumplir para cubrir el ser hombre y ser mujer.
- **EXOSISTEMA:** las condiciones económicas influyen en los medios de socialización y en el tiempo que padres y madres pasan con hijos e hijas. Es en donde los niños/as sólo tienen la experiencia de lo femenino y el padre como proveedor pasa poco tiempo en casa y las niñas de las mujeres como agente pasivo y dependiente.

- **MICROSISTEMA:** la interacción familiar permeada por los dos sistemas anteriores. En esta interacción se asumen como personajes principales al padre y la madre así como las prácticas y demostraciones y afectivas de cada uno, en donde la distancia emocional se asume como parte de lo masculino.

Se puede decir, por tanto, que la construcción de género está influenciada desde diferentes ámbitos y actores a lo largo de la vida de un individuo, por lo cual el entender de qué manera nos socializamos como hombres o como mujeres, es un primer paso para entender las sexualidades desde la perspectiva de género.

---

***Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.***

# TEMA 6

---

## Sexualidad

---

### ■ *Objetivos*

Las y los participantes...

- Identificarán las características de la sexualidad infantil y adolescente.
- Conocerán las medidas de prevención en materia de ITS VIH/SIDA y embarazos no planificados.

### ■ *Contenido*

La sexualidad no es un concepto estático. Se delimita desde la perspectiva teórica con la que es abordado. Designa comportamientos, prácticas y hábitos que involucran al cuerpo, pero de igual forma designa relaciones sociales, conjunto de ideas, discursos y significados que las sociedades e instituciones construyen en torno a los deseos eróticos y comportamientos sexuales.

La teoría holística, propone a la sexualidad como un proceso subjetivo de cada persona, dentro de un contexto específico; desde esta visión holística cada componente es visto como un subsistema de la sexualidad, se le denomina holón porque a pesar de su individualidad cada uno se relaciona necesariamente con los otros tres. En una persona adulta la sexualidad sólo es un componente de su vida y al mismo tiempo, todos los componentes existen en nuestra persona



desde antes de nacer, aunque se van modificando en función del propio desarrollo físico, emocional y psico-social.

¿Cómo deben desarrollarse estos componentes? La respuesta a esta pregunta se relaciona con la salud, la sexual principalmente, la cual ha sido definida desde un punto de vista médico como lo contrario a la enfermedad, sin embargo desde la filosofía se plantea que la salud es ideológica, es decir que el concepto de salud para cada persona se relaciona con sus conceptos de valor.

En este caso, desde la perspectiva teórica, la salud sexual es parte del bienestar general de una persona, de esta forma, un problema sexual aparece cuando una de las partes no se expresa correctamente o cuando limitamos esa expresión.

Es importante saber que todos los componentes de nuestra sexualidad se encuentran en nuestra naturaleza, por lo cual nadie puede limitar nuestra sexualidad. Aunque existan personas que la acallen o nuestro propio cuerpo y mente dificulten la expresión plena de nuestra sexualidad. Por lo que se plantean ciertos valores.

- Plenitud de la expresión sexual
- Libertad
- Congruencia
- Integridad
- Responsabilidad

La expresión de cada componente de nuestra sexualidad debe ser armónica con las otras expresiones sexuales; para que la armonía sea plena hace falta estar en armonía con cada uno y cada una, con las demás personas y con el mundo. Este valor es el que unifica que los demás valores se integren a la experiencia humana.

La sexualidad desde este enfoque, tiene al menos cuatro componentes:

### *La reproductividad*

La reproductividad se diferencia de la reproducción en cuanto al potencial que poseemos como personas, ya que en algunos casos la reproducción no es posible por enfermedad o no se elige por convicción propia o estilo de vida. La reproductividad no se limita al hecho de embarazar o quedar embarazada, implica la complejidad de que una persona sin reproducirse contribuye al crecimiento espiritual y personal de otros y otras.

### *El género*

Biológicamente los seres humanos hemos sido divididos mediante nuestros caracteres fenotípicos, por un lado se encuentra el macho y por el otro la hembra, traducido a lo masculino y a lo femenino. Se le acuñe a este proceso como dimorfismo sexual (dos sexos), sin embargo, cuando nacemos, en los primeros años de vida adquirimos una dimensión psicológica compleja que es la identidad genérica.

La identidad genérica (o de género) implica una serie de construcciones: creencias, actitudes, sentimientos, pensamientos en función de lo masculino y lo femenino, respectivamente. Esto se da mediante nuestras experiencias como seres sociales en donde nos conformamos de acuerdo a lo que los y las demás esperan de nuestro comportamiento. Sin embargo, las ideas respecto al género muchas veces pueden tener una connotación negativa: como las creencias de que las mujeres deben ser sumisas y los hombres tener el control.

### *Erotismo*

El término erotismo proviene de la mitología griega, en donde Eros se concebía como el dios de la pasión y fertilidad. Por erotismo se entiende la capacidad humana de experimentar placer sexual, nuevamente se trata de una potencialidad con la que todos y todas nacemos, sin embargo no se lleva a la plenitud por algunas personas, sobre todo cuando dentro de la sociedad en la que nos desenvolvemos tiene una connotación negativa todo lo relacionado con lo sexual.

El placer sexual es una experiencia personal que no siempre se relaciona con el deseo por otra persona, tiene que ver directamente con nuestro cuerpo y la salud del mismo.

El placer erótico, por su lado, va más allá de la fantasía y su realización, tiene que ver con la reacción de nuestro cuerpo, lo cual representa que aceptemos las experiencias que nos resultan estimulantes. El erotismo se encuentra dentro de todas las culturas, es de lo primero que se prohíbe, norma y regula cuando se forma una sociedad.

Entre los cambios corporales con nuestro cuerpo, referente a los conceptos anteriores, se encuentran: el deseo por el placer erótico, excitación al recibir la estimulación deseada y la respuesta de nuestros genitales; la aparición de la lubricación vaginal, la erección del pene y el orgasmo.

El placer sexual es parte de la evolución humana y la evolución de nuestros cuerpos para perpetuar la especie, ya que nos separamos de otras especies debido a que en las mujeres no existen señales explícitas de la ovulación, es por eso que la sexualidad de las personas no se rige por los ciclos ovulatorios. Cuando sucede el orgasmo se libera una sustancia en el cerebro que produce un efecto similar al de otras drogas, lo cual garantiza biológicamente que hombres y mujeres sigan copulando con el fin de reproducirse biológicamente.

Aun así, el erotismo se ha separado de esta predictibilidad biológica, ya que se adhiere a la subjetividad de cada persona, en donde le atribuimos un significado simbólico a nuestras experiencias placenteras, por lo tanto hace más compleja la sexualidad humana.

### *El vínculo afectivo*

En cuanto al vínculo afectivo como un holón de la sexualidad, no hay un consenso en cuanto a que el amor forme un componente de la misma. Más bien, que la potencialidad de amar se construyó en los humanos como una forma de permanecer en el mundo. Es decir, que al mismo tiempo que los seres humanos nos volvimos más independientes y sofisticados, también nos volvimos más dependientes del grupo social con el fin de sobrevivir.

El aspecto más notable del amor, es que lo hay en varias formas, en este caso, nos toca comprenderlo desde nuestra sexualidad. Sin embargo, habría que repensar lo que se concibe como amor, ya que se asocia con la dependencia de la pareja y el dolor cuando esta no se encuentra presente. Desde la teoría holística de la sexualidad se considera que a diferencia del amor, el vínculo afectivo sí se lleva a cabo en todas las personas. Nuestro primer vínculo se da por medio del cordón umbilical, con nuestra madre, la respuesta de ese otro y otra no es indiferente, provoca sentimientos intensos, lo cual se nombra como: respuestas afectivas. La angustia a la separación es una respuesta afectiva que inicia con la separación de nuestra madre y con el tiempo en la edad adulta se demuestran con la fragilidad en nuestras relaciones, de manera que en muchas circunstancias podemos actuar de manera infantil frente a nuestras relaciones, lo cual genera celos, rabia y otras formas destructivas de relacionarse. Por eso desde esta teoría, se propone que se le nombre amor a lo que favorece la plenitud de quienes conformen una relación.

- ***La sexualidad en las niñas y niños***

El ser humano comparte con todas las especies sexuadas algunas características esenciales, entre las que destacan: la identidad sexual (hembra o macho), roles sexuales (en la reproducción y crianza), afectos sexuales (deseo y atracción) y afectos sociales (vínculos entre progenitores y crías). La diferencia es que dicho proceso en nuestra especie adquiere características propias.

Somos individuos diferentes genética y culturalmente y la individualidad genética se individualiza con los distintos procesos de culturización. Por lo tanto la individualidad no sólo es genética, sino cultural. Tenemos una identidad sexual que depende de las características biológicas (morfología y fisiología sexual del hombre y la mujer: sexo genérico, gonadal, genital, cerebral y somático) que mediatiza todos nuestros pensamientos, afectos y conductas.

También tenemos identidad sexual, sobre la que diferentes culturas han construido los roles de género, casi siempre discriminatorios para con la mujer. El origen de estos roles ha tenido que ver con el mayor poder físico del varón y el hecho de que éste se haya hecho casi siempre dueño de la economía y la política.

Tenemos como otras especies una fuerte motivación sexual (deseo y atracción) y actividad sexual premiada (placer sexual) los cuales pueden darse fuera de la intención y posibilidad de la reproducción. En la especie humana se desea y se busca la actividad sexual incluso cuando es fisiológicamente imposible la reproducción, el deseo y placer de la mujer no está determinado por su ciclo sexual y el varón es el único de los seres vivos que puede rechazar la actividad sexual sin estar enfermo o agotado.

Por lo anterior, es importante la educación sexual en la especie humana, para aprender a vivir la sexualidad de forma libre, responsable, saludable y placentera. Esta libertad también afecta las diferentes formas de estimulación sexual.

La característica de que la sexualidad humana es una dimensión compleja no se limita a la reproducción, ni siquiera a la búsqueda de placer mediante el coito:

- La especie humana está dotada para el contacto dérmico dado el escaso pelaje, orientado para la interacción.
- Está especialmente dotada para la comunicación, puede entender y transmitir muchos matices emocionales diferentes. El lenguaje articulado, las palabras, permiten interpretar toda realidad.
- La especie humana tiene la capacidad de establecer compromisos y alianzas, además de decidir la duración de estos.

Como resultado de nuestra historia como especie humana, existen tres grandes necesidades interpersonales:

- Necesidad de establecer vínculos con progenitores incondicionales.
- Establecer vínculos y relaciones de conocimiento y amistad con miembros de la comunidad.
- Necesidad de intimidad corporal sexual.

Si no se resuelven bien estas tres necesidades esenciales, deviene el sentimiento de abandono, marginalidad, soledad, insatisfacción y exclusión de la sociedad. Necesidades, que por cierto, no se resuelven del todo sino que se sienten con-

tinuamente. La educación sexual desde este punto de vista, pretende guiar a las personas a resolver la necesidad de la intimidad corporal y afectiva, a través de la libertad y la responsabilidad.

### *Sexualidad infantil prepuberal*

Aunque poco se ha estudiado de la sexualidad en esta etapa, es un ciclo con grandes riquezas y esencial para iniciar la educación sexual. Las razones de la ausencia de estudios en esta fase, es debido a la negación cultural de una sexualidad infantil y por otro lado, a las dificultades éticas para estudiarla de manera experimental.

Desde la medicina, el psicoanálisis y la antropología se hicieron algunos acercamientos en el pasado, actualmente se recurre a las personas más cercanas a los niños y niñas para entender su sexualidad de manera más amplia, aunque este tipo de fuentes pueden acarrear deficiencias, dado que niños y niñas suelen ocultar sus conductas sexuales ante padres/madres y educadores/as.

La anatomía sexual de niños/niñas se desarrolla en los primeros meses de gestación, en el periodo prenatal. Es decir, que cuando nacemos el cuerpo está desarrollado desde el punto de vista sexual, tan desarrollado como para activar el placer sexual. Tienen sensibilidad sexual, capacidad de erección y vasocongestión. Algunos niños y niñas llegan a ese descubrimiento y se autoestimulan, llegando a experimentar el orgasmo. De hecho la masturbación es más frecuente de lo que se cree o de lo que se quiere reconocer.

El descubrimiento del placer debe considerarse como una conducta saludable, los indicadores son:

- Capacidad de autocontrol, que pueda posponer la conducta de masturbación.
- Practicarla en la intimidad.
- Resolver la tensión excitación-sexual, de forma que no la repitan de manera consecutiva.
- Masturbarse en condiciones de higiene.

- No masturbarse para llamar la atención o como reacción ante conflictos.
- Que no esté motivada por comezón o infección.
- Que no se acompañe de sentimientos de culpa.

Toda intervención educativa en base a la masturbación, debe cumplirse desde la condición de dejar claro al niño o niña que es una conducta que puede practicar con plena libertad, siempre y cuando cumpla los criterios de higiene. Es importante destacar que la ausencia de masturbación no debe ser motivo de alarma.

En cuanto a las preguntas guiadas por la curiosidad que realizan niños y niñas, provienen del deseo de conocer e interpretar las diferencias corporales y sexuales. Básicamente se refieren a la diferencia anatómica, el modo de vestir de hombres y mujeres, el significado de las conductas sexuales que observan y no entienden.

Existen ciertos criterios para responder esas preguntas:

- Contestar cuando preguntan, no de manera postergada
- Responder con naturalidad
- Adaptar la respuesta a la pregunta
- Usar vocabulario coloquial y posteriormente introducir terminología técnica
- No ocultar información en la respuesta, sino adaptarla a cada edad
- Procurar dar respuestas correctas y si no se cuenta con ella, buscar información
- Conseguir dar una visión positiva de la sexualidad (hablar positivamente del hecho de ser niño o niña, indicar que se tiene hijos/as porque se desean, dar una visión positiva de los cambios puberales como la menstruación, explicar que las conductas sexuales las llevan a cabo las personas porque les gustan, lo desean, etc.)

En los juegos sexuales, los niños y niñas reproducen algunas de las conductas sexuales. A través de los juegos pueden tocarse, explorar otros cuerpos, reproducir conductas de los adultos, aprender a relacionarse, divertirse. Por ejemplo,

juegos que implican reconocer el cuerpo con los ojos cerrados. Los juegos entre menores de edad, si la participación es voluntaria, en general son saludables. Solo debe intervenir una persona adulta cuando:

- Hay una diferencia de edad marcada
- Algunos imponen juegos a otros
- Van acompañados de obsesión con la sexualidad
- Imitan conductas sexuales propias de adultos (sexo oral, por ejemplo) que pudieron haber aprendido de la pornografía o de un abuso
- Puede haber daño físico, como querer penetrar con objetos
- El contenido es sexista o agresivo
- Van acompañados de vocabulario sexista, agresivo.

Cada niño o niña que viene al mundo debe resolver la necesidad de vínculos afectivos interpersonales, con sus progenitores, amistades y por otro lado, a través de la intimidad sexual. En relación con la sexualidad específicamente, se requiere que se cumplan varias condiciones:

- Desarrollo fisiológico adecuado y aceptación de los cambios que implica cada periodo de vida. La educación sexual puede contribuir a que padre y/o madre cuiden el periodo prenatal en el que tienen lugar los procesos de sexuación básicos.
- La historia afectiva es un factor determinante de la capacidad de las personas para resolver sus necesidades básicas de intimidad sexual. La educación sexual en relación con estos procesos, contribuye a que padres y madres sean mejores figuras de apego, los padres/madres y profesorado favorezcan la seguridad emocional y las relaciones de amistad, además del entrenamiento en habilidad interpersonal.
- La educación sexual puede ayudar a niños y niñas a reconocerse como seres sexuados y estimar su identidad sexual. La educación sexual puede favorecer la equidad entre los géneros y el derecho a la diversidad en los roles que estos desempeñan, con independencia del sexo biológico.



- Especificación de reconocimiento, aceptación y satisfacción de los afectos sexuales. La educación sexual puede contribuir a que esto tenga lugar sin discriminación de acuerdo a la orientación del deseo y con libertad de vincularse y desvincularse con las personas responsablemente.
- Construcción del conocimiento sobre la sexualidad. La educación sexual puede ayudar a los padres/madres a responder las preguntas y hacer que en la escuela se dé una educación sistematizada.
- Que se respeten los juegos sexuales infantiles, se prevengan experiencias sexuales traumáticas y se detecten si es que ya sucedieron. La educación sexual puede ayudar a darles las herramientas para tomar decisiones responsables.

En conclusión, lo que se pretende con la educación sexual es favorecer las condiciones para que cada persona resuelva sus necesidades de contacto y vinculación y favorecer las condiciones para ello.

Además de lo señalado, existen tres procesos básicos prepuberales que condicionan la sexualidad infantil y adulta: las relaciones afectivas con padre/madre, adquisición de identidad sexual y moral sexual.

1. Relaciones afectivas y la sexualidad: niños y niñas necesitan establecer vínculos afectivos muy fuertes e incondicionales con algunas personas. En estas vinculaciones se juegan el grado de confianza/desconfianza, capacidad de comunicarse, apoyarse, acariciarse y la posibilidad de tener modelos de personas que tienen un trato afectivo e igualitario.
2. Adquisición de identidad sexual y roles de género: la identidad sexual debe entenderse como un juicio basado en una convicción. El rol de género son las asignaciones que la sociedad considera como parte de lo que es ser hombre y que es ser mujer.
3. Moral sexual: este proceso, condicionará para bien o para mal el desarrollo sexual, en los primeros años son espontáneos y tienen una conducta sexual que no está mediada, a partir de los tres o cuatro años, conocen determinados roles sociales y se regula la sexualidad por miedo al castigo o para ganar aprobación sexual. A partir de los seis años, la moral se interioriza, por

lo cual es importante que no transmita una moral sexual basada en el odio a la sexualidad, ni basada en la represión que más tarde genere culpabilidad.

- **La sexualidad en la adolescencia**

La pubertad es definida como un conjunto de cambios en la anatomía y fisiología, y la adolescencia como etapa que inicia en la pubertad y termina cuando inicia la juventud, ambos procesos representan un cambio profundo en la sexualidad.

La pubertad se refiere a todos los cambios anatómicos y fisiológicos que dan lugar a la maduración sexual, hay cambios hormonales en los órganos sexuales, aparecen los caracteres secundarios, cambio en la figura corporal y capacidad reproductora. Su aparición es variable, pero se encuentra entre los nueve y quince años.

Desde la educación es importante abordar estos cambios como algo normal, apelando a la higiene y las prácticas de riesgo dada la posibilidad de reproducción y contagio de ITS / VIH-SIDA.

### **Dificultades relacionadas con la pubertad**

#### *Pubertad precoz*

Aunque la fecha de inicio es variable padres/madres y profesorado deben acudir con ayuda profesional cuando la pubertad aparece demasiado temprano, el criterio general es que en las mujeres aparezca la primera menstruación o menarquia antes de los ocho y que los hombres presenten cambios puberales antes de los ocho años.

#### *Pubertad retrasada*

Debe haber una preocupación si no se ha presentado antes de los quince o dieciséis años de edad. Chicos y chicas se benefician de ayuda que les explique la variabilidad de los cambios puberales.

#### *Imagen corporal*

La figura corporal se vuelve central en esta etapa entre pares y familia, los y las chicas reciben comentarios acerca de los cambios que se gestan en sus cuerpos.

Esto se auna a los modelos de belleza establecidos en cada cultura los cuales son irreales e inalcanzables. La mayoría, por tanto, tiene alguna preocupación respecto a su apariencia física que les genera inseguridad.

Estos conflictos, pueden reflejarse en la manera es que viven su sexualidad, al sentir temor de entablar una relación con alguien, mostrar su cuerpo y negarse a toda forma de intimidad sexual. Por lo cual es importante el acompañamiento y ayudarles a entender sus preocupaciones así como inculcar valores respecto a la salud, habilidades sociales, el placer y la estética de la diversidad.

En el campo de la sexualidad las preocupaciones más recurrentes son en cuanto al aspecto de los genitales, en donde se debe intervenir mediante una valoración positiva del cuerpo, uso del vocabulario adecuado e insistir en la diversidad entre persona y persona.

### *Identidad sexual y rol de género*

Antes de la adolescencia, chicos y chicas han adquirido parte de su identidad. Más adelante forman grupos mixtos orientados por el deseo sexual, asimismo, adquieren la capacidad de analizar los roles y descubrir sus aspectos discriminatorios.

Es importante reforzar las dos identidades tanto de hombre como de mujer, ya que unido al análisis de los roles y que ellos/as elijan la manera en que desearían expresarse sin que haya discriminación.

Uno de los conflictos que suele darse es referente a la identidad sexual, la transexualidad por ejemplo, la cual puede ubicarse bajo ciertos criterios:

- Identificación fuerte y persistente con el otro sexo
- Malestar con el rol de género asignado
- No estar asociado al hermafroditismo o intersexualidad
- Esta dificultad causa ansiedad y conflictos sociales en el chico o la chica
- No puede explicarse por un trastorno psiquiátrico

### *Prácticas sexuales*

En la cultura latinoamericana, es común que las personas adultas creen que los y las adolescentes no tienen una vida sexual activa, sin embargo esto se ha modificado y evidenciado con el tiempo; y se atribuye a los cambios en los roles tradicionales en hombres y mujeres respecto a la sexualidad.

Estas creencias han limitado la educación sexual, lo que ha reflejado costos muy altos, desde las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), el VIH-SIDA, abusos a menores, violaciones sexuales, violencia sexual en el noviazgo y embarazos adolescentes.

### *Causas*

Las causas de lo anterior, se relacionan con la manera en que planteamos la sexualidad como sociedad, de manera contradictoria. Asimismo, las características de los y las adolescentes, así como sus pulsiones sexuales que muchas veces se adhieren al alcohol como mediador de ocio.

### *Intervención*

El no reconocimiento de su actividad sexual junto con el silencio en la familia y falta de programas en materia de salud sexual y salud reproductiva, son parte de las contribuciones a las dificultades antes descritas. Si se desea intervenir de manera eficaz deben existir varias condiciones:

- a) Romper el silencio familiar: aumentar la conciencia de riesgo e informarles cuáles son las prácticas seguras.
- b) Generalizar la educación sexual: dar una información adecuada basada en una visión positiva de la sexualidad, reconocer los riesgos y sensibilizarles para llevar a cabo prácticas protegidas.
- c) Centros de asesoramiento y planificación: en donde se les proporcione los métodos adecuados y se les oriente hacia actividades de ocio que no se medien por el alcohol u otras drogas.

## **Orientación del deseo**

La orientación del deseo se consolida en la adolescencia, dicha orientación lleva a tener contactos sexuales con el sexo opuesto, tener fantasías románticas sexuales, etc.

### *Dificultades*

Se incluye a la homosexualidad no porque represente un problema en sí mismo, sino por la manera en que es abordada y clasificada en la sociedad, lo que a su vez genera dolor y sufrimiento en los y las adolescentes. Se presenta con más frecuencia la consulta de los chicos que de las chicas. Las mujeres tardan más en manifestar su orientación sexual, debido a esto, muchas veces presentan ansiedad, depresión, fracaso escolar y tienden a pasar por un periodo de negación antes de aceptar su orientación sexual.

Es importante asumir las orientaciones del deseo en toda su diversidad para que pierda su carga social y los efectos que generan en las personas que se asumen como homosexuales o lesbianas. La libertad que podemos ofrecer en este sentido, les dará a los y las adolescentes a conocerse y que puedan vivir como realmente son.

### *Abusos sexuales*

Los abusos sexuales en menores es un problema social y de salud pública que por desgracia es frecuente pero silenciado. Estos se dan cuando una persona adulta involucra a menores en actividades sexuales o cuando un menor obliga a otro menor.

El abuso sexual es una forma de maltrato infantil y debe ser:

- Prevenido
- Detectado
- Denunciado
- Dar apoyo a las víctimas
- Apoyo a agresores

La prevención tiene que dirigirse a padres, madres, profesorado y alumnos/as de los tres niveles básicos de educación. En el caso de los varones el programa debe orientarse a que no sólo pueden ser víctimas sino victimarios, esto es sumamente importante dadas las estadísticas de abuso sexual de hombres a mujeres, aun teniendo relación de noviazgo o familiar. Deben ofrecer programas amplios de educación sexual en donde se dé una visión positiva de la sexualidad.

Profesorado y padres/madres, tienen que tener especial atención a cambios bruscos en los chicos y chicas, así como poner especial atención en los indicadores de abuso sexual.

### *Afectos*

En la adolescencia hay una necesidad especial de sentir seguridad de las figuras de apego que sean incondicionales, aunque la ambivalencia propia de esta etapa muchas veces demuestra cierta independencia y rebeldía sobre todo para con la familia. De igual forma, requieren de amistades con quienes se identifiquen y conformen su identidad como adolescentes.

La falta de redes sociales y amistades íntimas, les hace sufrir de soledad social, que provoca sentimientos de aburrimiento, marginación y asilamiento. En este sentido, la cercanía íntima y sexual con un o una igual, que puede ser o no su pareja, les beneficia si se lleva a cabo de manera saludable y basada en la comunicación; para que esto se pueda realizar de una manera positiva es importante la educación integral en sexualidad y el enfoque de habilidades para la vida.

Dar autonomía a los y las adolescentes para que puedan vivir estas experiencias interpersonales, tomarse en serio sus afectos y ayudar en los desencuentros, es una labor en la que podemos intervenir, para proporcionarles la seguridad que requerirán en ciertos momentos y la comunicación abierta basada en la confianza y el respeto.

- **Los tres niveles de prevención en la sexualidad**

La prevención se define como las medidas no sólo destinadas a que no aparezca el proceso de malestar en la persona sino como las medidas que pueden reducir el factor de riesgo, detener el avance y atenuar las consecuencias. La prevención se puede clasificar en tres niveles:

1. **Primaria:** medidas orientadas a evitar la aparición de una enfermedad o problema de salud, mediante el control de factores causales y/o predisponentes. En lo referente a la sexualidad una manera de intervenir en este nivel es precisamente con la educación en sexualidad para educar en prevención de ITS por ejemplo, promoción del uso del condón o prácticas sexuales sin riesgo; con libertad y responsabilidad.
2. **Secundaria:** está destinada al diagnóstico precoz de la enfermedad, comprende acciones de diagnóstico precoz y tratamiento oportuno. Enfocado a la sexualidad se puede tratar de un caso de abuso sexual que se detecte en donde ya no se puede hacer la intervención primaria porque el delito ya se llevó a cabo pero la persona puede recibir apoyo psicológico, médico y legal.
3. **Terciario:** se refiere a las medidas de recuperación de una enfermedad mediante un diagnóstico y tratamiento. En esta etapa es importante el control y seguimiento de la persona, se trata de minimizar el sufrimiento, facilitar la adaptación y reducir las consecuencias de la enfermedad. Por ejemplo, cuando se identifica una ITS que requerirá tratamiento a largo plazo y acciones de prevención primaria para con las parejas o pareja de la persona.

- **Prevención del embarazo e ITS / VIH-SIDA**

### *Embarazo*

El embarazo no planeado en la adolescencia es un problema de salud especialmente de los países latinoamericanos. Ocurre cuando una mujer se embaraza antes de los 20 años y generalmente es una situación no planeada e inesperada.

El embarazo entre los 15 y 19 es calificado de alto riesgo por las complicaciones en la madre y el niño o niña.

Las percepciones de las adolescentes respecto a la maternidad generalmente son:

- La maternidad tiene gran valor y es una posibilidad de ser tomada en cuenta por el mundo adulto
- No se sienten amadas o aceptadas
- Buscan en un niño o niña la posibilidad de algo por lo cual luchar
- Buscan reafirmar su identidad sexual a través de la maternidad
- Por medio del embarazo, transgreden las normas familiares
- Inician su vida sexual para reducir un vacío afectivo

Los riesgos físicos del embarazo en las adolescentes, intervienen con el hecho de que la joven no ha cubierto el desarrollo pleno de su cuerpo y generalmente no se encuentran en condiciones emocionales y económicas para formar una familia. De igual forma orienta a la deserción escolar, en la que la mayoría ya nunca retoma sus estudios.

Los y las adolescentes no suelen usar métodos de anticoncepción, en muchos casos por desinformación en cuanto al acceso a sus derechos sexuales y reproductivos, el acceso a los servicios de salud sexual y reproductiva; por creencias culturales: como el alto valor a la maternidad y la desigualdad de género; como la poca posibilidad de negociar el uso del condón con la pareja y la resistencia de los hombres para aceptar una actitud propositiva por parte de las mujeres.

Hay diferentes tipos de métodos anticonceptivos, pero es importante hacer énfasis en que se debe acudir a un especialista para que indique cuál es el más adecuado, dependiendo del organismo, edad, estilo de vida, etc.



<b>Métodos anticonceptivos temporales</b>		<b>Métodos permanente o definitivos</b>
Hormonales	Orales Inyectables Implante subdérmico Anillos vaginales (sólo en algunos países)	Oclusión Tubaria Bilateral (en las mujeres)
Intrauterinos (DIU)	No medicados (inertes) Medicados (activos) Hormonales	
De barrera	Condón masculino y femenino Espermicidas locales Diafragma Esponjas vaginales	Vasectomía (hombres)
Naturales	Abstinencia periódica Coito interrumpido Ritmo o calendario Temperatura basal Moco cervical (Billings)	

Es importante hacer hincapié en que sólo el condón femenino y masculino son los únicos métodos que pueden proteger de contagio de ITS/VIH/SIDA.

De igual forma, en caso de una consulta en donde hubo una relación sexual no protegida proponer la AE (Anticoncepción de Emergencia) dentro de las primeras 72 horas y poner atención a cambios en el cuerpo y genitales, en caso de haber adquirido alguna ITS.

Aunque la mayoría de las personas adolescentes que se consideran con vida sexual activa, conoce los riesgos de las prácticas no protegidas, incluso de la

manera de no prevenirlos, la percepción de su propio riesgo de transmisión de ITS / VIH-SIDA es baja, es decir que no se perciben como posibles portadores y portadoras del virus o como personas capaces de contraer el virus, ya que siguen existiendo prejuicios acerca de que sólo se transmiten entre personas que pertenecen a ciertos grupos, como hombres homosexuales o personas que se prostituyen.

Además, reconocen que no hablan acerca de tales riesgos con su pareja ni se toman medidas preventivas. Es por eso, que en la prevención primaria de la sexualidad debe trascender la información en cuanto a los riesgos y abordar el cambio en actitudes, así como intervenir en otros factores como: la percepción del riesgo, ideales románticos, erotización del uso del preservativo, habilidades de comunicación, autoestima en influencia entre grupos de iguales.

Desde el marco de la sexualidad holística, entendemos que la sexualidad no se relaciona únicamente con los genitales, el coito, la reproducción y la heterosexualidad. Es por esto, que el autoconocimiento es esencial en el proceso de reconocimiento de qué es lo que se desea, con quién y la negociación antes, durante y después de la relación sexual.

### *VIH/SIDA*

La palabra SIDA corresponde a las iniciales de Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, el conjunto de enfermedades de una persona con VIH se le denomina SIDA y aunque una persona con VIH puede no tener SIDA sí puede transmitir el virus (Virus de Inmunodeficiencia Humana) a otras personas. Las vías de transmisión son:

- Sanguínea
- Madre-hijo/a
- Sexual

En cuanto a la última forma de transmisión se puede dar por medio de la penetración vaginal y anal, relación buco-genital (sobre todo si hay lesiones en boca y

en genitales). La transmisión se lleva a cabo mediante los fluidos sangre-sangre, sangre-semen o secreciones vaginales.

*Prácticas sexuales de alto riesgo*

- Penetración anal sin preservativo
- Penetración vaginal sin preservativo
- Felación con eyaculación en la boca

*Prácticas en las que existe un riesgo*

- Felación sin eyaculación sin preservativo
- Cunnilingus sin método de barrera
- Annilingus sin método de barrera

*Prácticas sexuales sin riesgo*

- Penetración vaginal con preservativo
- Penetración anal con preservativo
- Felación con preservativo
- Cunnilingus con método de barrera
- Annilingus como método de barrera
- Uso no compartido de juguetes sexuales
- Masturbación mutua
- Besos
- Caricias
- Abrazos
- Frotamientos
- Masajes

En este caso es importante hacer énfasis en el uso del preservativo femenino también, ya que tiene la ventaja de poderse colocar hasta ocho horas antes del coito y no dependerá de la negociación con la pareja.

### Creencias que condicionan el uso del preservativo

- “No hay riesgo de transmisión de VIH porque mi pareja es estable”
- “Si digo que usemos el preservativo temo estropear la relación”
- “El preservativo es incómodo y te corta la inspiración”
- “Por una vez que no lo use no pasará nada”
- “Es complicado de poner”
- “No se disfruta igual”

### *Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)*

Son aquellas enfermedades infecciosas susceptibles a ser transmitidas por contacto corporal íntimo, normalmente por las relaciones sexuales con penetración.

Están causadas por virus, bacterias, hongos o parásitos, pueden afectar de manera repetida ya que no existen vacunas y si no son tratadas a tiempo pueden causar graves consecuencias en la salud. Algunas incluso, se presentan sin manifestación de síntomas, sobre todo en el varón.

Los modos de prevención son el uso de preservativo femenino o masculino y con las barreras de látex en caso del sexo oral boca-ano, boca-vulva. Algunas de las ITS más frecuentes son:

#### *Candidiasis*

Es un hongo en las mujeres que forma parte de la flora vaginal habitual. Los anticonceptivos, antibióticos, embarazo, etc. pueden hacer que aparezcan los síntomas. En los hombres la transmisión sexual es lo más frecuente. Se diagnostica mediante exámenes de genitales y de secreción, se puede tratar con óvulos y cremas especiales.

#### *Gonorrea*

Es causada por una bacteria que se transmite por contacto sexual con penetración y la mujer embarazada puede transmitirla al niño o niña durante el parto. Se diagnostica mediante exámenes médicos y cultivos de la bacteria.

### *Clamidiasis*

Es causada por una bacteria que se transmite durante las relaciones sexuales con penetración y la mujer embarazada la puede transmitir al niño durante el parto. Se diagnostica a través de análisis y cultivos.

### *Tricomoniiasis*

Es causada por un parásito que se transmite a través de las relaciones sexuales y causa infección vaginal. El diagnóstico se hace mediante las secreciones de la vagina y del pene.

### *Herpes genital*

Es un virus que se contagia por penetración y es un virus y por contacto entre manos y genitales. Se puede transmitir al niño durante el parto. Se diagnostica mediante examen físico de las ampollas o las úlceras.

### *Condiloma*

Es causada por el Virus del Papiloma Humano, que se transmite mediante relaciones sexuales con penetración y también en el parto. Se diagnostica mediante exámenes ginecológicos que a veces requieren biopsia de las verrugas para confirmar su aparición.

### *Hepatitis*

Es la inflamación del hígado causada por un virus, existen cuatro tipos (A, B, C y D).

- A: se trasmite por vía oral a partir de la ingesta de comida y agua contaminada o por prácticas sexuales boca-año.
- B: se transmite por vía sexual, sanguínea, madre-niño.
- C: se trasmite por la sangre y hemoderivados de las personas infectadas.
- D: requiere del virus de hepatitis B para multiplicarse, se transmite por vía sexual y sanguínea.

### *Chancro blando*

Es una bacteria que se transmite durante las relaciones sexuales con penetración, se diagnostica a partir de una revisión médica de las lesiones.

### *Sífilis*

Es una infección crónica generalizada causada por una bacteria que generalmente se transmite por penetración, también se produce a través de la sangre y de la madre al feto. A las dos semanas de que aparece la primera lesión se puede realizar un análisis de sangre.

### *Ladillas*

Es un parásito que se transmite por contacto sexual o indirecto (sábanas, toallas, ropa, etc.), normalmente se localiza en el vello de la región genital, se adhieren a la piel y a las raíces del vello púbico.

- **Derechos sexuales y reproductivos**

La salud sexual se refiere al estado de bienestar de hombres y mujeres para ejercer una vida sexual plena, placentera y segura. Está encaminada al desarrollo de la vida y las relaciones interpersonales, no únicamente al asesoramiento y prevención.

En cuanto a la salud reproductiva supone un estado de bienestar físico, mental y social en lo que respecta a todo lo relacionado con el sistema reproductivo: sus funciones y procesos. Implica la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria sin riesgos de procrear o la libertad para hacerlo cuando se elija.

En este marco, los derechos sexuales y reproductivos, forman parte de los derechos humanos por simple hecho de ser personas. Y se refieren al respeto a la integridad física del cuerpo, al derecho a la información, a los servicios de salud sexual y al derecho a tomar decisiones sobre la propia sexualidad y reproducción.

Para ejercer estos derechos, es importante que los y las adolescentes tengan noción de que existen y de que pueden llevarlos a la práctica. Estos derechos se pueden ejercer sin distinción de raza, religión, orientación sexual, sexo o

diversidad funcional. Y aunque no hay un consenso universal respecto a dichos derechos, hay unos generales que se deben tomar en cuenta:

1. Derecho a la Educación en sexualidad
2. Derecho a la elección de la pareja
3. El derecho a ser ella/él mismo, que tenga la libertad de tomar sus propias decisiones, de disfrutar su sexualidad, de estar seguro de escoger casarse y tener una familia (o no hacerlo).
4. Derecho a estar informado (a) sobre sexualidad, anticonceptivos, Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y VIH/SIDA.
5. El derecho a tener protección de embarazos no planeados, abusos sexuales e ITS-VIH/SIDA.
6. Derechos a tener acceso a servicios médicos confidenciales, a precios accesibles, de buena calidad y respetuosos.
7. El derecho a participar en la planeación de programas juveniles, reuniones, seminarios y tratar de influir en los gobiernos y políticas públicas.
8. Ejercer las relaciones sexuales de manera consensuada
9. Derecho a no sufrir discriminación
10. Derecho a no sufrir violencia

---

**Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.**

# TEMA 7

---

## Habilidades para la Vida como un elemento de prevención

---

### ■ *Objetivos*

Las y los participantes...

- Reconocerán las habilidades para la vida dentro de la educación formal
- Identificarán este concepto dentro del proceso enseñanza-aprendizaje

### ■ *Contenido*

“Habilidades para la vida en las escuelas” es una iniciativa de la Organización Mundial de la Salud a partir de 1993, con el objetivo de que niños/niñas y adolescentes adquieran las herramientas psicosociales necesarias para tener un estilo de vida más saludable. El diseño de estas herramientas se basó en dos características:

- a) La importancia de la competencia psicosocial en la promoción de la salud: bienestar físico, social y mental.
- b) Como consecuencias de los cambios familiares, sociales y culturales en los últimos años, ya que es difícil que en casa se lleven a cabo todas estas competencias, por lo cual se trasladó al ámbito de la educación formal.



Las habilidades entonces se definen como: las aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo, que permita enfrentar de la mejor manera las exigencias y retos de la vida.

Las habilidades se dividen en tres rubros:

### ***Habilidades sociales e interpersonales***

**Empatía:** habilidad de ponerse en el lugar de otra persona aunque nos encontremos en una situación muy diferente.

**Comunicación asertiva:** habilidad para expresar con claridad y de forma adecuada los sentimientos, pensamientos o necesidades individuales.

**Relaciones interpersonales:** habilidad de establecer, conversar e interactuar con otras personas de manera positiva, así como dejar de lado las relaciones que impiden el desarrollo personal

### ***Habilidades cognitivas***

**Toma de decisiones:** habilidad de evaluar las distintas posibilidades, teniendo en cuenta necesidades y criterios, así como estudiando las posibles consecuencias.

**Solución de problemas y conflictos:** habilidad para buscar la solución más adecuada a un problema o conflicto identificando en ello oportunidad de cambio y crecimiento personal.

**Pensamiento creativo:** habilidad que permite buscar alternativas diferentes de manera original ayudando a la toma de decisiones.

**Pensamiento crítico:** es la habilidad que permite preguntarse, replantearse y analizar objetivamente la situación existente para llegar a conclusiones propias sobre la realidad.

### ***Habilidades para el manejo de las emociones***

**Autoconocimiento:** habilidad de conocer los propios pensamientos, sentimientos, que nos gusta o disgusta, cuáles son los límites y puntos fuertes o débiles.

**Manejo de emociones y sentimientos:** reconocer las propias emociones y sentimientos y su influencia en nuestro comportamiento aprendiendo a manejarlos.

**Manejo de estrés y tensiones:** habilidad de conocer qué provoca las tensiones y el estrés y encontrar formas de canalizarlos para que no interfieran en la salud.

El uso de este enfoque dentro de la educación formal, permite abordar desde la violencia escolar hasta la prevención de adicciones a sustancias o actividades, ya que dota al alumnado de herramientas básicas para resolución de conflictos, manejo de estrés, toma de decisiones, etc., permitiendo de esta manera, trabajar con alumnos y alumnas en factores de protección que promuevan estilos de vida saludables.

---

***Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.***



# TEMA 8

---

## **Cómo integrar las Habilidades para la Vida en la Prevención en la Sexualidad**

---

### ■ **Objetivos**

Las y los participantes...

- Retomarán el enfoque de habilidades para la vida
- Analizarán su aplicación en la educación sexual

### ■ **Contenido**

Las habilidades para la vida y la prevención desde este enfoque, forman parte de la etapa primaria y son parte del proceso de enseñanza-aprendizaje en casa y en la escuela. Una de las ventajas del uso de este enfoque es que no se orienta sólo a la información, sino a dotar de herramientas a niños/niñas y adolescentes para que mediante el autoconocimiento puedan elegir y tomar decisiones que les oriente a un estilo de vida con prácticas en la sexualidad saludables.

Siendo la infancia y la adolescencia, etapas idóneas de la formación de la identidad en donde es indispensable la orientación en distintos aspectos de su vida como lo son: la sexualidad, el desarrollo de identidad, aceptación del cuerpo, la autoestima y la experimentación de nuevos roles con amigos, etc.

En el proceso de sensibilizar en prevención, es importante que la salud se retome como un ámbito en donde además de información se requiere trabajar sobre creencias, actitudes y valores que favorezcan estilos de vida saludables. Es aquí donde el enfoque de Habilidades para la Vida recobra importancia en los temas relacionados con la salud y con la sexualidad específicamente.

### **Habilidades sociales e interpersonales**

Es importante que los chicos y chicas en este aspecto sean capaces de analizar sus miedos y dudas en cuanto a la prevención y que se planteen propuestas para abordar estas situaciones, como el de la negociación del condón, por ejemplo.

De igual forma desarrollar la asertividad y la capacidad de decir “no” son algunas de las habilidades a fortalecer mediante este enfoque.

En cuanto a niños y niñas, estas habilidades ayudan en la prevención de abusos sexuales, en cuanto se les indique qué secretos guardar y cuáles no, de igual forma aprender a decir no y a contar lo que no les gusta.

### **Habilidades cognitivas**

En cuanto a las habilidades cognitivas, dotarán a los niños/niñas y adolescentes de las herramientas necesarias para poder analizar una situación y buscarle una solución. Por ejemplo en el caso de una ruptura del preservativo, analizar o indagar las opciones y tomar la decisión adecuada.

### **Habilidades para el manejo de las emociones**

Parte de estas habilidades es el autoconocimiento, el cual es esencial para la prevención de abusos sexuales y de relaciones violentas en adolescentes, ya que le permite a la persona identificar si eso es lo que quiere o si tiene la capacidad de concluir con esa relación.

Asimismo, la autoestima es fundamental en etapas de transición, sobre todo cuando la imagen corporal está permeada por tantos factores. Construir una autoestima saludable, le permitirá saber lo que quiere y lo que no, además de

no aceptar conductas violentas, denigrantes, opiniones sobre el aspecto humillantes o que alguien más decida por él o ella.

En las habilidades referentes a las emociones, es importante desmitificar el amor romántico, en donde se cree que el amor es uno solo y no objeta nada, por lo tanto ¿cómo pedirle al amor de mi vida que use preservativo? por ejemplo.

---

---

***Consulta el CD para la realización de las dinámicas y técnicas participativas.***



# Recomendaciones

---

Es importante entender que la escuela tiene una función complementaria a la familia, ambas instituciones tienen roles diferenciados que deben coordinarse para beneficiar al alumnado.

La educación sexual es necesaria debido a varias circunstancias, una de ellas es que se encuentra en nuestra legislación, algunos contenidos llegan a formar parte del currículum oficial. La educación debe ser integral, por lo tanto la sexualidad no debe ser dejada de lado, al formar una dimensión humana importante.

La escuela, ofrece así, un punto de vista profesional con contenidos esenciales según la edad del alumno o alumna y complementando su educación familiar. De esta forma, la escuela es la indicada para crear situaciones y ofrecer entrenamientos adecuados en habilidades sociales, educación para la salud y educación sexual.

En cuanto al currículum, la recomendación es no incorpore la educación sexual como un programa o curso extraescolar, ya que suele presentar diversos inconvenientes: suelen tratarse de programas cortos, carentes de continuidad y aislados. En contraste, se recomienda ubicar a la educación sexual dentro del currículum mediante un ordenamiento sistemático y secuenciado en ciclos de los objetivos.

Al crear un programa global, sistemático y secuenciado se pueden abordar diversos contenidos relacionados con un estilo de vida saludable, el bienestar propio y toma de decisiones.

Se aconseja tomar algunas medidas:



- Que se formen grupos de profesores de cada centro educativo que sean quienes se encarguen del programa de educación sexual
- Aprovechar tiempos ya establecidos para que no se deje fuera del horario escolar
- Responsabilizar a algunos profesores/as concretos
- Crear algún tipo de Consejo Escolar que apoye y vigile dichas actividades

Es frecuente que se lleven a cabo programas de educación sexual en condiciones precarias, se aconseja tomar en cuenta las siguientes precondiciones:

1. Contar con profesorado formados en este campo o con especialistas externos
2. Conseguir que la educación sexual esté aprobada por el Consejo Escolar
3. Contar con una programación profesional de las unidades de educación sexual
4. Conseguir apoyo y colaboración de padres y madres
5. Contar con apoyo y participación del alumnado
6. Si es un programa dirigido a adolescentes sería importante contar con convenios con centros de salud o instituciones de la juventud

#### *Etapas de intervención*

- a) Trabajo con padres/madres y profesorado: antes de empezar a trabajar con el programa es importante notificar a padres y madres, quienes serán actores importantes en este proceso de educación.
- b) Evaluación inicial: es importante tomar en cuenta las condiciones de la escuela, edades del alumnado, problemas contextuales en torno a la sexualidad (consumo de alcohol, embarazos, abortos), los instrumentos que se empleen deben ser cortos y confidenciales, además de enfocarse a los conocimientos no a las conductas de cada persona.
- c) Sesiones con alumnado: aplicar el programa con las modificaciones hechas después de la evaluación.

- d) Evaluación final: repetir los mismos instrumentos que puedan definir el aprendizaje obtenido, además de forma cualitativa preguntar al alumnado su valoración del programa, por ejemplo.

### *Metodología*

Debido a que no hay una metodología específica para la educación sexual, se recomienda implementar las que reconozcan funcionales en otras áreas de aprendizaje, teniendo en cuenta que lo importante no es transmitir conocimientos sino entrenar en habilidades para generar cambios en actitudes y estilos de vida de manera positiva. Con esto se pretende:

- Lograr que el alumnado participe activamente con propuestas de temas y actividades así como preguntas, una estrategia es poner un buzón en clase en donde de manera anónima se resuelvan dudas.
- Crear en las sesiones espacio para las preguntas.
- Emplear explicaciones de los temas verbales con apoyos visuales.
- Entrenamiento de las conductas, por ejemplo en el uso adecuado del condón, qué hacer en caso de un posible abuso, cómo manejar una relación con indicios de violencia.
- Procurar que ellos/ellas propongan temas o actividades.
- Trabajar con tareas manuales.
- Realizar tareas realistas, como acudir a un Centro de Salud a pedir información, asistir a donde puedan convivir con mujeres embarazadas y obtener la experiencia de las mismas, charlas con profesionales en el tema, etc.
- Proponer actividades en grupos mixtos.
- Organizar representaciones de teatro.

### *El tratamiento de lo privado*

Este tema es clave, ya que uno de los errores más frecuentes dentro de la educación sexual tiene que ver con la intimidad y la privacidad de facilitadores/as y alumnado, se propone que:

- No se hagan preguntas sobre conductas sexuales de padres/madres y alumnado
- Se escuche con respeto si es que llegaran a compartir algo de su vida privada
- Crear un espacio y tiempo para que puedan hacer consultas personales
- Pedir a todos y todas respeto y confidencialidad
- Mantener la confidencialidad de lo contado en privado
- Mantener la privacidad de la vida sexual propia, del profesorado

### *El clima en clase*

Conviene en cualquier grupo trabajar una sesión en las reglas que se seguirán, de preferencia estas reglas deben ser propuestas por todos y todas, y no impuestas, estas normas deben ser pocas, claras y consensuadas.

En clase debe crearse un ambiente relajado, en que se pueda hablar y comentar lo que se considere oportuno pero con actitud positiva hacia el trabajo propio y ajeno.

### *Uso del lenguaje*

Para hacer mejor uso del lenguaje se propone:

1. Elaborar un listado de palabras y expresiones populares referidas a los órganos sexuales del hombre y la mujer, al coito y a las relaciones
2. Analizar cada una de las palabras y expresiones en el listado
3. Indicar su correspondiente palabra técnica
4. Hacer un diccionario de palabras sexuales que incluyan populares y técnicas
5. Hacer un diccionario con palabras referidas al amor, afecto, placer y el compromiso de las relaciones interpersonales
6. Seleccionar y leer poesía erótica y amorosa

En cuanto al uso del lenguaje no sexista, se propone sustituir la terminología androcéntrica por otra con perspectiva de género, que visibilice a las mujeres como sujetas. En la siguiente tabla se muestran algunos ejemplos.

<b>Lo que decimos</b>	<b>Opción neutral</b>	<b>Con perspectiva de género</b>
El hombre	Las personas	El hombre y la mujer, él y ella, ellas y ellos
Los alumnos	El alumnado	Las alumnas y los alumnos
Los médicos	El personal médico	Las médicas, los médicos
Los adolescentes	La juventud	Los y las adolescentes
Los vecinos	La vecindad	Los y las vecinas
Los seres humanos	La humanidad	Hombres y mujeres

### *Preguntas y respuestas*

En las preguntas que se pueden llegar a hacer en las sesiones lo más conveniente es:

- Recibir las preguntas en buen grado
- Tener la seguridad de que se ha entendido bien la pregunta, no precipitarse a la respuesta
- No postergar la pregunta, contestarla cuando se hace
- Tomar todas las preguntas en serio
- No sentir inquietud si no se sabe la respuesta, se puede referir que se puede buscar en conjunto la respuesta
- No dar opiniones personales sobre temas polémicos, es mejor hacer referencia a estudios o estadísticas
- Tampoco responder a preguntas sobre la biografía sexual propia, indicarles el derecho a la intimidad
- Responder de forma profesional

- Responder de forma pausada y reflexiva
- Evitar que lo que no se sabe, sea rellenado con prejuicios o conjeturas.

### *Prevención*

En cuanto a la prevención es importante abordar el tema del uso del preservativo, es importante nuevamente que el educador/a haya revisado sus propias creencias y actitudes respecto a la sexualidad, así como abordar los temas de forma clara y entendible.

En cuanto al VIH / SIDA es importante explicar la diferencia, ya que se suele confundir. Así como aclarar que no existen grupos de riesgo, sino prácticas de riesgo, así como hacer énfasis en que prevenir no significa renunciar al placer.

Debe quedar muy claro el uso correcto del preservativo y la manera de erotizarlo, es decir la manera en que se pueden incluir en los juegos sexuales, mediante una metodología dinámica y participativa.

Es importante resaltar, que el trabajo de quien facilita debe ser mediante una formación previa y siempre con una metodología que facilite la transmisión de contenidos y que sea flexible en cuanto sea dirigido a grupos diversos.

En conclusión, es importante reflexionar, revisar y cuestionar nuestra concepción de la sexualidad, actitudes y creencias en torno a esta. Por otro lado, observar en nuestro contexto cuáles son las principales problemáticas relacionadas con una deficiente o nula educación sexual, con el fin de darle sentido al objetivo como educadores y educadoras. Sobre todo, revisar las prácticas educativas que se han venido reproduciendo con niños, niñas y adolescentes, para así poder modificar lo que se considere que tiene un impacto menos positivo en la formación de ellos y ellas como personas informadas, reflexivas y con la capacidad de elegir una vida sexual saludable.



Esta publicación fue impresa en los talleres gráficos de Serviprensa, S.A. en el mes de diciembre de 2014. La edición consta de 250 ejemplares en papel couché mate 80 gramos.





Canada

