



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

La comunicación en la familia ante los  
mitos y tabúes sobre la educación de la  
sexualidad

**T E S I N A**

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE

**LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

P R E S E N T A :

MAGALI SAMANTHA FRAUSTO ORTEGA

ASESORA: PILAR CARDOZA MORALES

MEXICO D.F., ENERO 2012



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

La comunicación en la familia ante los  
mitos y tabúes sobre la educación de la  
sexualidad

**T E S I N A**

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE

**LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

P R E S E N T A :

MAGALI SAMANTHA FRAUSTO ORTEGA

ASESORA: PILAR CARDOZA MORALES

MEXICO D.F., ENERO 2012

## **Agradecimientos**

Principalmente quiero agradecer a mis padres Arturo Frausto y Blanca Estela Ortega por estar conmigo en todo momento y apoyar cada uno de mis proyectos, por confiar en mí y mis locuras. Por hacerme el ser humano que hoy en día soy y permitirme conocer lo bello que es vivir en una familia como la nuestra. Porque incondicionalmente me han dado todo sin esperar nada a cambio. Por sacrificarse en exceso por verme en donde hoy me encuentro y luchar contra todo porque yo logre uno de nuestros sueños.

A mi hermano Doryan Frausto, por dejar de lado algunos de sus sueños por hacer realidad los míos, por enseñarme que más que mi hermano, también es mi amigo y en todo momento estaremos uno para el otro. Por estar conmigo en los momentos más felices y más complicados, apoyándome y aconsejándome en todo momento. Por darme la oportunidad de hoy poder agradecer también a Edith Rodríguez el haber aparecido en nuestras vidas uniéndonos más que nunca y haciéndola parte de esta gran familia. Y porque ambos nos han dado una gran alegría “Sebastian”, que aunque nació al final de todo este proyecto, desde que supe llegaría se convirtió también en un motor más para seguir y luchar.

A mis tíos María, Toño, Ricardo, Bertha, Adriana, Martha, Carmen, Luis Ignacio, Ma. De Jesús que de lejos o cerca, formaron parte de todo este proceso lleno de sacrificios y gozos que trae consigo la universidad.

A mis primos Israel, Jonathan, Jessica, Abigail, Pamela, Zeydi, y amigos Omar, Talia, Bety, Monse, Diana, Nahomy, Paola, Ana, Liz, María, Cecy que estuvieron conmigo en todo momento y atentos a lo que de mi vida hacia para que no desviara mi objetivo, que soportaron en ocasiones mi mal humor porque sentía no poder con todo, pero que pacientes comprendieron y esperaron mi mejor momento para hacerme ver lo valioso de esos sacrificios.

A Dios que me ha dado licencia para hoy poder estar aquí junto a las personas que más amo y cumplir uno de mis grandes sueños: Mi titulación.

## INDICE

Agradecimientos.....	3
Índice.....	4
Introducción.....	6

### **Capítulo 1. La adolescencia: cambios importantes.....9**

1.1 Impacto de los cambios físicos, psicológicos y sexuales.....	12
1.2 Algunos cambios del adolescente en sus relaciones sociales.....	16
1.2.1 Escuela y sexualidad en la adolescencia.....	18
1.2.2 Amistad y noviazgo adolescentes.....	24
1.2.3 Pero... ¿Qué es sexualidad?.....	28

### **Capítulo 2. La familia y la educación de la sexualidad: en busca de una educación sexual integral en casa**

2.1 La familia en la adolescencia.....	33
2.2 Algunos tipos de familia.....	47
2.3. Ciclo vital de la familia.....	50
2.3.1 Desprendimiento.....	51
2.3.2 Encuentro.....	51
2.3.3 Hijos.....	52
2.3.4 Adolescencia.....	52
2.3.5 Reencuentro.....	53
2.3.6 Vejez.....	53

2.4 Educación integral de la sexualidad en la familia.....	54
<b>Capitulo 3. Algunos mitos y tabúes importantes de sexualidad presentes en las familias: antecedentes y desmitificación.....</b>	<b>59</b>
3.1 ¿Qué es un mito o tabú?.....	61
3.2 La influencia de algunas tradiciones y costumbres como antecedente.....	63
3.2.1 Listado de mitos y tabúes más comunes: desmitificación.....	68
<b>Capitulo 4. Propuesta de taller .....</b>	<b>86</b>
<b>Capitulo 5. Sugerencias que favorecerán la educación de la sexualidad de padres e hijos adolescentes.....</b>	<b>106</b>
5.1 Instituciones que brindan ayuda e información .....	108
5.2 Películas que pueden ayudar a tratar temas complejos a padres de familia.....	109
5.3 Bibliografía recomendada para padres e hijos.....	110
5.4. Páginas de internet para padres y jóvenes adolescentes.....	115
5.5. Teléfonos de ayuda.....	116
<b>Conclusiones y reflexiones finales.....</b>	<b>117</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>120</b>

## INTRODUCCIÓN

Para muchas personas en los últimos años la sexualidad es un tema que se ha agotado y trillado en demasía, sin embargo eso no ha permitido que las familias, los educadores y jóvenes se alejen de la invasión de mitos y tabúes, que sin duda alguna, han ido creciendo, a la vez que se han fortalecido y con el paso del tiempo también se han ido destruyendo a través de argumentos lógicos que la ciencia se ha encargado de comunicar a la sociedad para su bien, aunque para muchos pase desapercibida esta intención y no sea tomada en cuenta sustentándose aun como verdaderos sin motivo lógico..

Gran parte de la vida de los seres humano está guiada por aquello que sus padres transfieren y que llaman una correcta educación, esa educación apoyada por el gobierno y la escuela y que abarca cuestiones científicas, morales, éticas, de comportamiento, etc., hasta hace algunos años dejaba de lado la importancia de la sexualidad en la vida de los individuos sin tomar en cuenta la transversalidad de ella en todas esas cuestiones de su recorrido histórico.

Aun en estos tiempos continua resultando complicado hablar del tema en ámbitos cotidianos como con la familia, con amigos, en la escuela, sin preocuparse por hacerlo presente en todos ellos para bien de la sociedad y de los futuros adultos, además de hacerle ver a la sociedad que es parte de ellos en todo momento, desde que nacen hasta que mueren, situación que favorecerá a los futuros profesionales que necesitan saber cuán importante es que disfruten y acepten la sexualidad como parte inherente de ellos y de sus iguales.

El objetivo de esta investigación es despejar la mente de los padres y adolescentes, a través de la comunicación, de todos aquellos mitos y tabúes que han influenciado sus decisiones y guiado tal vez sin querer sus vidas. De manera acertada o no, los mitos se encuentran en cualquier tema relacionado a la sexualidad, burdos o no han presentado una serie de justificaciones que los siguen manteniendo vigentes a pesar de los años y a pesar de los intentos que se hacen por desmitificarlos, sin embargo la manera más acertada de hacerlo,

es acercar información certera a las familias, para que así, a partir de ellas comiencen a romperse.

En el primer capítulo se tocarán aquellos cambios por los que se atraviesa en la adolescencia, periodo importante en la vida de todos los individuos por esas mismas transformaciones que se van teniendo tanto social (escuela y amigos), como física, psicológica y sexualmente. Y que ayudara a comprender mucho a los jóvenes en esta etapa tan complicada por sus constantes cambios de ánimo. Además de presentar en su último apartado una visión personal de lo que significa y trae consigo la sexualidad basada en la propuesta de los *holones*, con el fin de delimitar un poco más la investigación, dándole un sentido al por qué se realiza y desde que perspectiva es que se construyó.

El segundo capítulo, lo que se pretende es presentar la importancia de la familia como el primer grupo social en el cual se les hable a los jóvenes de la sexualidad, mostrando cómo es que al paso de los años esta ha logrado avanzar en cuanto a ello, dando paso a la convivencia equitativa de sus integrantes, sin esperar que sea en la escuela donde se eduque su sexualidad sino entender que debe ser en el hogar y desde siempre. Por ello se retoman los tipos de familia que existen y el proceso que cada una de ellas tiene que vivir para lograr salir adelante junto con sus adolescentes, hablando siempre en ellas las cosas como son.

El capítulo tres, muestra muchos de los mitos que se han hecho presentes y vigentes en las vidas de las familias mexicanas, tratando de romper con ellos, a través de la desmitificación de esos mitos, con argumentos lógicos que lo permitan, para así favorecer el desenvolvimiento social, descartando aquello que se pueda decir y que altere la verdad en torno a la sexualidad, comprenderlos les permitirá ser más conscientes de su desarrollo y vida sexual, además de formar sujetos críticos en cuanto a todo lo referente al tema.

En el capítulo cuatro, se presenta una propuesta de taller, que se espera que a través de este, los padres y sus hijos adolescentes puedan tener un

panorama mucho más amplio de la sexualidad, una comunicación más clara entre ellos y que les permita romper con los mitos y tabúes en torno al sexo y sus manifestaciones con el fin de mejorar sus relaciones personales y de comunicación con los demás, miembros de la familia.

En el último capítulo se presentan una serie de sugerencias sobre medios de información para padres e hijos que les permita conocer un poco más sobre lo que realmente es la sexualidad y poder romper así con los mitos que en la familia se encuentran, así como fortalecer sus conocimientos sobre sexualidad.



## CAPITULO 1. LA ADOLESCENCIA: CAMBIOS IMPORTANTES

La adolescencia “...es el periodo de la vida durante el cual el individuo adquiere la capacidad de reproducirse, cambia los patrones psicológicos de la niñez, por los de la edad adulta y consolida su independencia...” (Instituto Mexicano del Seguro Social, 2006: 62). Es además, una etapa en la cual se presentan los cambios más repentinos en la vida de los individuos. Un día se es niño y al otro se comienza a tomar forma de adulto, tanto física, como psicológica y socialmente. Existen evidencias biológicas que nos indican cuando se ha entrado a la edad adolescente, sin embargo esto no lo es todo para determinarlo, incluye también el cambio en las ideas, en los deseos, en los intereses, etc.

La adolescencia “es un impulso muy poderoso hacia el futuro que hace de cada instante algo nuevo, que se vive continuamente, las situaciones se presentan imprevistamente sin saber que vendrá después” (Batllori, :60) es una de las etapas por las cuales atraviesa el ser humano, es compleja y dinámica, además de que se presenta en un momento de la vida en el cual existen conflictos que definen la identidad del adolescente para toda su vida, estos pueden ser igualmente físicos, sociales o psicológicos, por lo que resulta mucho más fácil determinar cuando empieza la adolescencia que cuando termina los cambios en las proporciones del cuerpo y en el logro de la madurez sexual e intelectual.

La adolescencia es la etapa intermedia entre la niñez y la adultez, y es en esta donde se presentan los principales cambios y maduración de los individuos. Aunque esta etapa de transición varía entre las diferentes culturas, en general se define como el periodo de tiempo que los individuos necesitan para considerarse autónomos e independientes socialmente, es decir, capaces de decidir por si solos aquello que crean mas conveniente.

La adolescencia es la etapa en la cual el sujeto se comienza a convertir en social, en público, incorporándose a la cultura de la sociedad en la cual nació. En esta fase el joven realiza un cambio de grupo social, es decir, pasa del grupo pequeño que conformaba, es decir el círculo de amigos al grupo mas grande, a relacionarse con amigos de amigos e incluso con personas adultas, en este momento comienza a hacerse ciudadano accediendo a la cultura establecida por su sociedad. Esto sucede, a la vez que se va separando poco a poco de sus padres, lo que le permitirá adquirir cierta autonomía e independencia respecto a sus decisiones, comienza a formar la conciencia de si mismo en una autoestima y auto concepto, definiendo su identidad que probablemente se mantendrá hasta la edad adulta.

En la adolescencia se dan grandes y rápidos cambios y se determina la forma en que los adolescentes vivirán su vida como adultos. Durante esta etapa, el cuerpo se desarrolla más rápidamente que en cualquier otro periodo de la vida, se alcanza la madurez sexual, se incrementa la autonomía, se conforma la identidad, aumenta la necesidad por la aceptación social y la toma de riesgos es una conducta frecuente

Además de que debe tomarse en cuenta, que al pasar a esta etapa tan importante en sus vidas, y debido a los cambios que con ella se presentan, los adolescentes no dejan de tener necesidades, aunque estas se modifiquen un poco. Esas nuevas necesidades, según las menciona Bartolomeis (1986) son: necesidad participación y aceptación, es decir, que logre sentirse parte de la sociedad en la que vive, que pueda participar y decidir lo que sucederá en los ámbitos en los cuales se desarrolla; necesidad de seguridad, el saber que tiene apoyo y una estabilidad que por el momento costaría trabajo dársela el mismo; necesidad de independencia, que pese a necesitar aun de sus padres para algunas cuestiones como lo es mantenerse, también poder decidir las cosas que quiere hacer, lo que quiere estudiar, el poder relacionarse con los amigos que el elija; necesidad de comprensión, poder ser entendido no solo por su padres como los primeros con los que se relaciona, sino ser entendido por la sociedad en la que esta creciendo; necesidad de conocimiento, poder conocer lo que esta aconteciendo, sin que le escondan la verdad de la situación, ya sea

lo mismo, en casa o en la sociedad; necesidad moral, encaminada a seguir sus ideales y los valores que se les han inculcado, dando a la existencia una explicación que concuerde con lo que piensan y sienten; y la necesidad sexual, basada en expresarse libremente en cuanto a sus gustos e inquietudes, así como conocer más sobre ello, satisfacer sus necesidades sexuales es lo primordial, sea hablando de una pareja, de besos, de abrazos, de caricias o de una relación sexual como tal, coital.

La edad adolescente se caracteriza por la gran cantidad de cambios, intereses, necesidades que modifican la forma de ver y sentir el mundo en cual se encuentran, es por esto que los adolescentes requieren de mayor información para comprender su realidad y poder adaptarse a la multiplicidad de cambios que en ellos y su entorno se presentan, uno de esos cambios, y que podría ser el más importante por lo marcada que puede dejar su vida es la sexualidad.

## **1.1 Impacto de los cambios físicos, psicológicos y sexuales**

La adolescencia no solo necesita de información e instrucción acerca del sexo, sino también de una educación. Y es que hay que añadirle a la información de los órganos sexuales, de enfermedades de transmisión sexual y anticonceptivos una buena educación de la sexualidad.

La importancia de la edad adolescente radica en la inquietud que se presenta en esta etapa por el descubrimiento sexual, por experimentar, y que suele verse influenciado por medios o instituciones poco informados sobre el tema, o que a su conveniencia modifican la información transmitida a los adolescentes, y es que, son tantos y variados los cambios que se presentan en esta etapa del desarrollo del ser humano, que es fácil la manipulación de la información que al adolescente interesa. Los adolescentes presentan cierta rebeldía hacia quienes en verdad buscan solo su seguridad y bienestar, y es por ello, que recurren a quienes fingen brindar confianza y seguridad sobre sus dudas. Es por ello que resulta hoy en día necesario que los adolescentes conozcan bien su cuerpo y se identifiquen como seres sexuados por naturaleza, con posibilidad de crecer, madurar y cambiar en el proceso de la niñez a la adultez e incluso hacia la vejez.

En cuanto a su desarrollo físico, la adolescencia es ubicada en un periodo llamado también pubertad, la adolescencia es la etapa en la cual, se asocian cambios drásticos en la estatura y en los rasgos físicos, y es justo en este momento que la actividad del hipotálamo, encargado a la vez de estimular la producción de hormonas y a su vez a la hipófisis supone un incremento en la secreción de determinadas hormonas con un efecto fisiológico general. La hipófisis produce una sustancia llamada gonadotropina, la cual tiene la capacidad de estimular la función de los testículos y los ovarios para hacer posible en este momento, la reproducción.

Esta hormona, la hipófisis, llamada también del crecimiento, produce una aceleración que lleva al cuerpo hasta casi su altura y peso adulto en unos dos años. Este rápido crecimiento se produce antes en las mujeres que en los

varones, indicando también que las primeras maduran sexualmente antes que los segundos. La madurez sexual viene marcada por diversas circunstancias:

En las mujeres: se aumenta en poco tiempo de altura, cambian ciertos rasgos faciales, crecen los pechos, empieza a crecer vello en las axilas, se ensanchan las caderas, crece vello en el pubis, los muslos se redondean, hay más sudor, los órganos sexuales crecen y empiezan a funcionar y comienza la menstruación. Crece y se oscurece la vulva, los labios, el clítoris con el paralelo desarrollo del útero y la vagina que ganan en sus paredes elasticidad. La voz también dejara de ser la de niñas, ahora obtendrá un tono mas profundo. El acné se hace presente, pero desaparece conforma van creciendo. Comienzan con este impulso sexual que se hace presente mediante la coquetería con el otro sexo.

En los hombres: Aumenta la talla, cambian rasgos faciales, aparece el acné, el cual desaparece con la edad, sale barba y bigote, la voz se hace mas grave, se pierde el tono infantil, produciéndose los llamados "gallitos" que desaparecen poco a poco, se ensanchan hombros y pecho, crece vello en axilas y pubis, los músculos se desarrollan más, hay más sudor, crecen pene y testículos, comienzan las eyaculaciones. El impulso sexual les lleva a comenzar a interesarse en las adolescentes y a estar preparados fisiológicamente para mantener una relación sexual y para la procreación, notando se esto en las poluciones nocturnas. Cabe destacar que no todos los jóvenes se desarrollan al mismo tiempo ni a la misma edad, depende del ambiente y circunstancias, como la alimentación, en el cual se desarrollen.

Las principales hormonas que dirigen estos cambios son los andrógenos masculinos y los estrógenos femeninos. Estas sustancias están también asociadas con la aparición de las características sexuales secundarias. Estos cambios físicos pueden estar relacionados con las modificaciones psicológicas; de hecho, algunos estudios sugieren que los individuos que maduran antes están mejor adaptados que sus

contemporáneos que maduran más tarde. Es así como los órganos de la mujer y el hombre comienzan con la producción de hormonas: en la mujer los estrógenos en su mayoría y progesterona, mientras en el hombre se produce la testosterona.

A partir de este momento, la mujer mes con mes libera un óvulo, a la vez que el útero se prepara para anidar un feto en caso de presentarse una fecundación si se tiene una relación sexual sin protección, ya sea por que se desea o por descuido. Los cambios que se presentan están acompañados por nuevas sensaciones, las cuales antes en la infancia no se tenían a este grado, lo que ayudará a que aprendan todo lo que el mundo exterior tiene para ellos.

Psicológicamente, hay cambios que desde pequeños estaban sin un carácter específico, la libido, comienza a crear el impulso o respuesta sexual, y que en esta etapa se convierte en algo que busca más que eso, es la búsqueda de compañía y admiración, de relacionarse y de responsabilidad. Lo que caracteriza a este periodo, es el conocido por todos, “amor platónico”, o sea, la admiración profunda por alguna persona a la cual se le idealiza. Cosa que suele superarse. Comienzan los noviazgos, las caricias, la masturbación, etc.

La respuesta sexual, según menciona Galloti (2000:69) *“...es la forma que tiene nuestro cuerpo de reaccionar a la estimulación erótica. La contemplación de ciertas imágenes, el susurro al oído de fraseas amorosas o el olor de la persona deseada puede ser suficiente para despertar la libido. Y por supuesto, el tacto, ya que la forma mas efectiva de estimulación sexual suelen ser las caricias...”*, pero no basta solo con la provocación del otro para obtener una respuesta sexual, sino que también se obtiene a través del autoerotismo, finalizando en la misma respuesta fisiológica.

En la adolescencia, como lo menciona Aberastury (1995), se hace presente una a necesidad de intelectualizar y fantasear, la cual, le sirve al sujeto como un mecanismo de defensa frente a situaciones que implican perdida, ya sea el perder a esos padres que en la infancia se tuvo, o al propio

cuerpo que ha cambiado. Así de importantes, como el defenderse son los cambios de ánimo que en esta etapa se presentan, los duelos por las ya antes mencionadas, el aburrimiento, la frustración porque las cosas no salen como se lo espera son características de esta etapa, y con ellas es que se hacen presentes los cambios repentinos de ánimo.

Otro aspecto importante en esta etapa, es la búsqueda de una identidad, la cual es construida a diario, a través de los comportamientos y actitudes cotidianas, lo cual le permite a la vez afianzar su yo, lo que le permite verse distinto de los demás, como un ser único, dando la identidad cierta estructura y coherencia a la vida del adolescente.

La identidad esta compuesta por una variedad de situaciones que encaminan al adolescente a establecerla y dar sentido a cada acción en los diferentes ámbitos en los cuales se desenvuelve, haciendo de su construcción , debido a la variación de las experiencias que esta permeada de un sinfín de cuestiones e ideas distintas e incluso contradictorias, lo que hace notar al adolescente en ocasiones como desorientado o rebelde también, por estar bombardeado por discursos muy diferentes en la sociedad.

Comienza a tener un pensamiento mas formal, mas critico, existe una mayor reflexión sobre las cosas que a su alrededor suceden. Ya no le basta con que le digan que así son las cosas, sino que quiere ir mas allá de lo que se ve, hay interés por saber no solo el qué sino el por qué de los sucesos, de las acciones, de las consecuencias. Este pensamiento más complejo se hará presente en la adolescencia y prevalecerá toda la vida, permitiéndole en un futuro discriminar entre aquello que le beneficiara y lo que puede perjudicarlo,

Y es con todos esos cambios, que el adolescente suele perturbarse por lo rápidos que suelen ser, sentirse diferente, confundido, requiere de información para que este preparado, antes y después , para que se acepte y no se vea afectada su autoestima, con lo que se evitarían

sufrimientos emocionales y de cualquier tipo. La adolescencia está llena de dudas por temas que antes eran insignificantes y que comienzan a ser relevantes de un día a otro, dar respuestas congruentes a estas dudas, generará en los adolescentes una mayor confianza al enfrentarse al mundo adulto que les espera.

## **1.2 Algunos cambios del adolescente en sus relaciones sociales**

El hombre es un ser social por naturaleza, ya que desde pequeño convive con quien lo rodea, el medio ambiente, las cosas que están cerca de el y en principio con su familia, quien es la que lo adentra al resto de la sociedad con la cual se desenvolverá el resto de su existencia. El adolescente como ser social presenta, lo mismo que las sociedades, cambios muy importantes en su desarrollo, como lo son los antes mencionados cambios físicos y psicológicos, además de cambios sociales, los cuales son provocados por la cultura, la tecnología, la ciencia, las comunicaciones y las mismas aspiraciones humanas que se tienen y que de igual manera, van madurando conforme se desarrolla el sujeto, tanto individual como socialmente.

Es importante que en la adolescencia se tenga seguridad y estima personal, esto lo hace el adolescente con ayuda de un grupo de iguales el cual brinda eso que el desea, seguridad, apoyo, confianza etc., a la vez que comparten gustos, tiempo, aficiones y llega a ser tal la unión que puede tener con sus semejantes, que parece inquebrantable la amistad que se tiene. Lo importante es que esta amistad se sepa conservar.

El grupo de amigos con el cual se relaciona el adolescente no le servirá del todo para ser independiente de un día a otro como él quisiera o como supone, y es que como menciona Aberastury (1999:60) *“transfiere al grupo gran parte de la dependencia que anteriormente se mantenía con la estructura familiar y con los padres en especial”*, contexto que gradualmente lo ayudara a lograr esa anhelada independencia, aunque eso signifique cambiar de grupo como de grado escolar, asumiéndose como individual en algún momento de su vida, pese a no ser en esta edad el momento para localizarse en esta situación.



En conjunto con la transformación física y psicológica antes mencionada, también está el cambio constante de amistades, las cuales se modifican conforme este crece, ya que tanto él como sus antes amigos, modifican gustos que los hacen cambiar de amigos, de intereses, e incluso dejan de estar cerca de su familia como antes lo hacían, ahora sus relaciones más estrechas y fieles son con los “cuates”, con quienes hablan de sus cambios, lo que les mueve, lo que les atrae y demás cuestiones relacionadas con su vida..

Por ejemplo, el adolescente debe acostumbrarse a la nueva imagen que tienen y que se va conformando en este proceso de su vida, enfrentarla junto con los estereotipos en cuanto a la estética y la imagen de acuerdo a su género según se establece en la sociedad. Debe asumirse, por complicado que sea como un sujeto nuevo, que ha cambiado como lo han hecho las demás personas, sus amigos, sus padres, y que es capaz de adaptarse y afrontar cada una de las situaciones que se le presenten con esa imagen que ira obteniendo en el recorrido de la adolescencia, contando siempre con el apoyo de sus seres queridos.

Un factor importante en nuestra constitución como individuos, son los amigos, de los cuales se va haciendo a través del grupo de iguales, y es que la amistad es “...*la relación que se establece entre personas; se caracteriza por la confianza y el respeto, y permite encontrar en ella a la persona con la cual compartir los éxitos, los problemas, las intimidades...*”(Tu Futuro en libertad, 2008: 25), lo importante de las amistades es que ellas fortalecen en el joven su autoestima y su seguridad, es en la amistad donde encuentra distintas a él y similares, lo que le ayuda a fortalecer su personalidad. Nace un sentimiento distinto, se dan los primeros o el primer noviazgo, situación que se retomara a profundidad más adelante.



### **1.2.1 Escuela y Sexualidad en la adolescencia**

La sexualidad, no es cuestión solo de los padres o solo de la escuela, la sexualidad depende de la información que se dé tanto en una como otra institución, principalmente, para brindar, en la medida de lo posible, al adolescente, la información certera, confiable, precisa, científica y actualizada que requiera en esta etapa de cambios.

Por el simple hecho de ser un sujeto socio-histórico y cultural es sensible a los cambios en su conformación como individuo, con necesidades de aprender lo que no se sabe, lo cual significa, que desde pequeños, se obtienen una información, aunque no sea certera, precisa, científica y actualizada, que conforma lo que somos o lo que debemos ser, y que condiciona la manera en que hombres y mujeres se desarrollan y actúan conforme a su desarrollo en la sociedad y la variación que se presenta paulatinamente en sus relaciones sociales conforme en esta etapa como adolescentes se adentra el ser humano. .

De acuerdo con los datos que arroja la Encuesta Nacional de Juventud (2000), en lo que se refiere a la sexualidad en México, el 85% de la población de entre 15 y 29 años dijo conocer algún método de anticoncepción, en cuanto a la experiencia sexual 55% de los jóvenes de 15 a 29 años dijo haber tenido alguna relación sexual, ocurriendo la primera de ellas alrededor de los 18 años con el novio(a) o con el esposo(a), en uno de cada tres casos; con un amigo(a) en el 14%, o con una sexoservidora o una persona desconocida en el 4 por ciento. El 45% de los jóvenes que no han tenido relaciones sexuales, uno de cada cinco pretende llegar virgen al matrimonio, otra proporción equivalente está en espera de la pareja ideal, y el resto manifestó tener temor al SIDA o al embarazo, no haber tenido la oportunidad u otras razones.

Casi la mitad de los jóvenes que ejercen su sexualidad, un 48% no utilizan métodos anticonceptivos, lo que constituye un riesgo ya sea para transmisión de enfermedades o embarazos no deseados y prematuros. De los jóvenes que sí utilizan algún método anticonceptivo, 39% se

previenen principalmente con el condón, 14% emplea un dispositivo intrauterino, y 11% acude a las píldoras.

Con ello, lo que podemos ver, es que ya no es cosa solo de enseñar, sino de formar un sujeto consciente de lo que a su alrededor pasa, facilitando la entrada y tratamiento de temas que antes no se tocaban, tal es el caso de la ya mencionada educación de la sexualidad, la cual implica no solo educar en cuanto a los roles que se deben jugar en la sociedad o en cuestiones biológicas, sino que debe ir más allá de lo que en la sociedad se quiere sepa el adolescente. En esta etapa se considera mucho más conveniente comenzar a tratar temas relacionados con la sexualidad debido a la capacidad que se tiene de reproducirse sin tomar en cuenta que la sexualidad se manifiesta desde antes del propio nacimiento, y por ello, al igual que el comportamiento, debe educarse para ejercerla de manera correcta y a beneficio del propio sujeto.

El papel que la escuela tiene en la educación general de las personas para que estas logren el desarrollo de sus actitudes y aptitudes es cada vez mayor, es por ello que han llegado a adjudicársele protagonismos de un cambio social según se va requiriendo. La escuela es hoy una de las instituciones más importantes encargadas de la formación de los individuos, debe atender las necesidades e intereses que se presenten, entre estos se encuentra la necesidad de una educación de la sexualidad.

En cuanto a la educación de la sexualidad en México, en el caso de la educación básica, primaria y secundaria, en años anteriores la situación no fue del todo buena, ya que los programas generalmente abordaban cuestiones médicas y tecnológicas, sin abordarla de manera integral y abierta, dejando de lado el fomento de habilidades y capacidades que hoy en día le permiten al individuo conducirse en situaciones de riesgo y también de búsqueda de su propio placer.

Por ejemplo, en la Reforma Integral de la Educación 2010-2011 se habla como tal de la sexualidad en 4º grado, los temas se ubican en la materia de Ciencias Naturales en el bloque 1 llamado ¿Cómo mantener la salud? En el tema 1 Las características sexuales de mujeres y hombres: los caracteres

sexuales y su relación con la reproducción; el aparato reproductor; en 5º grado los temas acordes a la sexualidad están de igual manera en el bloque 1 con el mismo nombre, ¿Cómo mantener la salud?, en el Tema 2 Situaciones de riesgo en la adolescencia y en el Tema 3 Funcionamiento de los aparatos sexuales y el sistema glandular; y en 6º grado se ubican en el bloque 1 ¿Cómo mantener la salud?, en el Tema 2 Etapas del desarrollo humano: la reproducción, fecundación, embarazo y parto, y en el Tema 3 Implicaciones de las relaciones sexuales en la adolescencia.

Con esta reforma los alumnos no solo sabrán como en años anteriores cosas tecnológicas o metódicas de la sexualidad, sino a disfrutarla y expresarla en los momentos adecuados de sus vidas, educándose en ello para su disfrute y cuidado propio y de otros.

En el caso de la educación secundaria, tal como se menciona el en Plan Nacional de Educación Secundaria, lo que se pretende es dar continuidad a los conocimientos adquiridos antes:

“Una de las prioridades del currículo es favorecer en los estudiantes la integración de saberes y experiencias desarrolladas en las diferentes asignaturas. Asimismo, se busca que dicha integración responda a los retos de una sociedad que se transforma de manera vertiginosa por impulso de las tecnologías de la información y la comunicación (tic), y que demanda de todos sus integrantes la identificación de compromisos con el medio natural y social, la vida y la salud, y la diversidad cultural.

Desde este interés se han identificado contenidos transversales que se abordan, con diferentes énfasis, en varias asignaturas. Dichos contenidos están conformados por temas que contribuyen a propiciar una formación crítica, a partir de la cual los alumnos reconozcan los compromisos y las responsabilidades que les atañen con su persona y con la sociedad en que viven.”

Las materias transversales a las que se hace referencia son: Educación ambiental, La formación en valores, y en este caso, lo que interesa y se aborda es Educación sexual y equidad de género. En ella lo que se pretende es que

comprendan a la sexualidad como lo que es, una situación y vivencia natural en los seres humanos en la cual se corren y se asumen los riesgos y consecuencias de practicarla sin conciencia y también con ella.

Lo que se plantea con al Reforma de la Educación Secundaria es que los alumnos puedan reconocer el estudio de la Sexualidad como:

“Una expresión de la afectividad humana vinculada con el ejercicio responsable de la libertad personal.

Un conjunto de prácticas sociales y culturales diversas que adquieren significados particulares en diferentes contextos históricos y geográficos.

Una práctica que entraña derechos y responsabilidades, así como el respeto a la dignidad humana.

Una forma de convivencia humana donde prevalece el trato igualitario y el respeto mutuo.

Una vertiente de la cultura de la prevención donde la identificación de factores de riesgo y de protección constituye una condición para su mejor disfrute.”

Pere Font menciona (1990:27) *“Si tenemos en cuenta, sobre todo, la importancia que la escuela tiene, y tendrá, en el mundo infantil...entonces aceptaremos que la escuela, juntamente con la familia y la comunidad, constituye un pilar básico sobre el que niños y niñas edificarán conocimientos, hábitos y actitudes de forma graduada y sistemática.”* Es por ello que la vida que en la escuela va creándose desde niños, permite *“la oportunidad de establecer vínculos de amor afuera de su pequeño círculo familiar”* (Amador Pizá, 2004:17) además que desarrollan intereses y habilidades a través de tareas que se encomienda y que hacen que refuercen lo que ya sabían tal es el caso de su carácter, para con ello, cambiar a la sociedad, para que se mantenga informada, para que decidan lo correcto para ellos mismos.

Hoy en día, y a diferencia de años anteriores, la escuela ha ido escalando para lograr ser la institución que es, con reconocimiento e influencia en la sociedad, y es una de las mas importantes, ya que transmite los conocimientos necesarios desde pequeños con el fin de desarrollar en los individuos la reflexión sobre aquello que se vivió y se vive. Si esto se toma en cuenta, en

cuanto a cantidad de horas y años, el niño pasa gran parte de su vida en ella, y que mejor que esta sea el apoyo que la familia necesita para tratar temas complejos con mucha mayor profundidad.

La escuela, es un apoyo para la sociedad y para los padres de familia ya que comunica aquello que quizás en casa es complicado tratar, uno de esos temas es la sexualidad. Como ya se dijo, la sexualidad es algo inherente al hombre, es por ello que es imposible que estos temas no se toquen, se reflexionen o se guíen en la escuela y en otros ámbitos en los cuales se desenvuelven los adolescentes.

Hay que tomar en cuenta, que *“en la escuela...conviven durante un número importante de horas, lo que da pie a que se produzcan juegos, conversaciones y otros comportamientos relacionados con la sexualidad”* (Font Pere, 1990:29) la convivencia continua con otros adolescentes, provocan inquietudes nuevas para algunos, cosa que es muy natural, y que es responsabilidad tanto de la escuela como la familia, siendo las dos instituciones más importantes para el adolescente, las que tienen que resolver y aclarar esas dudas, que a lo largo de su estancia en ella van creciendo y aumentando el tono.

La educación de la sexualidad no debe tomar solo en cuenta aspectos relacionados a lo erótico o coital, debe ir más allá como ya antes se dijo, retomar cuestiones de la vida de los individuos, esto tomando en cuenta que son seres sexuados por naturaleza, por lo que todo aquello que hacen, como se comportan, como se relacionan, como caminan, como hablan, etc., es parte de su sexualidad y de igual manera debe aclararse y hablarse, para hacerlos conscientes de lo importante que es en su vida, y que es imposible desprenderse de ella.

La educación de la sexualidad que se de, sea en el lugar que sea, casa o escuela, debe estar adaptado a la edad o madurez del niño o adolescente al cual se le habla del tema, debe adecuarse a las situaciones que se viven, al entorno, al momento histórico de la sociedad y de la persona, para así contribuir a formar adolescentes capaces de

aceptarse tal y como son para aceptar a los demás, y que sean capaces de elegir y decidirse por lo que desean, por lo que quieren sin presiones ni miedos, que sean capaces de decidir solo y por ellos.



### 1.2.2 Amistad y Noviazgo adolescentes

En el transcurso de nuestra vida como seres sociales, las amistades que vamos consiguiendo son de suma importancia para nuestro desarrollo, ya que es por ellas que tenemos experiencia y logramos comenzar a hacer una distinción de sentimientos hacia las personas. Por ellas es que nos acercamos a situaciones que con los padres no podrían realizarse.

La amistad, como lo dice Francesco Alberoni (1997:53) *“...es una relación simétrica o de igualdad de una estima recíproca y libre, se caracteriza porque surge progresivamente a través de la confianza, la simpatía, la comprensión, y sobre todo, por el apoyo incondicional en los momentos difíciles.”* Los amigos que se mantienen cobran cada día mayor importancia para los adolescentes, ya que entre más larga sea una amistad, la confianza, los secretos, la transparencia entre ellos es mayor.

La oportunidad que se nos brinda al tener amistades o relacionarnos con otros fuera del círculo familiar es crucial para lograr con éxito dejar ir lo que se era cuando niño, dejar ir a esos padres de la infancia que hoy tienen que ser y acostumbrarse a ser padres de un adolescente, y comenzar a tratarlo como tal, dejar ese cuerpo de niños que comienza a cambiar drásticamente, dejar esos juegos con muñecos para comenzar aventuras nuevas. Las amistades ayudan a construir aquello que se desea, a apoyar los sueños y anhelos, a hacernos de un concepto de uno mismo y lograr conformar nuestra identidad para lograr consolidar una personalidad.

La amistad, es una travesía importante para comenzar con las primeras relaciones amorosas. El enamoramiento, es el primer paso para poder amar a alguien, este, también es definido como algo que *“surge de repente como la erupción de un volcán, es exclusivo y celoso, además, transfigura a la persona amada, la idealiza, tiende a ir más allá del bien y del mal.”* (Op. Cit.). Este es, podría decirse, el camino para llegar a crear

un lazo fuerte que pueda ser diferente a lo que antes se había vivido, algo que sea, mucho más profundo que una mera amistad.

Pese a que no existe una edad considerada como adecuada para enamorarse o sentir amor, es común que este tipo de cosas o situaciones comiencen a hacerse presentes en la adolescencia, que es el momento en el que la convivencia con los iguales es mucho más cercana, mas consiente y aunque no se está en un momento de madurez total, es un paso importante para la conclusión de esta, al incluirse en ella necesidades de vital importancia como las antes mencionadas, acompañadas de la necesidad de tener una pareja, de saber sobre un cuerpo que no es el propio, de tener a una persona con la cual compartir lo cotidiano de nuestras vidas. Esta experiencia también va a permitir al adolescente construir su identidad sexual y reconocerse como hombre o mujer.

Este paso importante, puede llevarnos a lo que conocemos como amor, este, es considerado como “...*la fuerza constructiva e integradora que nos une y permite la armonía, se dirige hacia la vida y el placer...*” (Amador Pizá, Alberto, E., 2004: 13), o así debería de ser. Un paso para llegar a un amor de pareja, es el amor a los padres, a los hermanos, y sobre todo a los amigos, quienes son el paso crucial para el amor a otra persona, a la pareja. La Encuesta Nacional de Juventud (2000) señala que 9 de cada 10 jóvenes de entre 15 a 29 años han tenido novio alguna vez, y que la edad promedio del primer noviazgo fue alrededor de los 15 años.

Así, comenzamos a adentrarnos al mundo del noviazgo, este es algo así como una amistad muy especial, es un vinculo entre dos sujetos “...*se conocen, salen, se tratan e intercambian sentimientos y caricias...puede ser una ocasión para compartir tu mundo con otra persona, explorar nuevas experiencias, expresar tus emociones y conocerte mejor; también puede ser la oportunidad para experimentar sentimientos, como el amor, y el coraje, la ternura, el erotismo, los celos; para conocer, tolerar y aceptar a alguien que tiene similitudes y diferencias contigo.*” (Tu futuro en libertad, 2005:28) el

noviazgo debe ser una decisión libre, que solo las personas involucradas tienen que aclarar, tienen que limitar o guiar según sea lo deseado por ambos.

Cada persona es responsable de lo que hace, cada uno debe saber cuándo es el momento adecuado para iniciar un noviazgo, una vida sexual, hasta para las cosas simples uno es responsable, saber si se quiere comer equis cosa, si se toma agua o refresco, cada quien debe elegir lo mejor para sí mismo, ya que cada experiencia, del ámbito que sea difiere de persona a persona, y nadie debe aconsejar al otro como hacer o reaccionar ante diversas circunstancias.

En la adolescencia es trascendente saber qué se es importante y querido para alguien del otro sexo, pero es necesario que el joven no llegue a sentirse mal porque no llega una persona con la cual entablar un noviazgo, llega en algún momento de la vida, con la socialización constante podemos encontrar a esa persona. Simplemente cuando llegue, se debe tener claro que debe estar basado en *“...un respeto mutuo que permita a cada uno desear sinceramente la plenitud de su compañero, sin por ello renunciar a sus intereses y ambiciones personales”* (Valleur, 2005:96).

Compartir esas ambiciones y esos deseos, debe ser lo primordial a la hora de una elección, el querer estar con la persona por como es, sin intentar cambiarla, aceptándola tal cual, compartiendo y dando lo que este dentro de las posibilidades, sin más ni menos. Lo más importante es la existencia siempre y antes que nada del respeto y la comunicación en el noviazgo.

Cabe mencionar que en el noviazgo, lo que los adolescentes buscan y aprecian, según la Encuesta Nacional de Juventud (2000), es en las mujeres la responsabilidad 39%, la ternura 15% y la inteligencia 12%, mientras que en los hombres reconocen la responsabilidad 53%, no tener vicios 11%, la ternura 9% y la inteligencia 8%. El 50% manifiesta que durante el noviazgo sólo se deben dar besos y abrazos; 30% opina que

está permitida cualquier caricia, sin llegar a tener sexo; 12% acepta las relaciones sexuales y 4% opina que sólo están permitidos los besos. En el noviazgo se busca fundamentalmente tener alguien a quien amar 60%, seguido de contar con una pareja para salir y divertirse 24% y de buscar una pareja para el matrimonio en el 11 por ciento.

Pero el noviazgo es eso y más, llegar a tener solo besos, o acompañar a estos de caricias o relaciones sexuales es cosa que cada pareja debe decidir, el noviazgo es complicidad, la cual debe ser mutua, además de contar con apoyo y comprensión, así mismo de paciencia en todo momento.

Estas relaciones forman parte importante del desarrollo de la sexualidad de los sujetos. Y apoyan así la identidad sexual de los adolescentes, la cual definirá en gran parte como sean en un futuro.

### **1.2.3 Pero... ¿Qué es sexualidad?**

Parte inherente de los seres humanos, fundamental en la conformación de cada uno de ellos tanto en su desarrollo como en su preservación y conservación, en evolución constante, sin importar raza, color, sexo, capacidades, religión, etc., la sexualidad ha llegado a ser un tema sumamente importante de tratar, entender y estudiar desde años muy remotos, aunque todos estos estudios hayan llegado a pasarse por alto en algún momento o lugar.

En la actualidad, aun con tantos avances y estudios en cuanto a sexualidad se refiere, sigue resultando complicado para algunos padres e incluso educadores entender como seres sexuados y capaces de reproducirse a cierta edad a propios hijos o alumnos, y a ellos les resulta más complicado ejercer su sexualidad, pese a toda la información a la que tienen acceso y se les transmite, de modo consciente y con cierta madurez por el grado de rebeldía que suele presentarse en esta etapa en la mayoría de ellos.

Sin embargo, debe tomarse en cuenta que no es cosa o culpa solo de ellos o sus padres y educadores, sino también del estado, del gobierno que sigue en pleno siglo XXI inmerso en un tipo de educación tan genitalista, que informa solamente, que trata únicamente cuestiones de reproducción y anticoncepción, dejando de lado la importancia de la educación de la sexualidad y la satisfacción del hombre, de educar para la plenitud y goce de lo que hace.

Ya no es solo decirle a los adolescentes qué método es bueno para ellos, porque lo encontrarán, ni decirles a qué edad es adecuada la práctica de la sexualidad, porque eso carece de importancia para ellos. Para los adolescentes el momento que viven la experiencia es el indicado. No les interesa pensar en un embarazo, en ese momento seguro se les olvidará.

Lo que debemos hacer es retomar todo ello para que a partir de lo antes mencionado comiencen a disfrutar sus relaciones sexuales, hállese de “fajes” o de una relación sexual coital. Encaminarlos a la reflexión a partir de la toma de conciencia de un método anticonceptivo apto para su edad y condición

física, de la consciencia de las causas y sus consecuencias y, de darse el caso, de las responsabilidades nuevas que se adquieren con un embarazo. No se trata de prohibir, porque no es algo malo, sino se busca que sean conscientes de lo que hacen por su salud física y psicológica.

Por la edad en la que viven, suelen usar a la sexualidad como antes se mencionó, como un modo de rebelarse contra la autoridad de sus mayores, por demostrar que son capaces de hacer lo que se les prohíbe o lo que no está permitido, lo cual no debe ser así. Probablemente no sea de esta forma en la que expresan tal situación, pero inconscientemente suelen usarla para desafiar y tratar de demostrar algo a sus mayores, hacerles ver que han dejado de ser lo niñitos de papá y mamá, y que han entrado a una nueva etapa de sus vidas en la que son responsables de sus actos, aunque esto no sea del todo así.

La sexualidad es responsabilidad de cada uno de nosotros, diga lo que diga la gente, cada persona hará aquello que le sea satisfactorio y brinde cierta plenitud. Por esto, hay que educar a los jóvenes para que tomen conciencia de sus actos en todo momento y en toda situación, no solo en cuestiones de índole sexual, sino en cada una de las actividades que realiza.

La sexualidad no es ya un juego de niños, en el cual las consecuencias se olvidan al día siguiente. Las consecuencias que se obtienen al mantener relaciones sexuales sin conciencia son más fuertes de lo que los adolescentes creen. Hablarles de cómo son las cosas es básico hoy más que nunca por la gran influencia que se tiene sobre el tema, y quién mejor que padres y educadores, gente de real confianza para acercarlos al tema y hacerlos entrar en conciencia, sin prohibir, solo mediante la exposición de los pros y contras de ello.

En este trabajo me fundamento a partir de la teoría de los 4 holones, analizada por Rubio (1994).

La idea de esta teoría, es que todo sistema está conformado por elementos que interaccionan y que a la vez constituyen dicho sistema. En el caso de la sexualidad, se denominan estos elementos como *holones* para resaltarlos como parte de un sistema, con alto un grado de complejidad e

integración, que en nuestro caso sería el de la sexualidad humana. En cuestión de la sexualidad, los *holones* deberán ser entendidos como conceptos verticales, capaces de aplicarse en diversas ciencias.

Dicha sexualidad humana resulta de la integración de cuatro potencialidades que dan origen a los *holones*:

- Reproductividad
- Género
- Erotismo
- Vinculaciones afectivas interpersonales

La construcción mental sexual del hombre, le permite construir a partir de experiencias que vive diversas potencialidades: procrear, pertenecer a cierto grupo, experimentar placer físico en la respuesta sexual y el desarrollar vínculos afectivos con sus semejantes. El abordaje integral de estos cuatro *holones* permitirá la eficiencia en la educación de los adolescentes. La ignorancia a alguno de ellos solo culminara en la ineficiencia de una educación de la sexualidad.

El holón de la reproductividad humana, es la potencialidad que tenemos los seres vivos de reproducirnos y mantener la especie. La sexualidad humana se ha desarrollado de manera tal como resultado a la necesidad de la especie por mantenerse y conservarse.

Entiéndase a la reproducción, como la posibilidad que se tiene de procrear individuos, que en gran medida, se asemejen a quien los produjo.

Biológicamente, la reproducción esta manifestada a través de estructuras conocidas como aparatos reproductores. Constituyendo temas comunes de la reproducción, la función, el control de ella.

Psicológicamente, continuando con la cuestión de la reproducción, suele olvidarse fácilmente su importancia. La función de la reproducción no termina cuando se nace, continúa con la función de maternidad y paternidad

considerándose ellos como la conclusión de tal función hasta mucho tiempo después de la concepción.

Sociológicamente, la reproducción es parte del estudio de significaciones sociales a tal hecho. La institucionalización de políticas y procesos sociales ante la reproducción como base de fenómenos demográficos como expresión en un plano social y cultural de la reproductividad. Esto significa que la reproducción se tiene que ver en un sentido amplio que baraca la paternidad y sus responsabilidades hasta una etapa de crecimiento y madurez de los hijos.

El holón del género, fundamentado en la aparición en cierto momento del sexo, considerándose el dimorfismo como parte de ella, es decir, que a partir de una especie surgieron dos formas (dimorfismo).

El dimorfismo es la base biológica del género, y este a su vez para un segundo elemento de la sexualidad que se considerará.

Género, se entiende como una serie de construcciones mentales que tienen que ver con la pertenencia del individuo a categorías dimórficas: masculino y femenino, así como características específicas del individuo que lo sitúan en algún punto del rango de diferencias.

En el plano psicológico, adquiere importancia en la identidad del individuo, entendido como marco de referencia que permite saber quiénes somos, qué hacemos, qué queremos y a dónde vamos. Llamada esta como identidad genérica.

El papel o rol sexual que se juega, es conocido como la expresión pública de nuestra identidad. Este holón considera la identidad, el rol y la orientación sexual.

El holón del erotismo, se refiere a aquellas experiencias sexuales. Entiéndase por erotismo a los procesos humanos que rodean el apetito sexual, el orgasmo y sus resultantes en la cuestión placentera de dichas vivencias.

Al igual que los demás holones, este tiene niveles de manifestación biológica, pero los componentes mentales es lo que hacen del erotismo una



característica especialmente humana. La manera de verlo, es como resultado de tres procesos interdependientes: deseo, excitación y orgasmo.

El holón de la vinculación afectiva, es entendido como aquella capacidad de desarrollar afectos intensos ante la presencia o ausencia, así como construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos derivan. La forma más conocida de vinculación, es el amor.

La base biológica de este holón se identifica desde la matriz, es decir en el vínculo materno-infantil, así como lo referente al amor romántico y el enamoramiento.

El estudio de la sexualidad es una labor multidisciplinaria, su complejidad deriva de ahí al tratar el tema y sus problemas. Una comunicación interdisciplinaria es indispensable para permitir el flujo de información.

Desde la perspectiva de la teoría de los holones, resulta más pertinente abordar los problemas que tienen su origen en los mitos y tabúes que predominan en el seno de la familia, y también en la escuela, y que condicionan la educación de la sexualidad en los adolescentes, propiciando en ellos confusión, ignorancia, inseguridad, temor e incapacidad para tomar decisiones correctas.

## **CAPITULO 2. LA FAMILIA y LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD: EN BUSCA DE UNA EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CASA**

### **2.1 La familia en la adolescencia**

Conocida como la célula básica de la sociedad, la familia es una de las instituciones más viejas que existen aun en nuestros días, y es que desde tiempos muy antiguos y gracias a ella es que se han formado las aldeas, las ciudades, los pueblos, los países. Desde el comienzo de la humanidad el hombre se ha agrupado con sus semejantes para la satisfacción de necesidades vitales, como lo fue la caza, para comer. Ese trabajo en conjunto le permitió compartir responsabilidades que hacían más fáciles las tareas que tenían que desempeñarse, socializando así entre los hombres y compartiendo sus espacios de vida.

Desde tiempos atrás se ha investigado a la familia por ser esta célula que conforma la sociedad en la que hoy vivimos. En tiempos pasados la familia se constituía partiendo de la promiscuidad, ya que el padre de la familia no tenía solo una mujer, sino varias, situación que era mucho más común en los hombres, desligándose del cuidado de los hijos. Fue tiempo después que al padre se le comienza a hacer consciente, por los cambios sociales y culturales de la responsabilidad que adquiriría al procrear, posicionándose como monógamo, es decir tener solo una pareja. La monogamia surgió después de aparecer la propiedad privada, en donde el hombre se hacía de una mujer ya sea comprándola o robándola, etapa en la que surge un vínculo consciente de padre e hijo y el hombre es visto como el jefe de la familia, y en ese entonces el que sustentaría el hogar.

Variedad de autores mencionan que en la etapa de promiscuidad que se vivía, la variación de parejas se hacía sin importar raza, lazo o edad. Esta situación perduro mucho tiempo hasta que apareció en escena lo que hoy se considera la primera forma de organización familiar: la comunidad primitiva, presente desde que el hombre piso el planeta, y a partir de ella se crearon variadas formas de organización social.

Algunas formas de esa organización fueron, la horda, un grupo nómada en el que no existe lo que hoy conocemos como paternidad, está integrado por pocos sujetos y es a la vez un forma muy simple de organización; el clan, está formado por un grupo en el cual la familia ya es importante, esta remarcado el rol del padre y el respeto a este, siendo esta la forma de organización que cambió lo que era antes la familia, acercándola a lo que hoy en nuestros días significa.

La familia, es desde siempre el primer contexto de aprendizaje para los sujetos, aprendiendo tanto niños, adolescentes y adultos aquello que en la sociedad se establece o requiere. La familia debe ser la que brinde cuidado, seguridad, alimento, vestido, techo y educación a sus integrantes para el desarrollo integral de quienes la conforman.

Un tipo de familia conocido, es aquel en el que los hermanos y hermanas se casaban entre sí, formando su propia familia, fue después que este tipo de familia se prohíbe al comprobarse el problema genético con el cual se concebía a los hijos, además de darse el nombre de incesto al acto sexual en el cual se tiene un lazo consanguíneo, a este tipo de organización se le conoció como horda, creada por pequeños grupos.

A medida que crecieron los integrantes de la horda, se dio paso a la conformación como tal de tribus, las cuales lograron mediante la domesticación de animales dar paso a la ganadería, convirtiéndose en sujetos seminomadas, es decir que cambiaban no constantemente como los nómadas cambiaban de tierras para habitar en busca de alimento, sino que con la ganadería lograron permanecer más tiempo en un sitio y explotar las tierras para sobrevivir.

Con la evolución de las tribus se creó el llamado gens, término que hace referencia a la descendencia de un grupo de personas de un antepasado común por parte paterna, estos ya eran sedentarios totalmente, al ir creciendo estos, se crearon lo que hoy conocemos como familias, sin embargo, es las primeras organizaciones familiares no se reconocía como autoridad al padre, ya que en la mayoría de los casos

este era desconocido para los hijos, mientras que con la madre sucedía todo lo contrario, ya que era ella quien por haberlos gestado y amamantado estaba a su lado, los cuidaba y alimentaba hasta que pudieran valerse por sí mismos. En esta dominaba la promiscuidad, el acto sexual era hecho por el momento, sin intereses de algún tipo, se practicaba públicamente, tal como lo hacen los animales. En este caso era imposible que la mujer supiera quién era el padre de sus hijos.

Con el paso del tiempo con la convivencia definida del hombre y la mujer como pareja es que se origina el patriarcado, en el cual los hijos reconocen con autoridad al padre, y comienza a ser visto como el jefe de la familia, protector del hogar y proveedor. La madre toma más el papel de ama de casa. Tal vez el poder que se le otorga al hombre en el hogar, se debe a la fortaleza física que este tiene a diferencia de la mujer, quien puede llegar a ser más débil en ese aspecto.

Sin embargo, el patriarcado, pese a ser una forma más establecida de organización familiar le dio desventajas a la mujer. Fue tal la desventaja de esta, que llegó a adquirir el mismo valor que se les daba a los animales o alimentos que se intercambiaban por otros. Aparecieron entonces y con ello los matrimonios comprados o arreglados, en el cual se jugaban los intereses de ambas familias que unían sus riquezas a través de la unión de sus hijos.

En las familias modernas el padre pierde en su mayoría la autoridad que antes tuvo, compartiendo con el Estado las funciones económicas, educativas, religiosas y protectoras de los hijos, aunque la familia seguía siendo el núcleo de la sociedad y el principal medio de socialización del hombre. La familia antigua estaba unida por la religión, considerada como un legado de los antepasados, así como la posesión comunal de sus tierras.

La familia tradicional daba al padre la máxima autoridad, ya que este recibía de su progenitor bienes, siendo quien administraba la propiedad que se pasaba de generación en generación, así todos los matrimonios que se formaban en su familia, es decir, hijos, hermanos, sobrinos, vivían bajo el mismo techo. El padre era quien brindaba a ellos lo necesarios para que

vivieran sus descendientes y consanguíneos. Lo que unía a la familia tradicional fue el actor económico que se basaba en la agricultura.

La actividad económica tuvo como factor importante la llamada división del trabajo, siendo esta el motivo por el cual los miembros de la familia eran obligados a contraer nupcias a temprana edad y a tener numerosas familias, ya que era una inversión a la economía doméstica. Los varones eran educados por el padre en tareas encomendadas al llamado sexo fuerte, mientras la madre enseñaba a las hijas a atender las tareas del hogar y al cuidado de los pequeños.

La consecuencia de esto fue la contracción de nupcias por interés no afectivos, sino que convinieran a las familias. Los padres de ambas familias concertaban las uniones atendiendo los intereses de sus familias, relaciones previas al matrimonio, como noviazgos no existían, dándose casos en los que los futuros esposos se conocían hasta el día de la boda.

Poco a poco se dio paso a la monogamia, considerada como la forma natural del matrimonio, surgida por la transmisión de bienes y la posición social que fue de dos tipos: una la matriarcal, donde la autoridad fue la madre, y otra el patriarcal, siendo el padre la autoridad

Sea como sea el caso de la conformación de las familias, ésta siempre ha respondido a las necesidades de las personas y de las sociedades a las que perteneces, es por ello que han existido una gran variedad de tipos de conformación familiar.

La familia está conformada por un padre, madre e hijo (s), y cada uno juega un rol específico dentro de ella. En décadas anteriores (1920-1950) se conocía de familias muy extensas, jugando en estas los padres solo un rol de procreación debido a la falta de información sobre el control de natalidad, además que de que la idea que en esos tiempos se tenía era la de tener hijos porque así lo demandaba la sociedad. La madre al cuidado de la casa y los hijos, y al padre a trabajar para solventarlos. La familia que se separaba por cualquier razón, era mal vista por la sociedad, lo mismo sucedía al presentarse embarazos fuera del matrimonio en

muchachas de clase alta, por lo que los padres tenían que casarla antes de que empezara a hablar de ella por notarse el embarazo.

Hoy en día, en nuestra ciudad tanto padre como madre trabajan para solventar los gastos de los hijos y de igual forma en conjunto con el Estado, se encargan de la educación y requerimientos de estos debido a las transformaciones y evoluciones sociales y de comunicación que se han hecho presentes, la familia ha cambiado, pero sus funciones siguen siendo las mismas hacia con sus miembros.

En ellos está arraigada la obligación de ser el ejemplo de los menores, de los hijos, permitiendo además de la identificación de estos con sus mayores, el seguir el ejemplo que en casa se les dé, representando cada quien un rol específico.

Es por ello que la familia tiene un papel importante en la información sobre la madurez sexual de los adolescentes, es una de las instituciones más viejas que se conoce, es por ello que esta es el principal grupo social en el cual se desenvuelve y con el cual se relaciona, sin embargo, la escuela y los amigos, y dentro de estos, las parejas amorosas, también tiene que ver en este antes mencionado desarrollo sexual. Y es que el entorno en el cual se ha crecido deja de ser percibido de igual manera, dejan de desearse las mismas cosas, hay fragilidad y se es vulnerable a cambios drásticos de nuestro alrededor, lo cual provoca que necesitemos de alguien para calmar nuestros nervios, nuestras ansiedades, comienza la tendencia a buscar la verdad de las cosas por uno mismo sin tomar en cuenta lo que antes se tomaba en cuenta, experimentar cosas nuevas comienza a ser lo más relevante.

La familia es el primer grupo con el cual nos acercamos al mundo en el que estaremos toda nuestra vida. Y al igual que nosotros, para poder desarrollarnos en esta sociedad, los padres, tíos, abuelos, etc., recibieron un tipo de educación encaminada a seguir valores, reglas, costumbres y patrones que esta sociedad estableció desde tiempo atrás, inculcándose generación tras generación seguir cada uno de ellos sin cuestionamiento alguno a través de una educación.

La familia es una de las instituciones más antiguas de la sociedad y es en ella, y según nuestro desempeño desde chicos, que será nuestro desenvolvimiento en la sociedad al ser mayores, es decir con miedos o seguros de sí mismos según haya sido el caso de nuestras relaciones en familia. Puede ser una familia desintegrada o integrada, eso es lo de menos siempre y cuando se brinde a sus integrantes y al adolescente las herramientas que requiera para enfrentarse a un mundo en el cual los padres que tuvo en su infancia no podrán estar y por ningún motivo deben desentenderse de las obligaciones que tienen con su hijo, como alimentarlo, vestirlo, darle un techo y educación, todo ello adecuado a cada momento que se vive.

Y es que las etapas por las cuales pasaron los padres también son complicadas, también tuvieron una familia y padres que los protegían y guiaban conforme a lo que a ellos se les enseñó, y con ese ejemplo es con el cual tratan de guiar ahora a sus hijos. Por complicado que suene, la familia pasa por distintas etapas que tal vez no detectamos así como tal, y ese proceso es lo que el adolescente percibe, y que puede generar en él, según sea la forma en que se asimile, un conflicto por lo complicado de la relación familiar o por el contrario que encuentre en ese ciclo un ejemplo y soporte para su desarrollo.

El momento mismo del nacimiento de un nuevo integrante de la familia, es también una fase importante para esta, ya que existe en los padres una preocupación por el sexo del bebé, manifestándose en cada uno de ellos sus intereses por alguno en especial, y es que en la sociedad está muy arraigada la idea de que según el sexo del bebé, será el carácter de este al crecer, las oportunidades que tendrá, etc., sin embargo esto no tienen nada que ver, ya que mediante la familia, quien enseñara lo bueno o malo al niño, es como este adquirirá los modelos o patrones de comportamiento que lo hagan fuerte o débil en ciertas circunstancias de su vida. De este modo, con ayuda y apoyo de la familia, es como el niño se inclinara hacia una u otra situación que se le presente, discriminando entre lo que considere benéfico o malo para él.

Sin embargo no basta solo con las costumbres y patrones de comportamiento familiares que reciba el niño, la comunicación con sus padres también juegan un papel muy importante en toda la vida del niño, pero sobre

todo en la adolescencia, ya que son vistos como modelos a seguir, tal como lo dice Batllori (1993:70) *“los adolescentes observan y analizan mejor...son más eficaces en la integración a sus vidas de la conducta que les presentan los modelos...adoptan una actitud más crítica”*, pero el problema al cual los padres se enfrentan es el momento en el cual es adecuado hablarles de las cosas o de sexualidad a sus hijos y cómo empezar a hacerlo, además las dudas inimaginables que saben surgirán al comenzar a hablar de este y otros temas.

La familia es muy importante en la adolescencia y todas las etapas del hombre ya que no solo proporciona los bienes materiales, como lo son casa, vestido, alimento sino que es quien proporciona estabilidad y brinda afecto, a la vez que transmite valores.

Es justo en la adolescencia cuando la familia cobra una importancia mayor por los cambios a los cuales se enfrentaran en conjunto e individualmente los chicos, esa importancia radica en lo valiosa que es la comunicación que debe establecerse desde siempre y que se debe mantener con el adolescente, por ejemplo, en cuanto a la sexualidad, evitando con ello, o previniendo sobre las posibles consecuencias que una vida sexual activa trae consigo, como lo son embarazos no deseados o prematuros, Infecciones de Transmisión Sexual, etc. Sabemos que los padres son los primeros educadores de sus hijos, y esto no tiene que ver solo con la sexualidad, sino con el aprender a hablar, a comportarse, a comer, a sentarse, etc., y son ellos a los que les corresponde acercarse al adolescente a hablar de forma clara y natural sobre sexualidad.

Es por ello que desde pequeños debe establecerse una comunicación como antes se mencionó, clara, directa, sin enmascarar las verdades para que se fortalezca y no debilite la relación del padre con el hijo en esta etapa, para que el adolescente siempre tenga la confianza de acercarse a sus padres sin problema y buscar apoyo en ellos, porque en verdad lo necesita.

La comunicación cuando es abierta en las familias, facilita a los niños o adolescentes reflexionar y pensar que ellos y sus propios padres son seres sexuados, sea cual sea la preferencia de las personas, sin tratar de mantener



oculto este tipo de relaciones tan normales y comunes, incluso en los sujetos más allegados a ellos. Cuando existe una buena comunicación en cuanto a estos temas que son tan complicados de tratar en nuestra sociedad, la seguridad con que los jóvenes se relacionen con los demás será mucho mejor, ya que serán personas más críticas, con una gama amplia de opciones en su vida, con certeza de lo que en casa se les diga es verdad y es por su bien, sin tener que recurrir a medios dudosos que “aclaren” sus incertidumbres, cosa que sucede si se tiene una comunicación difusa, distorsionada, e incluso incongruente con los niños y jóvenes, ya que lo único que se provoca es encaminarlos sin querer a medios que tergiversan la realidad de la sexualidad, haciendo que se cuestionen aun más la situación y tomen decisiones equivocadas que podrían concluir en una circunstancia incluso no deseada ni por ellos mismos.

Es decir, si hay congruencia en casa sobre lo que se dice y hace, no solo en cuestión de sexualidad, sino en cualquier ámbito, para los adolescentes será mucho más fácil entender, comprender y creer lo que los padres dicen, lo que permitirá que entre padres e hijo exista una comunicación directa sin rodeos, que a ambos los lleve a solucionar los problemas que se les presenten, para así mismo recibir una respuesta a las dudas certera, sin distorsión alguna.

Las decisiones que se tomen en la etapa de la adolescencia serán cruciales para su desarrollo debido a que impactan de manera muy profunda cada experiencia con las que se forja un adolescentes, ya sea con los amigos, en la escuela, con la pareja, en casa, etc., es por esto que se considera importante la intervención de los padres de familia en la vida de sus hijos adolescentes, sin privarles de esa independencia que a la vez buscan. Esto se logrará en la medida en que esta comunicación se dé desde la infancia. Sin embargo, que los padres estén presentes en cada experiencia que realizan los adolescentes, da fuerza, ánimo, les da el valor que necesitan para continuar su recorrido, ya sea con tropiezos o no en actividades que son de su interés, es decir, le da seguridad.

Educar integralmente en la familia, es educar en lo biológico, lo psicológico y lo social al niño, es decir: en lo biológico, es guiar al niño a que

reconozca su desarrollo físico y el proceso de este, que respete su cuerpo, su ser, y que respete el de todas las demás personas que a su alrededor están, que sepa que las partes que lo conforman como ser humano, internas como externas, son similares a las de los demás, con la capacidad de modificarse conforme pasan los años; en lo psicológico, que sea capaz de reconocer lo que siente, las cuestiones afectivas que posee en conjunto e individualmente, aquellas que son aprobadas por la sociedad o el grupo de personas con el cual se relaciona y aquellas que no, que sea capaz de expresar lo que siente y piensa y reconocerlo; en lo social que conozca de donde forma parte, las costumbres y valores en los que se encuentra inmerso por el hecho de pertenecer a cierta familia y a la sociedad y que lo hacen ser la persona que es.

. González Ruíz (1998: 12) menciona que desde hace décadas grupos conservadores y católicos se han opuesto a que se de educación sexual en las escuelas, en este caso en las escuelas públicas, ya que dicen estos que esa educación les corresponde a las familias, sin embargo, González Ruíz hace referencia en ese mismo apartado de su libro a una encuesta llevada a cabo en 1992 por el Instituto Mexicano de investigación de Familia y Población, donde el 65% de los padres creen insuficientes los elementos para educar en este rubro, la sexualidad, mientras que el 97% está de acuerdo en la impartición de educación sexual en las escuela.

Si bien los padres son quienes deben acercar a los jóvenes a una educación de la sexualidad, hay que tomar en cuenta la poca preparación de estos para hablar con los adolescentes de temas de los cuales a ellos no les hablaron, es decir, si queremos en un futuro adolescentes preparados, hay que comenzar a preparar a sus padres de la mejor manera posible, y si en casa no se dan respuestas, existen instituciones que bien pueden ayudar a ambos, padres e hijos a encontrar la solución a sus dudas sin desligar a unos de los otros, sino de fortalecer la comunicación entre ellos hablándoles a los padres por ejemplo, de cómo hablarles a los hijos, y a los hijos de cómo entender las diferencias en la educación de sus padres y la de ellos.

En la adolescencia, tal como menciona Carrasco (2007:73) *“El conocimiento que sobre la sexualidad va adquiriendo el adolescente se forma a*

*lo largo de su recorrido histórico, lo que lo lleva a definir un comportamiento ante la vida y la sociedad en la que se desenvuelve, es decir, la conciencia social se condensa en conciencias individuales por medio de referentes que provienen de los modos de apropiación de lo real...En el desarrollo de la conciencia sexual del hombre, intervienen aspectos de lo sociocultural”* y es en su conformación como individuo, que el adolescente se hace de ideas propias y en la medida que se educa sexualmente en cuanto a la realidad vivida en su contexto, permite la formación de criterio amplio sobre el tema, todo ello, con ayuda sobre todo de la familia.

Según la Encuesta Nacional de Juventud (2000) cuando los adolescentes se encuentran en algún problema 46% platica siempre con su madre y 42% lo hace sólo en algunas ocasiones consultando al padre con menor frecuencia, mientras que 47% nunca recurre a él. Reconociendo los adolescentes o jóvenes según se menciona en esta encuesta, que es la familia el espacio donde se recibe y se da afecto, y así es como debe ser o debería ser.

De acuerdo con los datos referidos anteriormente, la Encuesta Nacional de Juventud (2000), ninguno de nuestros padres está preparado para hablarnos de diversas cuestiones, tal es el caso de la sexualidad, ya que pueden incluso llegar a creer que no poseen la información suficiente para hacerlo y responder nuestras dudas, además de que la mayoría de ellos tienen aun en estos días muy enraizada la idea de que la sexualidad solo es genitalidad y asuntos sobre la reproducción, lo que hace considerar que los hijos no cuentan con la madurez necesaria para entender esos temas, así que, es mejor dejarlos de lado y esperar a que en la escuela se hablen, sin considerar que hay muchos medios más para que ellos se enteren de lo que la sexualidad es e implica, aunque sea en alguna porción de su significado, ya que en su mayoría las fuentes a las que se recurre son dudosas.

El 91% dice tener buen trato con la madre y el 81% con el padre. De esta forma, 30% de ellos, reconoce como principales valores de sus padres, el apoyo y la solidaridad con los integrantes de la familia; 24%, la responsabilidad y su papel como proveedores; 16%, el respeto hacia sus decisiones, y 23% las manifestaciones de afecto. Esto, nos deja más clara la magnitud del modelo

que imponen y crean los padres hacia los hijos, y la importancia que tiene en cada momento de la vida adolescente.

La sexualidad es algo que se aprende desde la infancia, y que debería educarse desde entonces, es algo que hacemos nuestro a través de las bases que se nos dan, especialmente lo que se vive en la familia es lo que el adolescente hace suyo por bueno o malo que sea. Antes se decía que “...*los niños carecen de sexo: razón para prohibírsele, razón para impedirles que hablen de él, razón para cerrar los ojos y taparse los oídos en todos los casos en que lo manifiestan razón para imponer un celoso silencio general*” (Foucault, 1991: 10), hoy debe ser distinto si se quieren adolescentes distintos. Hacerles ver y sentir que la sexualidad es un todo, y como antes se dijo, es parte importante de un sistema que nos conforma como individuos por la transversalidad del tema, por su presencia en todo momento. Por ser un *holón* en la sexualidad de los individuos.

En la adolescencia, etapa en la que se dan la mayoría de los cambios que sufre el hombre como se vio antes, la información antes recibida y la Educación de la Sexualidad continua, así como el papel de la familia es de vital importancia, porque se está despertando a una vida distinta a la que se conocía, en la que se ha modificado no solo un físico, sino también la forma de pensar y la manera en que se relaciona con los demás. Porque en ella podrá recibir una Educación de la Sexualidad que reciba el adolescente, lo que le permitirá configurarse como un ser seguro de sí mismo, autónomo en cuanto a la toma de decisiones.

Y como lo menciona Hiriart (1999:42) “*Los padres, con quien los adolescentes podrían dialogar al respecto, y que de hecho en algunas ocasiones serían la fuente idónea para dar respuesta a sus dudas, no siempre están dispuestos a hablar del tema...*” y quizás es lo que falta, la disposición de los padres para responder a las dudas que en sus hijos surgen no solo en la etapa que aquí se trabaja, la adolescencia, sino desde la infancia, sin embargo se debe tomar en cuenta que hay razones de peso en ellos para no hacerlo, como la falta de información o miedo a errar en alguna de las dudas que intentan se resuelva.

Para los padres sería mucho más fácil hablar de la sexualidad si desde que los hijos son pequeños se hablara de ello, claro adecuado la información a la edad de los niños, sin embargo no es lo que se hace, y es más complejo hablarlo cuando están ya en la adolescencia, y es que como lo menciona Tilman (1973: 29) *“Es lo más natural que los padres cumplan este deber educativo...Los padres necesitan, ciertamente, estímulos y conocimientos, que se les pueden comunicar en conferencias especiales establecidas con este fin y dándoles un texto adecuado con el que puedan prepararse”* para esa educación que están obligados a dar, y que les resulta complicado porque muy pocos de ellos la recibieron en su adolescencia.

Pensarse como seres sexuados y hablarles de ello a los hijos, no quiere decir necesariamente que se despertará el interés por comenzar su vida sexual temprana edad, pensarse como ser sexuado permitirá al niño o adolescente ver cuestiones relacionadas con la sexualidad de manera muy natural, porque eso es la sexualidad, algo natural, y si desde siempre se entendiera sin más como tal, podría decirse que *“No hay necesidad de información, de educación sexual, de consejos ni de ayuda exterior cuando uno pasa por dificultades, puesto que la naturaleza se encarga de arreglarlo todo.”* (Brenot, 2003: 19) sin embargo las cosas no son así, se debe tener una educación de la sexualidad, guiar, ayudar para poder entenderla poco a poco como un hecho natural, y una vez que esto suceda se propiciará el acercamiento del adolescente con sus padres e incluso con los profesores para aclarar aquellas dudas que en su recorrido por la adolescencia o antes o después de esta se le presentan, del mismo modo, permitirá a los padres hablarles y solucionar esas dudas sin tapujos y despejadas de mitos y tabúes.

Sin embargo debemos considerar que por ser algo tan natural es necesario se hable, y se trabaje a lo largo de la vida, el “sexo” es inherente a todos y se debe de entender como tal, ya que *“Sin él la raza humana desaparecería rápidamente, y por otra parte, es un elemento que afecta nuestras más importantes relaciones y puede ser fuente de grandes placeres”* (Johnson, 1993: 20), y también grandes problemas porque no deja de considerarse como pecaminoso y malo para la Iglesia por ejemplo, por lo que

resulta de vital importancia dejarles claro a los jóvenes lo importante que es en sus vidas y en las de todos, sin dejar de lado los riesgos que también se encuentran implicados.

Por llamarlo de alguna forma, la idea de esto, de hablar de sexualidad con los adolescentes es educarlos en cuanto a sexualidad de manera objetiva y veraz, no con lo que a nuestro juicio creemos o consideramos, ya que por hacerlo de esa forma surgen en la sociedad cuestiones que crean cierto conflicto en el desarrollo de esta. El machismo es una de esas consecuencias, los estereotipos y formas de relación que nos llevan a una desigualdad entre hombres y mujeres. Entonces, en muchas ocasiones las familias poco informadas o que mal informan a sus adolescentes provocan que se acrecenten los problemas, como: embarazos no deseados, violencia en el noviazgo, abuso sexual, enfermedades de transmisión sexual (ETS), etc., que bien podrían resolverse si fueran llevados como debe de ser, con base en la realidad, sin tapujos, sin tabúes ni mitos que desvaloricen la importancia de comunicar y educar la sexualidad integralmente en la familia principalmente.

Educación de la sexualidad no es decir simplemente los términos que en esta cuestión deben de tener claros, sexo, sexualidad, coito, relaciones sexuales, etc., sino educar para saber elegir, saber decir sí o no, saber en qué momento hacer las cosas, es educar para respetar las diferencias, incluso las propias, es educar para cambiar a esta sociedad mitificada que impide el desarrollo sexual pleno de sus integrantes, es educar para la felicidad y crecimiento sexual adecuado, para la plenitud de de todas las personas, tomando en cuenta que todos poseemos una sexualidad innata que se deja de lado desde que nacemos, y que hoy en día se sabe debe educarse también para aceptarla y afrontarla con responsabilidad. A la vez que debe ubicársele como parte de un todo, que en conjunto con otras cuestiones como la reproductividad, el género, el erotismo y las vinculaciones afectivas interpersonales(4 holones) nos conforman como los seres humanos que a lo largo del tiempo hemos podido constituir.

Así que *“Ayudar a los hijos a estar preparados para tomar decisiones sobre su sexualidad y sus relaciones interpersonales no se logra sentándose con ellos un día a hablar de las abejas y las flores...El aprendizaje de la sexualidad es parte de un proceso que inicia en la infancia”* (Hiriart, 2005:15) y que debe de estar bien sustentado ya en la edad adolescente para el crecimiento pleno y responsable de cada individuo.

## 2.2 Algunos tipos de familia

Desde tiempos remotos, las familias se han distinguido por las diferencias marcadas dentro de ellas, y por los roles adquiridos que se desempeñan para llevar a cabo su función en la tribu, grupo o en la sociedad que ha variado a lo largo de los años. Por ejemplo, “...*la que hoy se llamaría promiscuidad sexual, en tiempos considerados prehistóricos se iniciaron matrimonios grupales, en los que todos los hijos se consideraban hijos del grupo y hermanos entre sí...*” (Giverti, 2005:320), así con la evolución de los roles en las familias, también se ha evolucionado en los tipos de familia, aunque sus obligaciones, derechos y funciones no dejen de ser los mismos para sus miembros.

A continuación se presenta un listado de algunos de los tipos de familia que hoy en día existen en la sociedad, para posteriormente pensar a cada una de ellas de acuerdo al ciclo vital, que pese a sus diferencias presentan. Este listado se retomo del libro de Giberti (2005):

El primer tipo de familia del que trataremos es el de la **familia biológica** o extensa, la cual tiene un lazo sanguíneo, es decir, que sus miembros están unidos por tener el mismo tipo de sangre y pertenecer a la misma genealogía por este hecho. Este tipo de familia es la que socialmente se considera lo adecuado, donde una pareja se une y forma su familia por y para siempre, tienen su hijos y están unidos genéticamente. En esta existen los abuelos, los padres y los hijos.

Esta también la **familia nuclear** o elemental, en la cual existen el padre, la madre y los hijos, los cuales no es necesario que sean producto de la pareja, sino pueden serlo por adopción, pero no va más allá, solo los padres y los hijos.

Otro tipo de familia es la **familia reconstituida**, y como su nombre lo dice, es el tipo de familia que se vuelve a constituir, ya sea por varias familias biológicas o simplemente por algunos miembros de estas, puede ser el caso de padres o madres solteros por diversas circunstancias que deciden unirse con una pareja con una situación similar a la de ellos, es decir, la soltería, este tipo



de familia se hace con los hijos del hombre, los hijos de la mujer y los hijos de ambos.

La **familia multigeneracional** es aquella en la que existe más de una generación como lo dice el nombre viviendo en conjunto, es decir, en la cual los hijos incluyen a sus parejas e incluso a sus hijos formando parte del mismo núcleo familiar, sin formar el propio, cosa que es más común en matrimonios de jóvenes, que por no poder sustentar a su familia, viven con los padres, quienes los apoyan en esta etapa de sus vidas.

Hoy en día es común escuchar sobre **familias homosexuales**, las cuales como se sabe, es la unión de un hombre con un hombre o de una mujer con una mujer para formar un hogar sin importar que puedan o no adoptar, ellos son un tipo de familia.

Al igual que en las familias homosexuales sin hijos, un tipo de familia considerada en esta clasificación, es la **familia sin hijos**, en la cual solo está la pareja, ya sea porque así lo decidieron o porque en alguno o en ambos existe la imposibilidad de poder procrear, sin que es su planes este la posibilidad de poder adoptar, optando por estar solo ellos, en pareja.

Un tipo más de familia, es la **familia sustituta**, en la cual, por cuestiones variadas una familia, de algún tipo de los anteriores acoge entre sus miembros a una persona o varias, niña, niño, joven, adulto, haciéndolo parte de sí, puede ser por muerte de los padres, porque los padres no están en condiciones de encargarse del hijo, este tipo de familia puede ser elegida por alguna institución para encargarse del menor, lo que se conoce como adopción, teniendo las mismas obligaciones que con los demás miembros, brindar alimento, vestido, techo, educación, etc.

Existen también la **familia de padre/madre soltero(a)**, en esta, se encuentran solo los hijos y uno de los padres, ya sea por la muerte del cónyuge o por divorcio, abandono de hogar, etc., o incluso por un embarazo precoz, donde solo se creció con la madre, situación actual muy común debido a los antes citados embarazos adolescentes.

Todas y cada una de las familia, sea cual sea el tipo, pasa por un ciclo vital que puede y debe superar cada una de las etapas de este para poder salir adelante, salvo en el caso de las familias que no tienen hijos, pueden omitirse algunas etapas de este, sin embargo no se descarta que se haya vivido la etapa en otro momento de sus vidas y desde otra perspectiva, no como padres porque no tienen hijos, pero si se vivió al ser hijos y haber formado antes parte de una familia.

No importa el tipo de familia que se tenga, lo ideal es que en cada una de ellas se logre superar en conjunto las malas rachas por la que se pase en el transcurso de su ciclo vital, adecuándose a las nuevas etapas familiares que se presenten, apoyándose uno a otro para su preservación.

## **2.3 Ciclo vital de la familia**

Todas y cada una de las familias atraviesan por etapas que fortalecen en el mejor de los casos la unión de estas, como todo en este mundo, la familia también tiene un propósito y un ciclo en la vida de las personas.

En este proceso se producen cambios y adaptaciones que la familia debe de afrontar según la etapa que se viva, reorganizándose y confrontándose para su crecimiento y preservación ante las situaciones que en ella se presentan.

La familia es la unidad básica de la sociedad, es el primer grupo con el que se relaciona un individuo, y es vista como un sistema en el que existen metas que se tienen que lograr a través de tareas y división de roles en el trayecto de su ciclo. Las familias varían en la habilidad para lograr ya sea el sustento, el resguardo, o en la resolución de problemas, etc. Cada familia es distinta, por lo que la manera en que afrontan cada situación vivida en cada etapa del ciclo es distinta, puede afectar en una y en otra no, según sea el caso de la historia que antecede a lo que acontece en cada familia.

Parte de ese ciclo es criar, educar a los hijos, tal como se ha venido viendo, la familia debe educarlos en todos los ámbitos por los que se atraviesa, tal es caso de la educación de la sexualidad que debe iniciarse en la familia, o eso es lo ideal, aunque no se lleve a cabo en la mayoría de los casos. La familia es la primera con la que se socializa, y es la primera que comienza a educar.

El ciclo por el cual transitan todas las familias es conocido como el ciclo vital de la familia, y es el proceso, como ya se dijo, por el que pasan las familias y consta de 6 etapas que a lo largo de su vida como tal tienen que afrontarse y superarse, al mismo tiempo que se adaptan los miembros a ellas. A continuación se describirán brevemente las etapas del ciclo vital de la familia

### **2.3.1 Desprendimiento**

La primera fase es nombrada como *desprendimiento*, esta fase se presenta en la juventud adulta de los hijos, aunque puede variar de familia a familia, lo mismo que la edad madura de los padres.

Consiste en empezar a separarse de la familia de origen, puede ser porque se comience una relación de pareja o solo por una simple necesidad de desarrollo y crecimiento personal e individualidad, es comenzar a hacer una vida a parte de lo que los padres opinan, dicen o piensan. En este caso se establecen nuevos roles dentro de la familia, ya que el antes adolescente comienza a comportarse como un adulto nuevo, con nuevas obligaciones y necesidades, mientras que los padres pasan de la labor de protegerlo al respeto de la individualidad que el antes adolescente ha logrado conseguir o que está buscando.

### **2.3.2 Encuentro**

El *encuentro* es el momento en el cual la pareja decide unirse y vivir bajo un mismo techo, en esta la segunda etapa los “novios” establecen conforme deciden esta vida juntos los términos de la relación y pueden variar en el acuerdo, ya sea por contrato matrimonial, civil o solo acuerdo mutuo, sin algún papel de por medio. Puede decirse que esta fase, es una de de las más problemáticas en la pareja durante el ciclo vital, esto sucede porque en este momento entre ambos debe existir una cierta negociación y flexibilidad ante la vida que comenzaran a forjar, la casa, el alimento, los gastos que el nuevo hogar incluirá y el puntualizar juntos los términos de la relación, para tener claro que no es lo mismo un noviazgo, que vivir y convivir todos los días, también debe dejarse claro lo que se espera del otro, y lo que se está dispuesto a dar para que el nuevo hogar y quizás futura familia lleve de la mejor manera su propio ciclo vital.

### **2.3.3 Hijos**

Aunque en cada etapa es básica la renegociación del acuerdo anterior de vivir juntos, en este momento debe ser mucho más claro, ya que no se vivirá solo con la pareja, sino que se espera uno o más integrantes, ahora el rol primordial ya no será el ser pareja, sin embargo esto no quiere decir que se debe descuidar esta parte tan importante para la familia, solo se dará paso a una nueva etapa en la vida de la pareja, el ser padres. Situación que también tendrá que negociarse, porque ambos tendrán que decidir si es el momento o es mejor esperar para tener un bebé.

En conjunto la pareja tendrá la tarea de preservar y nutrir su relación, al mismo tiempo que aprenden la nueva tarea y las funciones que trae consigo el ser padres. Es importante retomar los acuerdos para que la relación de pareja y padre e hijo y madre e hijo tienda a la funcionalidad, evitando lo más que se pueda la disfuncionalidad de la familia en esta fase del ciclo. Es decir, debe buscarse que todo en la familia este en orden, evitando los conflictos lo mas que se pueda.

### **2.3.4 Adolescencia**

Otra de las fases más complicadas es la *adolescencia*, ya antes se vieron los diversos cambios por los que atraviesa el adolescente, en este caso se verán en esta etapa pero aquellos que presenta en conjunto con la familia, por lo general, en la adolescencia de los hijos, los padres se enfrentan a diferentes e importantes tareas como son el cuidado de sus propios padres, el modificar el rol de padres cuidadores y protectores por el de padres respetuosos de los deseos e inquietudes de sus hijos los ahora adolescentes, el aceptar el crecimiento, desarrollo, búsqueda de amor y respetar los "avisos" del futuro desprendimiento de los hijos, el aceptar haber llegado a la edad madura y afrontar el camino a la vejez, al mismo tiempo que se ve a los hijos llenos de juventud y atractivo y desde luego, es de suma importancia, el continuar fomentando, nutriendo, preservando y enriqueciendo la relación de la pareja en esta fase de su ciclo vital.

### **2.3.5 Reencuentro**

Esta fase se presenta cuando los hijos han tenido su desprendimiento mediante una adecuada separación-individuación, es decir que se han alejado de los padres para ser personas individuales y valerse por sí mismas, quizás atraviesan por su propia fase de desprendimiento adentrándose en su propio ciclo vital, mientras los padres vuelven a quedar solos, de nuevo los acuerdos tendrán que modificarse o adecuarse a la nueva situación para así poder adaptarse de nuevo uno al otro una vez que los hijos partieron. Puede ser que si en las etapas anteriores la pareja se mantuvo como tal, en esta fase el reencuentro de ellos como pareja no será tan complicado, lo que les permitirá de mejor manera dejar ir a sus hijos al momento que los apoyan en su relación.

### **2.3.6 Vejez.**

La vejez es la última etapa del ciclo vital de la pareja y puede ser una etapa de fructífera cosecha, de aprendizaje y de compartir con las nuevas generaciones toda una experiencia de vida.

Como en las fases anteriores, en esta los acuerdos de nuevo se adaptaran, ahora los hijos tendrán que aprender a respetar los espacios y nuevas necesidades de sus padres. Para cada miembro de la pareja aparecerán cambios difíciles que tendrán que afrontar en conjunto, tal como lo es muerte de amigos, de familiares cercanos, jubilación, e incluso muerte de la propia pareja, todo ello requerirá de la fortaleza individual y conjunta si es que es el caso y del apoyo y adecuada negociación familiar para que esta fase, como las anteriores, aún con los fuertes cambios y acomodados que debe afrontar, sea vivida satisfactoriamente para la pareja, o para alguno de ellos.

## 2.4 Educación integral de la sexualidad en la familia

La educación de la sexualidad que en la familia se dé estará caracterizada y se diferenciará del resto de las instituciones que pueden asumir esta situación por el hecho de ser una educación que brindan personas con las que a diario se convive y con las cuales se mantiene un lazo de unión muy fuerte, la hace diferente porque en este círculo están las personas que dieron la vida y con las que se convive a todas horas. Es decir, que no será la misma forma de educar la sexualidad en la escuela, que en la religión o en casa.

En casa, la educación de la sexualidad tiene según menciona Ferrer (1988: 51) un sentido más individualizado y más adecuado a la edad de cada uno de los sujetos que en la familia conviven, es más personalizado, estableciéndose en ella lazos afectivos mucho más fuertes creando un clima de elevada confianza, lo que permite o debiera permitir que aspectos relacionados con la sexualidad se vivían de una manera más directa e intensa, como difícilmente se daría en otra institución, además de que son los padres quienes brindan una cierta orientación moral o religiosa a sus hijos, lo que en una escuela no siempre sucede, aunque se dé por niveles.

Es por todo lo anterior que se busca que en casa, antes que en otro lugar, el adolescente adquiera una educación integral de la sexualidad en la familia, la cual solo podría hacerse presente si desde el nacimiento los padres ven a su hijo como un ser sexuado, no como un sujeto ajeno a todo ello, educando con base en la propuesta antes mencionada de los cuatro *holones*, basando se no solo en la reproductividad, sino también en el género, en el erotismo que todos viven al tener algún tipo de vinculaciones afectivas interpersonales

. Además de mantener una comunicación abierta con él a lo largo de su vida, no solo en etapas que le causen conflicto, sino todo el tiempo y sobre todo tipo de temas, porque de este modo, será capaz de entenderse y valorarse, al mismo tiempo que entiende y valora a los demás y el mundo que lo rodea.

Desde el momento mismo del nacimiento, el niño debe sentirse parte de una familia *“deberá comprender la necesidad de una adecuada cooperación*

*en el seno de su familia, pero para ello es vital la comunicación que se establezca entre sus miembros...”* (Ruíz, 2006: 28), lo que facilitara su adaptación al medio, a la sociedad y a su género, siempre y cuando cuestiones relevantes de la sexualidad no se desvíen o se eviten frente al niño, fomentando por el contrario que se externen las dudas y se compartan en familia en principio, posteriormente en otros ámbitos, como la escuela.

No solo en casa, sino también en la escuela, una educación integral tiene como principal objetivo educar a todos los niños y adolescentes, desarrollando en ellos la facultad de la reflexión y la capacidad de trabajar cuando sea mayor o así lo decida, es decir, que la escuela y los padres sobre todo, deben de comenzar a educar a los hijos en estas cuestiones, educarlos en lo más básico, como sentarse y comer correctamente, como respetar a los demás, a sus profesores, para que posteriormente, al estar en la casa, sepan respetar a sus compañeros y así mismos ,que sepan actuar en momentos de violencia física, psicológica o sexual.

Esto podría acercarnos un poco a lo que sería una educación integral de la sexualidad pero en casa, en la cual se desarrollen todas las facultades para aceptarse y entenderse como parte de un todo, el prepararlos para la vida. Una educación de la sexualidad integral en la familia implica informar sobre cuestiones bio-psico-sociales y preventivas, es decir, que se esté en constante relación con lo biológico, lo psicológico y lo social. Sin olvidar los valores que deben estar presentes, en el desarrollo del sujeto.

Lo biológico, como antes se dijo, debe encaminarse a saberse como seres que maduran biológica y físicamente, con posibilidad de un cambio repentino en su apariencia, mucho más obvio esto en la adolescencia, y considerando a los demás para esta misma reacción. Estos cambios biológicos ya fueron vistos en el capítulo 1, tales como el aumento de estatura, crecimiento de vello, la menstruación, las eyaculaciones, el acné, la voz, y el crecimiento y maduración de los órganos sexuales y con ellos la capacidad de reproducirse, de dar vida a otro ser, por lo que resulta importante también, educar para cuidarse a sí mismos, no solo de embarazos prematuros, sino de muchas otras cuestiones y enfermedades de las que no se está exento así



como de cosas tan básicas como bañarse, cepillarse los dientes etc.. Es por estos cambios, que son los más obvios de los tres, que la familia debe educar y preparar para ellos, para aceptarlos, cuidarse y afrontarlos como un fenómeno natural del ser humanos.

Lo psicológico para que le permita entender aquellas sensaciones que se presentan, así como las reacciones a ellas y comprender que la lógica de sus pensamientos e ideas va cambiando y también madurando junto con él y las situaciones que a diario se le presentan. Poco a poco el adolescente adquiere la capacidad de reflexionar y analizar, pero debe entender que no todos poseen las mismas capacidades y habilidades que el adquirió, situación que en la familia debe dejarse clara y debe fomentarse.

Lo social, que le permitirá adquirir aquellas reglas y cuestiones sociales permitidas, así como los valores que se inculcan en la familia, los cuales son de suma importancia, ya que permitirá que el adolescente, en conjunto con su familia, sea capaz de respetar los aspectos biológicos y psicológicos de los otros, lo mismo que los sociales, respetando otras costumbres y culturas. Y es que *“Todas las familias tienen su red de valores, los valores que sostiene cada familia surgen de las creencias, las tradiciones y las reglas de conducta que rigen la vida de sus miembros”* (González, 2008:27) de acuerdo con ellas, es como los padres educaran a sus hijos, y si se considera que las creencias y tradiciones son algo social, los padres lograran poner en práctica los valores que en sus hijos inculcaron, si estos se encuentran constantemente en la sociedad, lo cual es muy complicado que no suceda, ya que por lo anterior, todo el tiempo se encuentran en relación con el mundo que los rodea.

Esta educación integral de la sexualidad en la familia de la que tanto se venido hablando, solo podrá lograrse si se es capaz, si cada miembro de la familia es capaz de respetar, a través de los valores que en casa se inculcaron, de respetarse en principio, para poder respetar a los demás y sus diferencias.

Ya antes se hablo de la Reforma Integral de la Educación, en ella como se noto, los temas que sobre sexualidad se tocan son bastante amplios a comparación de lo que antes se veía en las aulas.

Pero si la educación de los hijos ha resultado importante para el estado, reformando sus planes y programas de estudio y preparando a los profesores, se propone que deba también serlo para los propios padres, para la propia familia. Una educación integral en casa debe estar encaminada a entenderse y aceptarse como un ser sexual, con características que lo hacen único y a la vez similar a los demás, que forma parte de un todo y que sin él ese todo no avanzaría como lo hace. Entenderse como ser sexual abarca entenderse como un ser biológico, psicológico y social, ya que la sexualidad esta en cada uno de estos aspectos de la vida, y es imposible desligarse de ello. Por eso mismo se busca en casa se dé una educación integral, antes que en cualquier lado de la sexualidad, obvio incluyendo estos aspectos.

Una vez que nos hemos entendido como tal, es más fácil entender a los nuevos integrantes de la familia del mismo modo. Hacer que se vean desde el primer momento como seres normales, sexuados, con necesidades y con reacciones naturales a la edad que viven. Para esto la familia debe:

- En un primer momento debe permitirse que los niños se conozcan, se reconozcan y sepan lo que es parte de su cuerpo, lo que se debe y no tocar por mamá o por papá, lo que nadie debe tocar de él, así mientras se conoce, se evitan muchos otros problemas como por ejemplo las violaciones infantiles.

- Una vez que los niños se vean como tal y con normalidad, será mucho más fácil que vean a sus iguales como seres humanos, con una sexualidad impregnada como ellos, que es parte todo el tiempo de su ser, y que debe respetarse. Así al tiempo que se educa para que se acepten, se educa para que respeten a todo el mundo, sin distinción de raza, género, gustos, físico, etc., respetar a todos por igual es lo primordial.

- Pero no basta con decirles las cosas, sino tienen que ser claras para ellos según la edad, no darle vueltas al asunto que se trate, ir al grano, al punto de lo que a ellos les inquieta, inculcado y anteponiendo los valores como el respeto y la tolerancia. Platicar de estos u otros temas con ellos no debe de hacerse solo un día, sino desde siempre, así se puede comenzar a ganar la confianza de los adolescentes, lo que permitirá en primer lugar que externen

sus dudas por más sencillas que sean con los padres, e ir compartiendo con ellos más adelante, las dudas más extravagantes y complicadas que pudiesen tener, la idea es que esta plática o esas pláticas no sean un tipo sermón para ellos, aunque también es difícil hacerlas amenas por la incomodidad que los padres pueden sentir, pero se puede lograr que sean atractivas si ambos, padres e hijo, intervienen en la charla del modo más natural posible, haciendo así a la educación de la sexualidad integral al hacerse desde siempre y sobre todo lo que a ella implica, aunque sea de manera gradual según la edad de la persona.

- Los padres deben estar al pendiente de sus hijos en todo momento, supervisar cada una de las cosas que hacen, sus juegos, sus pláticas, conocer lo que ven en televisión, lo que les gusta hacer en sus ratos libres, estar cerca de ellos quizás sin que se den cuenta de esto, conocer a las personas con las que se juntan, los lugares que frecuentan. Del mismo modo se debe tener conocimiento de las personas con las que pasan tiempo al estar fuera de casa, no dejarlos solos con extraños jamás, sean grandes o pequeños, estar al pendiente de las personas con las que tienen relación, aun si estas son miembros de la familia.

- Se deben favorecer actividades que los ayuden en su aprendizaje tanto en cuestiones básicas como en cuestiones referentes a la sexualidad, hablar de ella, enseñarles según su edad lo que ello significa, actividades que los ayuden a entender, aprobar y desaprobar cuestiones referentes a su ser. Hacerles saber que se valora su vida, su educación y la sexualidad como fuente creadora y digna que es de lo que somos como seres humanos.

### **CAPITULO 3. ALGUNOS MITOS Y TABÚES IMPORTANTES DE SEXUALIDAD PRESENTES EN LAS FAMILIAS: ANTECEDENTES Y DESMITIFICACIÓN**

Los mitos y tabúes que se encuentran dentro del tema de la sexualidad son en su conjunto y en este caso, situaciones a las cuales se les adhieren elementos que buscan impedir su ejercicio pleno, permeándolos de condiciones que censuran hasta hablar de ella, restándole la importancia que tiene en la vida de todos. Los mitos que dentro de la sexualidad se encuentran no son más que invenciones que sirven para alejar a las personas de situaciones que pueden causarles algún mal e incluso mucho bien, en el caso de los mitos y tabúes sobre sexualidad se puede decir que “...*dependen de creencias religiosas o históricas que, en su mayor parte, son muy antiguas; algunas, sin embargo, son sorprendentemente recientes.*”(Brenot, 2003: 19), y que han evolucionado de otras creencias para ser lo que hoy en día son para la sociedad y las familias.

Esas creencias tan antiguas o tan recientes, han complicado la situación en la educación de la sexualidad que por muchos se ha pretendido, la lucha ha sido desde años atrás un intento que aun en pleno siglo XXI, no está del todo terminada, la oposición, los grupos conservadores, los religiosos, se resisten a la existencia de este tipo de educación, considerando que debe darse en las familias, cuando lo mejor es que se trabaje en conjunto, por ejemplo, escuela-familia, para lograr reducir riesgos en el ejercicio de la sexualidad en los adolescentes y hacerlos conscientes de lo que ello implica.

Lo cierto es que “*En el pasado debe quedar atrás y para siempre el silencio, un silencio que no fue solo ausencia de información sino de deformación manifiesta: mitos, prejuicios y engaños...*” (Ochoa, 2001: 13) que atacan sin querer a la juventud que cada vez exige más y mejor información en los temas de su interés, y evitarlos o callarse ya no es una solución a ellos, lo mejor es afrontar las dudas y enfrentar las cuestiones que a lo largo de la vida de un adolescente surgen.

El silencio que puede estar presente en diversas circunstancias, sin embargo esto no causa el desinterés en el adolescente hacia ciertos temas al no encontrar contestación alguna a ellos, sino que se crea un interés aun más aferrado por encontrar de alguna manera respuesta a lo que se requiere. Es ahí, con la búsqueda tal vez incansable o muy persistente de respuestas, que cualquier cosa que parezca resolverla es correcta o tomada como tal, e incluso puede darse cualquier respuesta para evitar que continúen las preguntas, es aquí donde se hacen más fuertes los mitos y tabúes, y es que *“La sola idea de hablar de sexualidad con...los adolescentes nos inquieta. Sus conductas y preguntas nos sorprenden, algunas veces nos incomodan y otras tantas nos confrontan con nuestra propia sexualidad”* (Hiriart, 2005:14), puede ser que no se responda por miedo a errar en la respuesta, sin embargo, sería mejor decir que no se conoce y buscar en conjunto una solución adecuada que inventar o fomentar los tabúes para que hagan lo que se considera correcto a través de mentiras sin sustento alguno.

Los mitos y tabúes, han llegado a ser parte importante en la conformación de una sociedad como la nuestra, en la que el desenvolvimiento de la mayoría de los individuos está regido y guiado por la gran cantidad de dogmas que envuelven el crecimiento personal e intelectual de los sujetos, es decir, que muchas de las personas han crecido guiados por algún mito, el cual pueden conservar hasta la edad adulta e incluso toda su vida, compartiendo esta creencia con su familia, retomándose como verdadero ya que pocas veces estos pueden ser comprobados al cien, aun existiendo la desmitificación a través de la ciencia. Es por ello que lo que se hacía o creía en años pasados, pese a haber variado, siguen presentándose con modificaciones que los hacen más aceptables ante la sociedad que también ha evolucionado y que no los deja de lado.

Muchos de esos mitos que hoy en día se presentan, son el resultado de creencias que se tuvieron y que sin embargo se siguen haciendo presentes en las costumbres de las familias, convirtiendo eso mitos en reglas incluso que las rigen.

### 3.1 ¿Qué es un mito o tabú?

Un mito, según la Real Academia Española es: a) una narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico. Con frecuencia interpreta el origen del mundo o grandes acontecimientos de la humanidad; b) historia ficticia o personaje literario o artístico que condensa alguna realidad humana de significación universal; c) persona o cosa rodeada de extraordinaria estima; y d) persona o cosa a las que se atribuyen cualidades o excelencias que no tienen, o bien una realidad de la que carecen.

Por su lado los tabúes, viene del polinesio *tabú*, que quiere decir “lo prohibido”, y según la Real Academia Española es una condición de las personas, instituciones y cosas a las que no es lícito censurar o mencionar.

Existen mitos en cuanto a todo tipo de cosas, se distinguen varias clases de mitos, monografías.com es un sitio de internet que facilita el acceso o información que se necesite en cuanto al tema de los mitos (wikipedia, 2011: en línea):

- Mitos cosmogónicos: intentan explicar la creación del mundo. Son los más universalmente extendidos y de los que existe mayor cantidad. A menudo, se sitúa el origen de la tierra en un océano primigenio. A veces, una raza de gigantes, como los titanes, desempeña una función determinante en esta creación; en este caso, tales gigantes, que suelen ser semidioses, constituyen la primera población de la tierra.

- Mitos teogónicos: relatan el origen de los dioses. Por ejemplo, Atenea surge armada de la cabeza de Zeus.

- Mitos antropogónicos: narran la aparición del ser humano, quien puede ser creado a partir de cualquier materia, viva (un árbol, un animal) o inerte (polvo, lodo, arcilla, etc.). Los dioses le enseñan a vivir sobre la tierra. Normalmente están vinculados a los mitos cosmogónicos.

- Mitos etiológicos: explican el origen de los seres, las cosas, las técnicas y las instituciones.

- Mitos morales: explican la existencia del bien y del mal.

- Mitos fundacionales: cuentan cómo se fundaron las ciudades por voluntad de dioses. Un ejemplo es el de la fundación de Roma por dos gemelos, Rómulo y Remo, que fueron amamantados por una loba.

- Mitos escatológicos: anuncian el futuro, el fin del mundo. Siguen teniendo amplia audiencia. Estos mitos comprenden dos clases principales, según el elemento que provoque la destrucción del mundo: el agua o el fuego. A menudo están vinculados a la astrología. La inminencia del fin se anuncia por una mayor frecuencia de eclipses, terremotos, y toda clase de catástrofes naturales que aterrorizan a los humanos.

Según esto, los mitos son interpretaciones de una realidad o acontecimiento que hacen de ella una historia ficticia que le da un falso significado a las cosas.

Los mitos se van sustentando con el paso de los años por la credibilidad que los sujetos le otorgan, o que la sociedad le da a cada situación que se tergiversa, es así como los mitos de hace años, del tiempo de los abuelos aun se encuentran presentes en nuestros días, y pese a la existencia de tantos avances científicos los mitos no dejan de surgir. En este caso y hablando de sexualidad, el surgimiento de los mitos es cada vez más absurdo, hay tantos y en cuanto a todo, que por burdos que suenen la gente sigue creyendo y considerándolos como posibilidades en su vida.

Los mitos no solo sirven para espantar a la gente, sino para evitar que se haga lo que cierto sector de la sociedad cree como malo, evitando que los ojos de esas personas se abran a una realidad muy diferente a la que los mitos plantean, una realidad que podría ayudar a disfrutar de una sexualidad natural, para ser plenos en el disfrute de ella, lo cual no solo significa mantener relaciones sexuales sin consciencia, sino aceptarnos y querernos como seres sexuales y con derecho a una vida plena en este sentido.

### **3.2 La influencia de algunas tradiciones y costumbres como antecedente**

Son diversas las tradiciones que en las familias mexicanas se tienen, y que se han reproducido a través de películas, canciones y otras formas a las cuales puede adjudicarse el que hoy en día diversos mitos y tabúes sean aceptados sin cuestionamientos profundos.

México es un país invadido de ritos, costumbres y tradiciones, las hay de todo y en cuanto a todo, y son precisamente estos quienes han permitido la entrada y aceptación de diversas formas de vida en la sociedad, que con el paso del tiempo han ido evolucionando y modificándose, pero que sin embargo, se mantienen vigentes con un sinfín de adecuaciones al tiempo en el que se vive, pero hay algo que ha regido a la sociedad aun en nuestros días y Trueba Lara (2008: 50) hace referencia a ello al decir que se negaba al sexo por ser algo considerado como pecaminoso, y lo único que se hacía era negarlo y abandonar su práctica, es decir mantenerse en abstinencia, solo ello conduciría a dios, cuestión que en parte hoy en día se sigue manteniendo vigencia en algunos sectores de la sociedad.

Una cuestión que se vivió fue el derecho de *pernada* que años atrás se establecía, el permitir que el patrón tuviera la primera noche de alguna jovencita próxima a casarse con alguno de sus trabajadores, o simplemente si la joven vivía en sus tierras, esto sin que nadie pudiera hacer nada al respecto, era una situación que indudablemente desvalorizaba a la mujer y la obligaba a estar con quien no quería.

Posteriormente, para que no fuera tan grave la situación, lo que se hizo es inculcar pasar esa primera noche con el hombre con el cual se llegará al altar, es decir, la mujer debía tener relaciones solo y únicamente con el hombre que eligiera para marido, después de haberse casado claro, en la noche de bodas. En el peor de los casos, era seguro que esa mujer no hubiera tenido alguna plática de sexualidad con sus padres jamás, por ello la presencia también de abusos, violaciones en la familia y fuera de ella, por el hermetismo que se tenía sobre el tema.



Vamos un poco antes, se cuenta que los Huastecos, quienes vivían cerca del Golfo de México por el siglo X, eran todos *someticos*, es decir homosexuales y que rendían culto al sexo con adolescentes que asumían el papel de sacerdotes del entonces dios máximo Quetzalcoatl. En sus rituales sagrados, se aplicaban enemas por puro placer y el cacique, gobernante de Cempoala, era atendido por jóvenes esclavos sexuales.

En algunas culturas la masturbación era un tema vinculado con la fertilidad, por ejemplo, los mayas, como otras civilizaciones de Mesoamérica, solían practicar la masturbación como un ritual, claro esto era visto como una cosa natural, como una manera de fecundar a la tierra que en algunas civilizaciones era considerada un símbolo femenino.

Entre muchas otras cosas, las transgresiones sexuales eran fuertemente castigadas. Un ejemplo de ello es el adulterio, el cual era castigado con la muerte en algunos pueblos, y en otros como los mexicas se permitía al marido arrancar a mordidas la nariz de los adúlteros. Los purépechas recurrían a otro tipo de castigo para esta falta, en caso de que los adúlteros hubieran asesinado al marido, el varón era quemado vivo mientras le arrojaban agua y sal hasta que muriera.

En el capitalismo el sexo era prohibido, ya que se creía que al practicarse, la capacidad o fuerza de trabajo se reducía “...*si el sexo es reprimido con tanto rigor, se debe a que es incompatible con una dedicación al trabajo general e intensiva...*” (Foucault, 1991: 12), sin embargo esa idea se ha descartado, se sabe que nada tiene que ver la práctica sexual con el desempeño en el trabajo, incluso el deseo sexual llegó a ser estudiado ya que se le consideraba enfermedad mental, aunque poco a poco, y con el paso del tiempo, el sexo, o las prácticas sexuales se fueron enlazando al placer del hombre, a su satisfacción y no a alguna enfermedad o perversión.

En la época de la conquista se decía que los indígenas “...*Vivían una sexualidad desenfrenada que, al parecer, estaba dominada por Satán y condenaba a sus almas por un pecado capital que irremediablemente las conduciría al infierno, en medida que su desenfreno los “obligaba” a cometer*

*nuevos y abundantes pecados*” (Trueba, 2008: 34) se decía que el cuerpo era sagrado y debía ser solo para la reproducción no para saciar los deseos.

Las relaciones durante el periodo menstrual también eran castigadas, más si en ellas se procreaba, como menciona Trueba (2008: 49) “...*quienes engendraban un hijo resultado del coito sostenido durante la regla pagarían cara su osadía: el vástago...sería víctima de la lepra*”, así que no solo los padres serían castigados o correrían con una suerte de maldición, sino también los hijos que nacieran en situaciones como la anterior.

En tiempos de la conquista siguiendo con Trueba (2008: 81) los maridos no Vivían con sus esposas, ellas iban a verlos a donde se encontraran por un periodo no mas largo de un mes, para después volver a su hogar, al tener hijos, ellas los alimentaban hasta tener 7 años, si era un varón, debía irse con el padre, si eran hembras se quedaban con la mamá, adquiriendo cada unos habilidades que les permitían sobrevivir. El himen de estas mujeres también era muy importante si de negociar se trataba, “*Todo parece indicar que el himen de estas mujeres tlaxcaltecas era el medio perfecto para hermanarse y suscribir una alianza entre los conquistadores y los antiguos enemigos de los mexicas. “Hacer generación” es un acto que va más allá de la cópula y cuyos resultados son casi obvios: una apuesta al mestizaje y la exogamia para formalizar un compromiso político*” (Trueba, 2008: 87)

Los mitos en cuanto a sexualidad se refieren, podrían situarse en los mitos morales ya antes citados, ya que a esta podría buscársele lo bueno o malo que es su ejercicio. En las familias, aun las de hoy en día, los mitos no dejan de hacerse presentes y pasarse de generación en generación, preservando y conservándolos como verdaderos, aunque no sean así.

La gran variedad de mitos, que en cuanto a sexualidad se refieren, no dejan de estar presentes limitando hablar y ejercer una sexualidad plena, aunque esto no tiene que ver solo con el hecho de tener relaciones sexuales coitales, sino con el respetar y educar para entender que no importa que gustos se tengan o que preferencias, se es hombre y mujer independientemente de ello, se vive y disfruta pese a lo que la gente crea como correcto.

La idea de conservar la virginidad hasta el matrimonio sigue muy arraigada en las familias, sin embargo debe estar solo conservada por las mujeres, en los hombres no es tan importante, en ellos se considera mucho mejor el tener varias parejas sexuales antes de la persona que elijan para “compartir su vida”, ya que los hace ver ante los demás como unos machos, eso como un ejemplo de muchas otras situaciones que se presentan en la sociedad, machismo y feminismo también, han influido para que exista en gran medida una guerra de los sexos, en el cual la lucha por ser el más fuerte, el más todo continúa manteniéndose debido a la gran cantidad de tabúes que se aferran por mantener.

Las familias no toman en cuenta que la sexualidad es algo que se construye a lo largo de la vida, por el ambiente, la cultura, los valores, la religión que se desarrolla en el entorno en cual crece el individuo y la sociedad con la cual convive a lo largo de sus días, y deja de lado la posibilidad de educar su sexualidad, y si lo hace o intenta hacerlo, es de manera inadecuada, educa fomentando mitos tal vez sin quererlo y que trastocan cada una de las etapas de la vida de los sujetos, invadiendo su ideología con pensamientos erróneos sobre una situación tan natural como el propio aire que se respira..

La idea de que los niños deben vestir de azul y las niñas de rosa no deja de ser uno de los principales mitos mantenidos en la sociedad desde el momento mismo del nacimiento, la situación es similar al decir que jueguen las niñas con muñecas y los niños con carritos, o que elijan una profesión de acuerdo a su sexo.

Lo que en primer lugar debe de descartarse es el hecho de que la educación sexual es simplemente biológica, implica algo más que eso, implica más que saber las partes que conforman el cuerpo, ese es otro de los mitos que se deben desmitificar, así comenzaran a descartarse muchos de ellos si descartamos que es solo un asunto biológico, aceptando así que los niños aun los bebés tienen una sexualidad, la cual se refleja en sus gustos, en su comportamiento, en sus movimientos y en muchas cosas más que caracterizan a cada persona como ser humano, con necesidades y obligaciones sociales, morales y sexuales.

También deben tener claro que no basta solo con una charla para aclarar o descartar mitos y educar, se necesita de más que eso, de una construcción de la sexualidad progresiva que vaya adentrando a los sujetos a respetarse y entenderse como tal, pero para que ello suceda se debe tener claro que no significa que se despertara el interés por el acto sexual con platicar con los adolescentes, ese es simplemente un pretexto para no hacerlo, para justificar el no hablar, el miedo a hacerlo y excluir la educación sexual de los padres.

### 3.2.1 Listado de mitos y tabúes más comunes: desmitificación

- **Los niños carece de sexualidad:** no, todos los niños poseen una sexualidad desde el mismo momento que nacen, ya sean niño o niña, los estereotipos del color, y progresivamente su comportamiento, son parte de su sexualidad.

Sentarse, hablar, caminar, vestir, el modo de comer, de expresarse, el modo de relacionarse con los demás y un sinnúmero de cosas más que antes ya se mencionaron, son parte inherente de la sexualidad que caracteriza a todos los sujetos.

- **Tener relaciones sexuales o hacer el amor es algo sucio:** no, las relaciones sexuales son una forma de demostrar lo que sentimos, amor o gusto hacia una persona, podría llamarse sucio, si se trata de relaciones sexuales sin un mutuo consentimiento.

Algunas personas pueden decir que el sexo es algo sucio solo para evitar que la práctica de este comience a temprana edad y de ese modo se eviten enfermedades y embarazos no deseados o prematuros, eso principalmente, las circunstancias por lo que se le considere algo sucio son diversas.

- **El sexo es una moda:** si se habla de sexo en su sentido de práctica sexual, no es una moda, es simplemente un momento que se decide vivir, y que muchos otros también deciden vivir no por moda, puede ser por presión social, pero no por moda, además de que hacer referencia al sexo es no la práctica sexual como tal, sino el sexo es hacer referencia a si se es hombre o mujer.

Se puede decir que en la época de los 60's la libertad que se buscaba incluía la libertad sexual, hubo un destape hacia el tema y práctica de este, que en ese entonces si se considero una moda entre los jóvenes, cuando empezaron a desligarse de sus padres intentando crear una nueva forma de vida.

- **La libido disminuye con la edad:** no, la libido, que es la encargada del deseo de hacer el amor no disminuyen conforme los años pasan, con el matrimonio, con ser o no heterosexual ni con nada.

La libido según los psiquiatras en niveles bajos es una patología en la que se recomienda se tomen medidas, la disminución de este se atribuye a algún trastorno emocional de corte afectivo ligado a la depresión, sin embargo sigue sin guardas relación con la edad.

- **Las mujeres no fantasean:** si, las mujeres si fantasean, aunque no lo digan a todos, también poseen una imaginación que les permite desear cosas, desear personas, momentos y demás cuestiones que pueden o no excitarles.

Las fantasías son representaciones mentales creadas por el inconsciente, es parte de vivir imaginar cosas, que no necesariamente tiene que ver con la sexualidad es parte del ser humano, crearlas en la mente es una cuestión básica para posteriormente y en la medida de lo posible hacerlas realidad.

- **El amor no dura para siempre:** se dice que el enamoramiento dura pocos años, o meses, el amor como tal se da después de haber pasado este lapso y ver al otro como es, notando sus defectos y aceptándolos, ahí se da el amor.

Depende de cada pareja o persona mantenerlo y cuidarlo para que en verdad dure siempre, no basta con casarse enamorados y amar al otro, es una cuestión de nutrir día a día la relación para que esta se mantenga y pueda durar para siempre, sin embargo depende de cada pareja sea así..

- **La prueba de amor es necesaria:** no, la prueba de amor no es necesaria, la persona que te quiera sabrá esperar el momento de estar juntos, sin presiones de ningún tipo.

La prueba del amor es una frase que generalmente se utiliza en los jóvenes para forzar de cierta forma a su pareja para hacer algo que no quieren, con la amenaza de dejarla si no lo hace, sin embargo si existe realmente amor, nadie debe forzar al otro a hacerlo, sin embargo es solo un pretexto para mantener relaciones sexuales.

- **La mujer es más sensible que el hombre:** no, tanto hombres como mujeres son sensibles a factores externos, aunque sea más común, por diversos estereotipos que la mujer exprese lo que siente sin tapujos.

Desde pequeños se les dice a los niños que no deben llorar, mientras a las niñas se les inculca el ser más expresivas con sus sentimientos, las burlas, estereotipos, el machismo y demás cuestiones provocan que la mujer sea más capaz de mostrar lo que siente llorando, por ejemplo, mientras los hombres no lo hacen así, sino de un modo más brusco, puede ser agrediendo. Esto no quiere decir que no sean sensibles, solo que por esas cuestiones le es más complicado mostrar su sensibilidad.

- **Hacer el amor es doloroso:** sí y no, puede ser que sí sea doloroso por los nervios que se sienten normalmente en la primera relación sexual, pero si se está preparada para ello en todos los aspectos, debe ser una situación placentera más que dolorosa.

Debido a la presión social los adolescentes mantienen relaciones sexuales prematuras o antes de estar preparados, y es la misma sociedad la que implanta la idea de que la primera relación sexual es dolorosa, así que se predisponen a sentir algo que quizás no sería así si estuvieran realmente preparadas, sin embargo los nervios por la intensidad del dolor, de sangrar o no es lo que provoca que sea dolorosa la primera vez, e incluso desagradable.

- **No se debe hacer el amor mientras se esta menstruando:** no es que no se deba, sino que suele resultar grotesco en algunas ocasiones, pero no para todos, para otros es normal e incluso placentero hacerlo en esos días, depende de cada persona.

La menstruación no es impedimento para mantener relaciones sexuales, aunque tampoco significa que no exista riesgo de quedar embarazadas. Mantener relaciones sexuales durante el periodo menstrual puede en algunas mujeres hacer que los cólicos disminuyan, que se desinflan las mamas y el vientre.

- **Nariz grande igual al pene grande:** no, que un hombre tenga una nariz prominente no significa que su pene sea prominente.

El tamaño de las manos, del pie, de la nariz y demás cuestiones, no son referencia para saber si un hombre tiene o no el pene grande, además si así fuera, tampoco es garantía de placer.

- **El preservativo mata el amor:** no, de hecho están diseñados para no perder sensibilidad, si es a lo que se refiere este mito, aunque muchos digan que no se siente lo mismo, hoy en día hay diversos tipos de condones, para dejar de lado este mito de que se mata el amor o se pierde sensibilidad.

Puede ser que existan hombres a los cuales les resulte incomodo ponerse un condón, pero los hay también para las mujeres, y si en verdad les resta sensibilidad, son variados los productos que hoy en día se venden para sentir aun mas, geles, instrumentos, e incluso condones que tienen algún tipo de sustancia que ayuda a acrecentar la sensibilidad, ese ya no es pretexto para no protegerse.

- **El deseo se va con la andropausia y la menopausia:** no, el deseo se mantiene muy a pesar de ello, lo que tal vez se pierde es la capacidad de reproducción, pero no el deseo.

Como ya se mencionó antes, la libido es la encargada del deseo sexual, y con nada puede desaparecer, solo disminuir si acaso por depresiones, pero el hecho de que se presente la menopausia y la andropausia no significa que se pierdan esas ganas de hacer el amor.

- **Los adultos mayores no tienen relaciones sexuales:** si, los adultos si tienen relaciones sexuales, aunque puede ser, solo puede ser que con menor frecuencia que unos recién casados por ejemplo, aunque eso tampoco es garantía.

La edad de las personas no interfiere en sus prácticas sexuales, el envejecimiento es una parte de la vida por la que todos pasaremos, y en nada debe interferir el querer hacer el amor, posiblemente la frecuencia de estas puede disminuir, los tiempos de duración de ella, para lubricar, para excitarse pueden variar conforme el tiempo pasa, pero las reacciones son las mismas a los estímulos.



- **Los adultos mayores no tienen deseo sexual:** claro que lo tienen. El deseo es algo que a libido controla y ya antes se hablo de ella, el deseo persiste mientras se viva.

Antes también ya se dijo que la única variación en las relaciones de adultos mayores son los tiempos para excitarse, el deseo sexual se incluye aquí al variar el tiempo de excitación en la edad adulta, sin embargo la libido sigue presente y motivando ese deseo.

- **Las caricias no son importantes, lo importante es el "coito":** no, de hecho las caricias son importantes antes de una relación sexual, ya que sirven para excitar a la pareja, y en la mujer para lubricar, las caricias son el primer paso en una relación de pareja, en donde ya existe confianza.

Las caricias son una de las primeras formas de contacto con el otro, conocerlo y reconocerlo, en una relación de pareja, las caricias pueden llegar a ser una forma de relación sexual aunque en estas no exista penetración, y no por ello son algo superfluo, pueden incluso ser una manera de tener un orgasmo, como se menciona sin penetración.

- **Vivir juntos acaba con el amor:** no, ya que si se decide a vivir con alguien, es porque se está enamorado y se quieren compartir más cosas juntas, depende de cada pareja mantenerse estables.

Es parte importante del ciclo vital el vivir juntos, lo que podría acabar con el amor, es el no poner ambos de su parte para que esta funciones, ya que habrá cosas que adecuar y otras que modificar, pero depende de la pareja que se logre el objetivo de vivir juntos. Es por ello que al aceptar compartir sus vidas, se deben de establecer puntos a cumplir por cada uno y reglas que se respetaran dentro y fuera del hogar.

- **Los hijos acaban con la pareja:** cada pareja debe tener claros los espacios de cada uno, el que se sea padre o madre, no quiere decir que se deja de ser esposo o esposa e incluso amantes, los hijos no deben afectar la relación de pareja.

Otra etapa importante en el ciclo vital es la llegada de los hijos, estos tampoco acaban con el amor, si la pareja es capaz de establecer los puntos a cumplir en este nuevo proceso, se deberán adecuar de nuevo a una nueva etapa en sus vidas, y no olvidar que antes de ser padres son pareja, y un papel no restara importancia al otro.

- **No se debe hacer el amor durante el embarazo:** en algún momento de este es recomendable, pero porque es complicado para la mujer debido a crece el vientre cada mes; pero en los primeros meses del embarazo, cuando se puede, es muy recomendable hasta para el bebé.

El orgasmo en el embarazo ejercita los músculos uterinos que se mantendrán en movimiento en el parto, lo cual puede ser como un entrenamiento para ese momento, al bebé no le causa algún mal ya que está protegido por el saco de líquido amniótico

- **El himen protege en el embarazo:** no, ya que no es un tejido que dure toda la vida, su función no es proteger del embarazo, si esa fuera los médicos y la ciencia lo diría, sin embargo, en algunas mujeres se pierde con movimientos bruscos o en la practica de relaciones sexuales, por lo que esto es un “absurdo” y muchos de los embarazos estarían en riesgo por esta cuestión, sin embargo tener o no tener el himen no perjudica ni beneficia en el embarazo.

En el embarazo el bebé tiene su propia protección con el saco de líquido amniótico, no necesita de nada más que lo proteja, y si fuera el caso del himen proteger al bebé, la virginidad sería mucho más valorada y resguardada si de ella en su mayoría depende el tener hijos o hijo, ya que al tener relaciones y si se da el caso del rompimiento de este en la relación, el segundo embarazo seria un riesgo ya que el himen no estaría para dar esa protección. Sin embargo no es su función.

- **El coito durante el embarazo puede perjudicar la salud o hacer daño al feto:** para nada, ya antes se dijo que incluso en los primeros meses, mientras se pueda hacer el amor, es muy sano para el bebé y para la mamá

Tal vez se tendrán que adecuar para poder hacer el amor y que sea cómodo para ambos, pero es lo único que sucederá y que cambiará un poco la relación sexual, y esto para proteger aun mas al feto, sin embargo no se le perjudica en nada que los padres hagan el amor.

- ***Durante el embarazo se debe evitar el coito:*** no, lo mismo que antes, mientras para la madre sea cómodo y pueda, es bueno para el bebé y para ella.

Sin embargo se debe de tomar en cuenta que en algún punto del embarazo, no porque sea malo, sino por lo incomodo que resultara, las relaciones sexuales deben dejar de practicarse. Puede ser que se prohíban en un inicio si la madre tuvo amenaza de aborto, solo por eso se prohíben, pero nada tiene que ver que sea perjudicial para el bebé.

- ***La dieta alimenticia de la mujer durante el embarazo influye en el sexo del niño:*** no, es bueno se lleve una dieta pero no por el sexo del niño, sino por la salud del niño y de la madre, pero en nada influye para que sea niño o niña.

La dieta lo único que hace es mantener la salud de las personas a la edad que sea, en nada tiene que ver lo que comas para elegir el sexo del bebé, tal vez si para que nazca sano, sin embargo debe de controlarse lo que se coma para la salud de ambos, solo por eso.

- ***Para que la mujer quede embarazada es necesario que hombre y mujer alcancen el orgasmo a la vez:*** no para nada, no importa incluso si ninguno tiene un orgasmo para que la mujer quede embarazada.

El orgasmo no asegura un embarazo se tenga o no al mismo tiempo, en una relación sexual, antes de un orgasmo, el hombre libera un liquido que igual contiene esperma y que se llama liquido pre-eyaculatorio, y aunque la sensación no sea la del orgasmo, no significa que con la liberación de este, no se dé un embarazo, puede darse incluso si una completa penetración y sin orgasmo alguno.

**- Sólo tiene eyaculación precoz el hombre que eyacula antes de penetrar:** no, la eyaculación precoz incluso se puede dar cuando se ha penetrado, sin embargo se da inmediatamente se ha hecho, no necesariamente se da antes.

La eyaculación precoz es un problema que en ocasiones horroriza a los hombres por sentir que se pierde la hombría, sin embargo este hecho puede deber a factores que en nada tienen que ver con ello, como lo es el estrés, y es un padecimiento que como muchos otros puede controlarse, pero se recomienda ante todo exista una comunicación con la pareja sobre el tema para evitar sentimientos desagradables o denigrantes en el hombre.

**- La eyaculación precoz la padecen sólo los hombres jóvenes:** no, también la padecen hombres adultos, no es cosa de falta o exceso de experiencia, las variables son muchas y cualquier hombre puede estar en una situación de eyaculación precoz sea de la edad que sea.

Se cree que la eyaculación precoz o la padecen solo los jóvenes inexpertos que comienzan una vida sexual, o los adultos mayores que están finalizando su vida, sin embargo no es así, cualquier hombre a cualquier edad y de cualquier condición física y social puede padecerla.

**- Todo hombre que tiene un fuerte impulso sexual tiene eyaculación precoz:** no, el impulso que siente el hombre no significa que presente eyaculación precoz.

Una cosa es la intensidad, impulso o pasión de un hombre en la relación sexual y otra el que padezca eyaculación precoz. Quien presente eyaculación precoz, la tendrá tenga o no un fuerte impulso sexual.

**- La eyaculación precoz se quita siempre con el tiempo:** no, no es cosa de tiempo, puede presentarse eyaculación precoz aun cuando se es adulto, y se debe a factores incontrolables a veces por el hombre como presión social, estrés, nervios, culpa, etc.

Situaciones que se dan en cualquier momento, de joven o adulto, y que el tiempo, no impide sucedan, a menos de que se asista a una terapia y entonces con el tiempo se puede remediar.

**- La eyaculación precoz se quita con inyecciones, pomadas, pastillas, o intervención quirúrgica:** no, hasta ahora no hay métodos quirúrgicos o médicos para controlarla.

Sin embargo hay modos, un remedio para ello es la actividad física, es decir el ejercicio y la comunicación constante con la pareja durante el acto sexual, así como cambiar de posiciones constantemente, ya que hay ciertas posiciones que generan más contracciones musculares en los hombres. Incluso investigaciones han descubierto que algunos medicamentos que se consumen en pequeñas dosis recetados comúnmente para la depresión pueden llegar a retrasar la eyaculación hasta por 20 minutos, ya que alguno de los efectos secundarios que tienen son el suprimir orgasmos en hombres y mujeres, sin embargo continua su estudio, las dosis necesarias aun no se saben, así que no es permitido su uso para este problema

**- Un remedio contra la eyaculación precoz es pensar en cosas raras, desagradables, o ajenas al coito:** los sexólogos recomiendan pensar en cosas como esas mientras se masturban o se tienen relaciones sexuales para retrasar la eyaculación.

También se recomienda mientras se tiene una relación hacer como si se tuviera un coito interrumpido, así como retener y expulsar la orina. Otra forma es eyacular más seguido, es decir, que muchos hombres con eyaculación precoz demoran más tiempo en eyacular cuando tienen orgasmos más frecuentes según se ha demostrado, ya sea con la pareja o al masturbarse

**- Los médicos en general están preparados para tratar los problemas sexuales de sus pacientes:** no, deberíamos está hablando entonces de un especialista en este tipo de problemas, ya que para muchos estos temas son aunque no desconocidos si complicados de tratar, necesitan de más especialistas para diagnosticar algún problema.

Por las diversas causas de los problemas sexuales, es necesario se recurra a psicólogos y especialistas en otros temas para poder diagnosticar acertadamente el por qué de los problemas que se tienen, ya que no basta con

un solo medico o un medico general para decir las causas, así que uno solo no está preparado para tratar esos problemas

- **Los negros, los altos y los musculosos, gozan de un mayor impulso y potencia sexual que los blancos:** nada tiene que ver la raza del hombre para que se suponga su potencia e impulso.

Muchas cosas se dicen a cerca de este mito,

- **El hombre con un pene grande tiene mayor potencia sexual que el que tiene un pene pequeño:** no, el tamaño no es garantía de nada, el tamaño del pene jamás significara que un hombre tenga o no potencia sexual suficiente.

De echo los puntos sensibles de la mujer están en la parte externa de la vagina, el roce del pene con ella es lo que provoca la satisfacción en la mujer, no el tamaño del pene.

- **La esterilización reduce el impulso sexual del hombre o de la mujer:** no lo único que sucede es que no se puede quedar embarazados, solo eso, se pierde la incapacidad de reproducirse, pero no el impulso o el deseo.

Ligado con la libido por el deseo, el hecho de que hombre o mujer no pueda reproducirse, no significa que pierda las ganas de estar con alguien, la esterilización es usada muy a menudo en parejas que han logrado completar a su punto de vista su familia, y no quieren tener más hijos.

- **La masturbación te deja sordo:** no, la masturbación no tiene consecuencias en el aparato auditivo de ningún tipo, ni en ninguna otra parte del cuerpo.

- **La masturbación es una práctica limitada casi exclusivamente a los hombres:** no, que los hombres hablen mas del asunto que las mujeres es diferente a que las mujeres sean menos las que se masturban que ellos.

- **La masturbación durante la pubertad disminuye la potencia sexual en el hombre adulto:** no, en anda perjudica masturbarse de adolescente en la edad adulta, puede incluso ser buena para conocerse y saber lo que les gusta y como al momento de una relación sexual.

- **La masturbación es físicamente dañina y disminuye la potencia sexual:** no, la masturbación no daña en nada ni perjudica la potencia sexual de hombres o mujeres.

- **La masturbación muy frecuente conduce a la homosexualidad:** no, la masturbación es una forma de conocer el cuerpo y las sensaciones que resultan placenteras para poder disfrutar cuando se esté con una pareja, sin importar se sea homosexual o heterosexual, masturbarse no modifica las preferencias.

- **La masturbación es un hábito propio de las personas jóvenes e inmaduras:** no, la masturbación es practicada por hombres y mujeres de todas las edades, sin importar la madurez sexual que se tenga.

- **La masturbación en el hombre o en la mujer es señal de que algo no va bien en su sexualidad:** no, la masturbación como se menciono antes es un modo de conocer el propio cuerpo incluso para mejorar su sexualidad o su vida sexual en pareja.

- **La masturbación tiene manifestaciones físicas como: pelos en la mano, verrugas, pústulas e impotencia:** no, una persona que se masturba jamás mostrara señales de haberlo hecho a menos que lo diga.

La masturbación no se nota de ninguna forma, ni con pelos, ni verrugas ni por ser impotente, no hay señal alguna para que los demás sepan que una persona se ha masturbado ni la frecuencia con que lo hace. La masturbación es algo tan normal hoy en día, y puede ayudar a hombres y mujeres a conocer su cuerpo, lo que les gusta y lo que no, aquello que los hace sentir bien, para posteriormente disfrutar una relación sexual ubicando en ellos mismos los puntos más sensibles que les permitirán llegar a goce total de su relación.

Masturbarse no es alguna enfermedad como se creía antes, ni trastorno psicológico o enfermedad mental, es un hecho tan natural el que una persona quiera conocerse.

- **Las relaciones sexuales durante la menstruación tienen el peligro de infección o contaminación:** no si se toman las medidas higiénicas necesarias en este periodo, y después de la relación sexual.

Es decir, si la mujer mantiene un aseo diario de su vagina, aun si no está menstruando, cambiarse constantemente la toalla sanitaria y lavarse la parte exterior hará más satisfactoria la relación si resulta desagradable para alguno hacer el amor en este periodo.

- **Durante el periodo menstrual, la mujer no está preparada para tener relaciones sexuales:** no, la mujer puede y está preparada físicamente para tener relaciones sexuales en este y otro momento de periodo. Nada impide mantenga relaciones con su pareja, es cuestión de los dos decidirlo.

La mujer debe saber si está preparada y en confianza con la pareja para tener relaciones sexuales, no porque su cuerpo no lo este, sino por lo grotesco que puede llegar a ser para alguno, pero físicamente se está preparada para ello.

- **Es peligroso tener relaciones sexuales durante la menstruación:** no, no hay peligro de nada siempre y cuando se tomen las medidas necesarias para evitar embarazos o transmisión de alguna enfermedad.

Es peligroso si se crees que por estar sangrando no se puede quedar embarazada, o pensar que el condón perderá su eficacia y se deja de lado su uso, de otra forma, y tomando en cuenta eso, no es peligroso para ninguno de los participantes en la relación sexual.

- **Durante la menstruación, las mujeres no deben practicar deportes, ni bañarse, ducharse o lavarse la cabeza:** no, de hecho durante la menstruación las mujeres deben cuidar mucho su higiene debido a los olores que se llegan a desprender, pueden y deben bañarse, no pasa nada, además de que si practican algún deporte, pueden detener los cólicos.

Ya antes se dijo que depende de la pareja el querer tener relaciones mientras la mujer está en su periodo, pero siempre y cuando se tenga pese a ello la higiene suficiente antes y después (es decir, que menstruar tampoco



impide que se asean e incluso practiquen deporte), no tiene por que correrse el riesgo de alguna infección y tampoco es peligroso para ninguno mientras se sea higiénico, sin embargo esto no quiere decir que no deban usar algún método anticonceptivo en la relación durante la menstruación. No es cosa de estar o no preparados, sino de respeto y confianza.

- **Una buena relación sexual requiere un orgasmo:** no, puede haber placer durante ella sin que se llegue a un orgasmo, y la relación sexual ser de lo mejor para la pareja.

Antes se dijo que una relación sexual no es solo coital, el tocarse mutuamente suele ser también placentero para la pareja y llevarlos a un grado de excitación tal que les permita disfrutar ese momento totalmente y puede no haber orgasmo en alguno y no por ello dejar de ser una grata experiencia.

- **El coito “vagina-pene” es el único método “normal” para tener relaciones:** no, de hecho los conocidos “fajes”, en los cuales solo se implican caricias sin penetración también son una relación sexual, en la que se mezclan sensaciones y sentimientos.

La penetración no es la única forma de relación sexual, en una pareja el besarse, el tocarse y acariciarse es una manera de demostrarse su amor, y es un tipo de relación sexual en la que no necesariamente hay coito.

- **A cada persona le es asignado un número limitado de experiencias sexuales cuando este se agota termina la actividad sexual:** para nada, depende de cada persona el número de relaciones que quiera tener, pero es recomendable se tenga un método anticonceptivo que impida el contagio de enfermedades, por ejemplo el condón, y algún otro, por seguridad para que también prevenga embarazo.

Si un número de experiencias le fuese asignado a las personas, a algunos les faltaría y otros se excederían, sin embargo esto es mentira, las experiencias sexuales, la frecuencia y el número de parejas lo decide cada persona, siempre y cuando se cuide.

- **Las relaciones sexuales antes de una competencia deportiva disminuyen la excelencia y el desempeño:** existen dos teorías, una dice que sí, que el hecho de que algunos deportistas mantengan relaciones sexuales antes de alguna competencias si los perjudica, ya que se pierde bastante energía. Pero hay otra que dice que no, que el hecho de que tengan relaciones, en nada influye en su desempeño, y que puede resultar benéfico al relajarse con el orgasmo.

- **El alcohol estimula sexualmente:** lo que provoca el alcohol es que desinhibe, pero no estimula sexualmente, incluso puede ser factor de eyaculación precoz, o de contagio de alguna enfermedad por olvido de usar preservativo, pero no es un estimulante.

El alcohol es un tipo de droga legal, que por su fácil acceso y exceso puede ser causa de embarazos, de transmisión de enfermedades, de choques sino hablamos de relaciones sexuales, de muerte por congestión y demás peligros, es por eso que se recomienda tomarlo con medida, ya que también lo que puede suceder, es no recordar lo que pudo ser una buena experiencia sexual.

- **La relación sexual sólo es plena cuando hombre y mujer llegan al orgasmo a la vez:** no, ya que puede resultar excitante para el otro, ver que su pareja tiene un orgasmo sin que necesariamente él lo tenga.

La masturbación a la pareja puede ser más satisfactoria por ver como esta llega al orgasmo sin que el otro este a la par, no es necesarios ambos alcancen un orgasmo para que su relación sea plena, aunque varia de pareja a pareja las sensaciones que se tienen en ese momento.

- **Hay un periodo totalmente “seguro” para tener relaciones sexuales, en la cual la mujer, no puede quedar embarazada:** este periodo depende de cada mujer y su ciclo menstrual, pero no es seguro para todas.

Para que esto suceda la mujer debe ser muy regular en su periodo, sin embargo eso no es 100% seguro, ya que aun cuando se esté menstruando se corre el riesgo de un embarazo.

**- Los orgasmos simultáneos son necesarios para la compatibilidad sexual de la pareja:** no son necesarios, pero son muy placenteros para la pareja.

Como antes se dijo, depende de las parejas y de la persona si les es grato un orgasmo simultáneo o no, puede ser primero el hombre quien tenga un orgasmo, después la mujer o viceversa, y que no sean simultáneos no significa que entre ellos no exista compatibilidad.

**- La vida sexual de la mujer termina con la menopausia:** no, lo único que sucede es que se va perdiendo la menstruación y con ella la capacidad de procrear pero no se pierde la vida sexual.

Como se vio antes, la libido no desaparece por lo que el deseo tampoco, así es que la vida sexual no se debe terminar por perder la capacidad de reproducirse, se sigue siendo humana y ser sexual, y eso no se deja de lado por no poder engendrar ya.

**- La ausencia del himen prueba que una mujer no es virgen:** no ya que el himen puede incluso romperse con movimientos bruscos, sin necesidad de una relación sexual.

Que una mujer no sangre en una relación sexual, no significa que ya no tenga himen y por ello que no fuera virgen antes, la presencia o ausencia del himen no es garantía de virginidad.

**- La mujer llega al orgasmo al sentir la penetración del pene:** no, de hecho puede tener un orgasmo sin necesidad de penetración ni contacto alguno pene-vagina.

Ya se hablo de que el coito no es la única forma de relación sexual, los “fajes” son un tipo de ellas en los cuales no existe penetración pero se puede llegar al orgasmo.

**- Toda mujer llega al orgasmo, pero algunas no lo sienten:** no, de hecho no todas llegan pero cuando lo haces es una sensación inconfundible.

Puede ser que se confunda con sensaciones de humedad en la vagina, sin embargo esto es solo un proceso en el acto que sirve para lubricar la vagina

y que el pene se introduzca de manera por decir algo, más fácil y sin dolor alguno.

- **La impotencia es natural e irreversible en el hombre de edad:** no, ya que no es natural no poder mantener o tener una erección.

Las causas que lo producen son psicológicas u orgánicas. Las causas psicológicas como estrés, problemas económicos, familiares, depresión, etc., los factores orgánicos puede ser la edad, además de algún otro factor psicológico relacionada con ella, además del el uso de alguna droga también puede ser factor para que se padezca impotencia, no es curable pero es tratable, de este modo el hombre puede tener una respuesta sexual.

- **Impotencia significa pérdida de virilidad:** no, ya que la que la virilidad es como sinónimo de hombría, de ser muy hombre, y la impotencia solo es un padecimiento que no hace que los hombres dejen de ser hombre.

Sin embargo este termino de virilidad está muy cercano al comportamiento como tal de un hombre en el acto sexual, es decir, se es viril por tener un desempeño coital bueno, por no ser impotente, pero no es la única forma de relación sexual la coital, así que, no se es impotente para tocar, para excitar al otro, para acariciarlo, aunque no se sea viril en las relaciones sexuales, o al revés, el tocar, acariciar y excitar no significa se sea muy viril, porque se puede ser bueno en eso y no en el coito, lo cual no significa se sea impotente.

- **El hombre siempre está dispuesto a tener relaciones sexuales:** no, de hecho por factores diversos puede también no tener ganas de tener relaciones sexuales.

Lo mismo que con las mujeres, los hombres están en su derecho de no querer tener relaciones sexuales en algún momento, los factores como el cansancio, estrés, y demás cuestiones que se les presentan pueden provocar que no estén en condiciones o con ganas de mantener una relación sexual, aunque en algunas ocasiones sean juzgados por ello sin motivo alguno.

- **Si el hombre no se excita en una situación sexual "es anormal" o "no funciona bien":** no para nada, simplemente puede deberse a que el estímulo que provoca su excitación no sea demasiado bueno o suficiente para él, pero no significa que sea anormal.

Puede ser que se padezca impotencia, pero no que sea anormal, el tratamiento de la impotencia ayuda a tener una adecuada respuesta sexual, sin embargo el hombre no siempre tiene que responder a algún estímulo y excitarse en una situación sexual.

- **El hombre que funciona bien sexualmente tiene erección siempre que ve a una mujer:** no, se necesita más que solo ver pasar a una mujer para que se excite un hombre, aunque puede haber sus excepciones, sin embargo eso ya sería enfermedad si con el simple hecho de verla se excitara, pero la mayoría de los casos no es así.

En la mayoría de los casos se necesita más que ver pasar a una mujer para poder excitarse, también depende el tipo de mujer, la vestimenta de esta, la intención y demás cosas que en ella se presenten, aunque hay situaciones en las que una simple imagen puede causar alguna sensación sin que tenga mayor complejidad, es decir sin que se mueva ni sea un desnudo.

- **La práctica sexual requiere siempre una buena erección (cuanto mayor mejor):** no, la erección no es tampoco garantía de una práctica sexual, buena o mala no lo es.

Ya antes se dijo que el coito no es la única forma de relación sexual, así que si hay otras en las que no se requiere penetración, una erección tampoco sería tan necesaria.

- **El hombre no debe decir nunca que "no" al sexo:** no, el hombre está en todo su derecho como antes se dijo de decir que no al sexo si no es lo que quiere en ese momento.

Pese a ser juzgado por la sociedad, el hombre puede decir que no a mantener relaciones sexuales, lo mismo que las mujeres, a ambos nadie puede

forzarlos a hacer lo que no quieren, sea en cuanto al sexo u otra cuestión cada uno está en todo su derecho de negarse.

- ***El hombre tiene que tener una erección total para tener orgasmo o eyacular:*** no, no todos los hombres necesitan estar en una fase total de erección para lograr un orgasmo.

Puede existir quien presente una débil erección y de un momento a otro, por cualquier cuestión excitarse y tener un orgasmo aun con una erección parcial, resultando no necesaria una erección total para que un hombre sea capaz de tener un orgasmo.

México es un país que de principio a fin ha estado permeado de un sinfín de mitos que a lo largo de su transformación como pueblo independiente han guiado el recorrido histórico de su gente. La desmitificación de ellos ayudara a que hombres y mujeres del futuro, conformen una sociedad nueva sin prejuicios y con la capacidad de disfrutar una sexualidad basada en la confianza, apoyada en todos los sentidos para evitar que los sujetos corran riesgos por no hablarles de las cosas como son.

Trueba (2008: 255) dice que *“La terrible unión de lo indispensable y lo imposible marca nuestros días para convertir los sueños de la modernidad en un suplicio perpetuo. Los hombres desean amar y vivir su sexualidad de manera plena para escapar de la cárcel de lo cotidiano; sin embargo, bajo los brillantísimos edificios y las rectas avenidas de la ciudad del lenguaje, están los antiguos cimientos, las construcciones añosas y las callejas que aun determinan nuestra manera de mirar, actuar y comprender el mundo. El pasado es presente y el hombre está condenado al gatopardismo sexual”*.

No importa que tan complicado se vea romper con los mitos, o que tanto se tarde en hacerlo, lo importante es luchar por conseguirlo y que aquello que guio el camino de nuestros antepasados y su sexualidad quede solo en la historia del mundo, valorando aun así cada una de esas cosas porque son las que han conformado lo que hoy en día somos.

## **CAPITULO 4. PROPUESTA DE TALLER**

### **TODO DEBE EMPEZAR CON UNA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD** **EN CASA**

#### **INTRODUCCIÓN**

Crear un programa para la elaboración de un curso–taller activo y dinámico breve en torno a la educación de la sexualidad dirigido a padres de familia y jóvenes adolescentes que les permita conocer principalmente tres aspectos de la sexualidad como marco de referencia para una mejor educación para sus hijos: el primero de ellos son los aspectos físicos, o sea el desarrollo y cambios que se dan en la adolescencia, el segundo los aspectos socio culturales y el tercero las relaciones en la familia que permitan romper con la influencia de los mitos y tabúes

La finalidad de nuestro curso talles es brindarle a las familias, padres e hijos, una información transmitida de un modo diferente sobre sexualidad, una información que le permita sentirse al sujeto pleno al ejercer su sexualidad y entenderla como algo especial y no como algo instintivo mediante la desmitificación de tabúes presentes hoy en día en la sociedad y en las familias.

Permitir a través de actividades lúdicas que los niños se conozcan, se reconozcan a la vez que vayan adquiriendo conocimientos sobre lo que es correcto y lo que no, de este modo mientras se conoce, también se previenen problemas de tipo sexual, desde violencia verbal en un noviazgo, hasta violaciones.

Los padres deben estar al pendiente de sus hijos en todo momento, supervisar cada una de las cosas que hacen y las actividades que se hacen en casa y fuera de ella, así como de los lugares que frecuentan, lo que constituirá la guía para guiar la educación de su sexualidad.

Que padres e hijos identifiquen los cambios y diferencias al llegar a la adolescencia tanto en unos como en otros. A la vez que se proporcionar información a padres y adolescentes sobre lo que es la sexualidad y sus influencias.

Promover la reflexión en los papás y adolescentes sobre la importancia de ejercer la sexualidad con responsabilidad a través de la información certera y objetiva.

Ofrecer información confiable a las familias sobre sexualidad, promoviendo la conciencia en su ejercicio descartando los mitos en ella.

Detectar algunos de los tabúes más comunes en torno a la sexualidad de los adolescentes presentes en sus familias. Para ser superados a través de una información confiable y objetiva.

Que padres e hijos sean capaces de retomar de los medios de comunicación (películas, páginas de internet, libros, etc.) aquello que les sea de utilidad para una educación de la sexualidad adecuada mediante análisis simples y significativos.

---

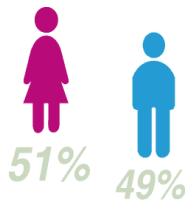


## Problemática y Justificación

México es un país guiado e influenciado principalmente por la familia, la importancia de esta en la vida de sus integrantes es de suma importancia, ya que es quien encamina a los miembros de ella por lo que se considera lo correcto, o al menos eso es lo que se pretende debido a la cantidad de jóvenes que de ella dependen y requieren.

En México según el INEGI (2010) somos 112 322 757, de ellos 57 464 459 son mujeres y 54 858 298 son hombres.

---



De cada 100 habitantes 51 son mujeres y 49 son hombres

El 50% de la población en México **26 años** es menor de 26 años



**16%**

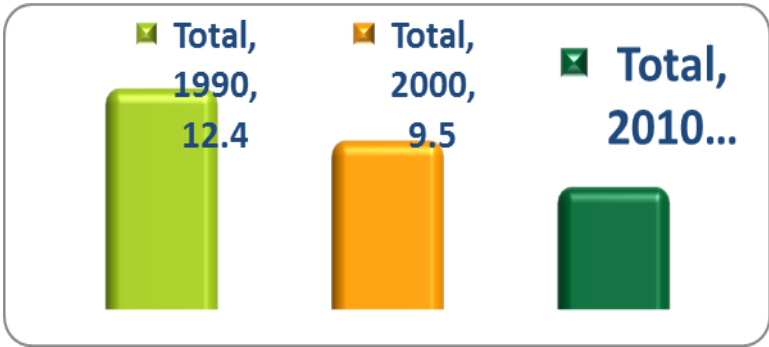
16% de la población de 15 años y más tiene algún grado aprobado en educación superior

Y según el CONAPO (2010) son 20.2 millones de personas de entre 15 y 24 años, de estos en cuanto a hombres de 15 años son 1 073 427, de 16 años 1 064 314, de 17 años 1 053 866, de 18 años 1 040 281, de 19 años 1 022 029, de 20 años 1 001 596, de 21 años 984 291, de 22 años 965 596, de 23 años 944 885 y de 24 años 924 012, por lo que son 10 074 297 hombres de 15 a 24 años de edad; en cuanto a mujeres de 15 años son 1 053 306, de 16 años 1 050 291, de 17 años 1 045 914, de 18 años 1 038 586, de 19 años 1 026 968, de 20 años 1 013 111, de 21 años 1 001 757, de 22 años 989 520, de 23 años 976 125 y de 24 años 962 482, así que son en cuanto a mujeres de 15 a 24 años de edad 10 158 060, es decir son 20 232 357 jóvenes de 15 a 24 años de edad los que requieren de una buena educación de la sexualidad, lo mismo que sus padres, esos adolescentes son nuestros futuros adultos y en quienes recaerá el futuro del país, es por ello que es de vital importancia educarlos basados en la verdad.

México es a la vez un país característico de mitos, tabúes y costumbres en cuanto a todo tipo de situaciones, la sexualidad no queda descartada en estas circunstancias, también en ella se encuentran una cantidad considerable de mitos que han limitado o deteriorado la práctica de la sexualidad entre sus habitantes. Muchas de las familias de hoy en día siguen aun patrones de comportamiento sexual que transmiten de generación en generación trasgrediendo la salud y el gozo de las personas.

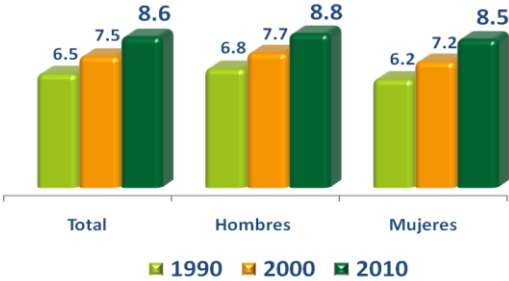
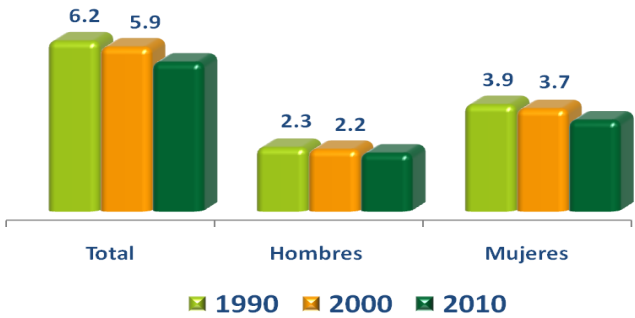
Hablar con los adolescentes, sobre todo los padres de familia es de vital importancia y la ha cobrado mucho más en los últimos tiempos debido a las múltiples fuentes de información a las que estos acostumbran recurrir y la facilidad con que estas están a su alcance. Tómense en cuenta que hoy las familias son variadas, las hay con muchos integrantes, pero también las hay con pocos (ver tabla 1 y dos), y sin importar esto, todas tienen la obligación de educarse, tanto padres como hijos deben educar sobre todo su sexualidad para entenderse y entender a los demás.

Sin embargo, también debe ser tomado en cuenta que padres de familia no suelen contar en todos los casos con información y educación suficiente que les permita clarificar las dudas de sus adolescentes.



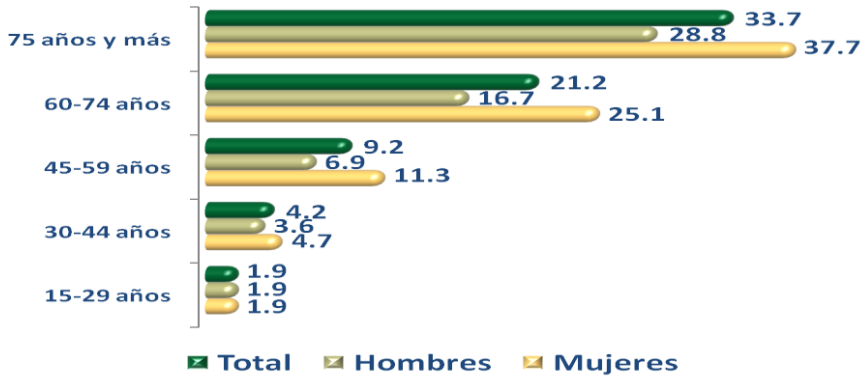
Según el INEGI (2010) la tasa de analfabetismo de la población de 15 años y más, 1990, 2000 y 2010 se muestra de esta manera:

La población analfabeta de 15 años y más según sexo, 1990, 2000 y 2010 se ve de la siguiente manera:



Grado promedio de escolaridad de la población de 15 años y más según sexo, 1990, 2000 y 2010:

La tasa de analfabetismo de la población de 15 años y más por grandes grupos de edad y sexo:



Romper con el analfabetismo por poco o mucho que sea es de vital importancia si queremos adolescentes y futuros adultos bien informados y preparados para compartir sus conocimientos científicos, es decir adquiridos antes en la escuela u otra institución de reconocimiento, así como los vividos de experiencia que pueden ser sustentados de algún modo por esos conocimientos adquiridos que son certeros y comprobables. Y aunque como se muestra en la última gráfica, la tasa de analfabetismo en los adolescentes es menor, en quienes pudieran ser sus padres, las personas mayores de 45 años si presentan un alto índice de analfabetismo, y no hablemos solo de no saber escribir y leer, añadiremos a esto el no poseer, en cuanto al tema de interés, los conocimientos necesarios sobre sexualidad.

Así comprobamos en alguna porción el significado de lo necesario que resulta informar a la sociedad y a las familias la importancia de educarse constantemente en cuanto a ella, en cuanto a su sexualidad y mantenerse constantemente informados para su beneficio y el de sus adolescentes y jóvenes que con ella cuentan.

---

## **Perfil de Ingreso**

---

Los padres de familia y adolescentes que participen en este taller, deberán tener una edad mínima de 15 años, además deberán saber leer y escribir. En cuanto a conocimientos de sexualidad, por lo menos deberán conocer los componentes biológicos y fisiológicos determinados por el sexo para cada individuo y algunos mitos y tabúes presentes en la sociedad para después detectar los que presenten dentro de sus hogares. Además deberán tener presente y externar todas las dudas que giren en torno al tema a lo largo del taller.

## **Perfil de Egreso**

---

Los padres y adolescentes, serán capaces de diferenciar entre lo que es verdad en la sexualidad y aquello que es simplemente un mito, a través de argumentos certeros que también serán capaces de dar a cada uno de ellos para desmitificarlos, lo que les permitirá externar sus conocimientos, ya sustentados y reales.

Ambos terminarán por aclarar la mayoría de sus dudas en torno al tema. Además lo ideal es que estén preparados para ejercer una sexualidad consciente, educada, segura y libre de todo prejuicio. También tendrán un mejor conocimiento de lo que ayudará en su autorrealización como ser humano en cuanto a su autoestima y su personalidad al conocer lo que realmente es la sexualidad.

## Metodología

---

Para ello tendremos principios de procedimiento que nos permitirán guiar nuestro trabajo y son los siguientes:

- Ayudar a las familias a tomar las mejores decisiones que favorezcan su pleno desarrollo emocional en lo que ha sexualidad se refiere
- Fortalecer la concientización de lo inherente que es la sexualidad en todos los seres humanos
- Ayudar a padres e hijos a conocerse y entenderse como seres sexuados no seres sexuales, y para ellos requieren de disposición y ser tolerantes a la frustración al romper con prejuicios y mitos que los han guiado.
- Se favorecerán actividades que permitan a padres de familia facilitar si aprendizaje en cuestiones de sexualidad y hablar de ella de acuerdo a la edad de los niños, con el fin de evitar mitos y prejuicios, lo que significara hacerles saber el valor que tiene su vida, su educación y la sexualidad como fuente creadora y merecedora que es de lo que somos, seres humanos con una divina sexualidad capaz de expresarse en todos los ámbitos de nuestra vida.

El curso-taller, se divide en tres unidades, las cuales completan un total de 9 horas, que podrán ser impartidas 3 horas durante 3 domingos.

Nos basaremos en textos que serán distribuidos a las familias que asistan al taller, y con esto, brindaremos información confiable, certera y sustentada que les ayude a desarrollarse en cada ámbito de su vida como seres sexuados por naturaleza, capaces de controlar y de asumir la sexualidad como algo innato en ellos, pero no instintivo y llena de mitos pero capaz de educarla integralmente.

Es importante resaltar que en cada sesión además de la información teórica que se les brinde a los adolescentes, se harán actividades que darán significado a sus conocimientos con la intención de reforzar lo enseñado, y así

hacer el aprendizaje más vivencial, por decir algo, en las familias, utilizando para esto, material gráfico y didáctico que haga más atractiva y sencilla cada una de las temáticas tratadas para las familias

. Todo el material será proporcionado por el personal encargado del curso-taller, en caso de requerir que los padres o adolescentes lleven algún material se les avisará con anticipación.

## Contenidos Temáticos

---

### Unidad I. La familia en su desarrollo integral.

*Objetivo: Mostrar a los padres y sus hijos los elementos básicos que harán de ellos una familia con educación integral en su interior así como las características que les permitan entenderse como un todo.*

#### 1.1 Significado de ser familia

##### 1.1.2 Responsabilidades y obligaciones de la familia

##### 1.1.3 Ciclo de la familia

#### 1.2 Educación Integral en la familia

##### 1.2.1 Educación de los padres de familia

##### 1.2.3 Educación en los adolescentes

### **Bibliografía.**

- Alegret J. et.al. (2005). “Adolescentes: relaciones con los padres, drogas, sexualidad y culto al cuerpo”. Barcelona: Graó
- Álvarez-Gayou, J. (2007). “Educación de la Sexualidad: ¿en la casa o en la escuela? Los géneros, la escuela y la educación profesional de la sexualidad” México: Editorial Paidós Mexicana
- Barragán Medero, Fernando. (1997). *La educación sexual: Guía teórica y práctica*. España: Paidós



- Gallotti, Alicia (2000). *Guía sexual para adolescentes, todos los secretos de tu cuerpo*. Barcelona: Juventud, S.A.
- H. Harris, Robie. (1996). *Sexo... ¿Qué es? Desarrollo, cambios corporales, sexo y salud sexual*. Barcelona.
- Romero Montoya, M. (2009). *La comunicación familiar como apoyo al autoestima del adolescente de 11 a 13 años*, tesina de licenciatura en Pedagogía, México: UPN

## Unidad II. Sexualidad en casa

*Objetivo: Explicar padres y adolescentes la presencia inherente de la sexualidad en el hogar y la importancia de hablar sobre ésta, como algo “normal”.*

### 2.1 Familia y sexualidad.

#### 2.1.1 El amor en la familia

#### 2.1.2 Embarazos y nacimientos

### 2.2 Comportamientos

### 2.3 El sexo biológico, no es solo tener relaciones sexuales

### 2.4 Algunos tips necesarios para ejercer una sexualidad plena.

## Bibliografía.

- B. Hammond, Doris. (1990). *Mis padres y el sexo*. Barcelona: Gedisa.
- Calderone, M.S. y Ramey, J.W. (1987). *Como hablar con tus hijos sobre sexo*. Barcelona. Granica. Existe una edición de 1990 en Círculo de Lectores. Dirigido a padres y madres con hijos hasta 12 años.
- Carlfred, Broderick. (1975). *Manual de sexología ilustrado*. México: Diana.
- Cassell, C. (1988). *Con toda sinceridad. Como hablar con los adolescentes de amor y sexualidad*. Barcelona. Grijalbo. Dirigido a padres y madres de adolescentes. Lenguaje claro y concreto.
- Foucault, Michel. (1976). *La historia de la sexualidad*. Francia.
- Gobierno del Distrito Federal. (2008). *Tu futuro en libertad*. México: SEP.

- H. Harris, Robie. (1996). *Sexo... ¿Qué es? Desarrollo, cambios corporales, sexo y salud sexual*. Barcelona.

- H. Wgotwald, William. (2000). *Sexualidad, la experiencia humana*. México: El Manual Moderno.

### **Unidad III. Algunos mitos con los que se vive**

*Objetivo: Explicar y mostrar a padres e hijos algunos de los mitos más comunes y desmitificarlos entre todos*

#### 3.1 Definición de mitos y tabúes.

##### 3.1.1 Mitos y tabúes en las familias

##### 3.1.2 Mitos y tabúes con los amigos

#### 3.2 Mitos que se conocen

#### 3.3 Desmitificación.

#### 3.4 Los holones de la sexualidad

### **Bibliografía.**

- Calixto Flores, Raúl (2008). "Educación de la Sexualidad. Una necesidad en las escuelas". México: Castellanos Editores

- Díez Benavides, Mariano. (1991). *Educación de la sexualidad*. México: EDAMEX.

- Fernández, E. y Mústieles, D. (1997). *Las mentiras de la sexualidad. Mitos y errores*. Madrid. Olalla. Mitos y errores más frecuentes sobre sexualidad, anticoncepción, anatomía, relaciones de pareja, SIDA, etc. Escrito por profesionales del Centro Joven de Madrid.

- López Sánchez, F. (1993). *Para comprender la sexualidad*. Pamplona. Verbo Divino. Explica de forma clara el concepto de

sexualidad, el desarrollo evolutivo sexual, y la respuesta sexual, entre otros temas.

- Martínez, J. y Rubio, R. (1990). La sexualidad a lo claro. Madrid. Popular. Lenguaje desenfadado, dirigido a preadolescentes.

- Rubio. (1994). Introducción al estudio de la sexualidad humana. México: Porrúa

## •Evaluación

La evaluación será constante, ya que al finalizar cada tema se harán reflexiones y debates, sin embargo, se llevará a cabo una evaluación general al finalizar cada una de las unidades, mientras que en la presentación se harán varias actividades para que se conozcan y se involucren los participantes. Las evaluaciones se harán a través de dinámicas que refuercen de manera lúdica y coherente los temas vistos durante la unidad, y se harán de la siguiente manera:

Para la Unidad I, la evaluación se hará a través de una dinámica llamada “Carta a mamá y papá/ Carta a mi hijo” y consiste en que cada uno de los participantes escriban una carta según sea el caso, a los papás o hijo agradeciendo y explicando la educación que han recibido en torno a sexualidad o proponiendo como se quiere de dé o reciba esta, a la vez que se analiza la película “Secretos de Familia“, que deberá ser previamente vista en casa y se expresa lo que se rescata de ella en cuanto a la educación que ahí se da.

La evaluación de la Unidad II, será a través de dos dibujos, uno al principio en el que se exprese en que partes de su vida se refleja sexualidad, siendo este una especie de examen diagnóstico sobre ello, y uno al final en el cual se plasme en donde hay sexualidad de su vida.

Respecto a la Unidad III, la evaluación se realizará a través de expresar algún momento en el cual consideren estuvieron guiados en su sexualidad por algún mito, mientras los participantes trataran de desmitificarlo.

En cuanto la despedida, se harán otras actividades para animarlos a llevar una sexualidad sana, además se les repartirán folletos, teléfonos, nombres de Instituciones a las cuales podrían recurrir si lo requieren, libros y páginas de internet de distintas instituciones a las cuales puedan asistir en caso de dudas o de que necesiten algún tipo de ayuda.

## CONTENIDOS SECUENCIALES

UNIDAD	TIEMPO POR UNIDAD	TEMAS DE LA UNIDAD	TIEMPO POR TEMA.	ACTIVIDADES
<b>I. La familia en su desarrollo integral.</b>	3 horas.	Presentación	20 min.	Se llevará a cabo por parte de los encargados de impartir el taller, explicándose brevemente de que tratará. En este momento cada uno de los participantes y encargados dirá su nombre y edad.
		Concepto de familia	40 min.	Cada familia dirá que es lo que entienden por "familia", después de ello se proyectará un Power Point aclarando la definición de esta.
		Obligaciones de la familia	40 min.	Las familias mencionaran cinco cosas que consideren como obligaciones, tanto de padres como hijos. Al finalizar se dirán a que están obligados cada uno de ellos.
		Ciclo de toda familia	40 min.	Se debatirá si es que se cree que cada familia pasa por un ciclo, y para que se piensa sirve ese ciclo.
		Educación integral en la familia	40 min.	Se expondrá lo que es la Educación Integral, y cada familia opinara como es que debe darse una educación así en las familias
<b>II. Sexualidad en casa.</b>	3 horas.	Sexualidad en casa	40 min	Los padres contarán si a ellos se les habla de sexualidad y en que les beneficio si les hablaron o no del tema, para después contar si ellos hablan de sexo con sus hijos
		Amor en familia.	30 min.	Hacer dos dibujos, uno de cómo es que se expresa el amor en su familia y el segundo de cómo es que se ve la sexualidad en ella
		Embarazos	30 min.	Platicar por familia sobre los embarazos, como se dan y como se cree debe darse un embarazo, tanto biológica como social y culturalmente.
		Los comportamientos como parte de la	50 min.	Preguntaran los hijos a sus padres en qué momento de ese día han reflejado un comportamiento

		sexualidad		sexual. Al final se explicara de acuerdo a sus reflexiones, cuándo es que se presenta un comportamiento sexual.
		Sexo vs Relaciones sexuales	15 min.	Debate: los que creen que el sexo es lo mismo que las relaciones sexuales, y los que creen que no. Al final se hará un dibujo de lo que en ese momento se sabe de sexualidad.
		Tips para una sexualidad plena	15 min.	Se construirán a raíz de lo aprendido y con apoyo de quien presenta el taller, algunos tips para que padres e hijos disfruten de su sexualidad de manera plena y segura.
		Definición de Mito.	30 min.	Se hará una presentación Powerd Point de la definición de Mito y de los tipos de mitos que existen
		Mitos en familia	1 hr.	Cada participante escribirá anónimamente un mito que se presente en su familia en un cuarto de hoja, y lo depositará en una caja, posteriormente será extraído papel por papel y leído por el encargado para que los demás sepan de aquellos mitos que existen en las familias de hoy en día
<b>III. Algunos mitos con los que se vive.</b>	3 horas.	Mitos con los amigos	40 min.	Los adolescentes comentaran a sus padres aquellos mitos que hayan escuchados de sus amigos y que consideren limitan su desenvolvimiento al hablar de sexualidad
		Desmitificación	40 min.	De acuerdo con los mitos antes mencionados, el presentador junto con las familias, de manera lógica, sencilla y comprobable trataran de destruir, es decir, desmitificarlos
		Los holones de la sexualidad	10 min.	Hablar de lo que significan los holones en sexualidad y brindar unos segundos de reflexión para que cada integrante medite si estos realmente se encuentran dentro de la educación, ya sea completa o parcialmente.

**TABLA 1 (ANEXO)**

Hogares

Población en hogares familiares y su distribución porcentual según relación de parentesco con el jefe y sexo para cada entidad federativa, 2000 y 2005

Entidad federativa	2000						2005										
	Población en hogares familiares	Jefe	Cónyuge	Hijo	Otro pariente	Población en hogares familiares	Jefe	Cónyuge	Hijo	Otro pariente	Población en hogares familiares						
<b>Estados Unidos Mexicanos</b>	<b>93,677,806.00</b>	<b>8</b>	<b>.2</b>	<b>.7</b>	<b>7</b>	<b>4.9</b>	<b>3.6</b>	<b>.1</b>	<b>.6</b>	<b>97,948,423.00</b>	<b>8.4</b>	<b>.9</b>	<b>7.4</b>	<b>3.7</b>	<b>2.8</b>	<b>.3</b>	<b>.5</b>
Aguascalientes	924,582.00	7.8	.6	.5	7	6.2	6	.8	.1	1,029,315.00	8.3	.3	.8	7.4	5.1	.5	.1
Baja California	2,212,797.00	8.7	.7	.2	7.5	4.1	2	.8	.1	2,523,332.00	8.9	.6	.5	7.6	3.3	1.4	.7
Baja California Sur	404,078.00	9.9	.9	.9	8.8	3.6	1.2	.8	.8	465,247.00	0.3	.8	.1	9.1	2.8	0.5	.8
Campeche	672,067.00	8.5	.7	.8	7.6	5.2	3.3			727,532.00	9	.5	8	3.8	2.3	.2	.1
Coahuila de Zaragoza	2,229,858.00	9.7	.5	.5	8.7	4.2	2.6		.8	2,398,516.00	0.1	.1	.7	9.1	3.3	1.8	.2
Colima	495,607.00	8.8	.7	.8	7.8	4.6	2.9	.7	.6	527,438.00	9.2	.7	.2	8.1	3.4	1.8	.9
Chiapas	3,725,861.00	7.5	.1	.5	6.5	7.2	5	.2		4,087,888.00	7.6	.7	.6	6.7	6.2	4.6	.5
Chihuahua	2,887,624.00	9.4	.5	.9	8.2	3.7	1.9	.5	.9	2,993,209.00	9.6	.2	.3	8.5	3.3	1.5	.1
Distrito Federal	8,226,314.00	8.5	.6	.9	7.2	2.4	1.8	.8	.9	8,137,823.00	8.6	.6	.3	7.1	1.5	1	.2



Durango	1,410,006.00	7.8	.1	.6	6.9	5.2	3.9	.1	.4	1,454,285.00	8.2	.8	.8	7.2	4.1	2.9	.6	.5
Guajuato	4,571,003.00	6.8	.8	.7	5.9	6.2	6.5	.2	.9	4,750,180.00	7.3	.6		6.5	4.7	5.5	.5	.9
Oaxaca	2,986,065.00	6.2	.6	.7	5.3	6	4.2	.4	.5	2,994,437.00	6.6	.2		5.7	4.8	3.5	.7	.5
Hidalgo	2,185,916.00	7.5	.1	.5	6.6	4.8	3.6	.5	.5	2,269,663.00	8.3	.7	.7	7.3	3.4	2.8	.5	.3
Jalisco	6,120,868.00	7.8	.1	.7	6.7	5.5	5.1	.4	.6	6,368,798.00	8.1	.9	.1	7	4.4	4	.8	.7
México	12,332,175.00	8.3	.8	.7	7.3	4.9	3.8	.9	.4	13,163,529.00	8.6	.5	.9	7.6	3.8	2.9	.2	.4
Michoacán de Ocampo	3,865,035.00	7.4	.1	.6	6.4	5.7	5.6	.2		3,801,295.00	7.9	.8	.9	7	4.1	4.4	.6	.2
Morelos	1,464,859.00	8.1	.9	.7	7.2	4	3.1	.2	.8	1,505,082.00	8.4	.7		7.3	3	2.4	.4	.7
Nayarit	887,820.00	8.6	.4	.7	7.6	4.6	2.5	.3	.2	902,454.00	9.2	.2		8.2	3.3	1.5	.5	.2
Nuevo León	3,713,566.00	9.8	.3	.5	8.7	4.2	2.2		.2	4,016,941.00	0	.8	.6	8.9	3.1	1.2	.8	.6
Oaxaca	3,356,295.00	6.9	.2	.5	6	5.7	4.6		.1	3,384,164.00	7.5	.9	.7	6.5	4.3	3.7	.3	.2
Puebla	4,843,117.00	6.7	.1	.6	5.7	5.4	4.3	.5	.8	5,159,980.00	7.3	.7	.7	6.4	4.2	3.6	.6	.6
Querétaro	1,365,348.00	7.5	.8	.6	6.6	6.4	5.7	.9	.5	1,519,148.00	8.1	.5	.9	7.3	5	4.7	.1	.3
Quintana Roo	828,032.00	9.3	.8	.1	7.9	4.2	2.1	.6		958,080.00	9.3	.6	.4	8.1	3.2	1.5	.8	
San Luis Potosí	2,246,677.00	7.5	.6	.5	6.5	5.9	4.5	.8	.8	2,336,284.00	8.1	.3	.7	7.2	4.6	3.7	.9	.5
Sinaloa	2,471,918.00	8	.2	.7	7	4.7	2.2		.1	2,466,878.00	8.6	.1	.1	7.6	3.7	1.3	.9	.8
Sonora	2,139,036.00	8.7	.5	.8	7.6	4.1	2.1	.9	.3	2,253,523.00	9	.3	.2	7.9	3.5	1.5	.7	.9

o	1,849,605.00	8	.6	7.1	5.7	3.8	.8	.3	1,925,571.00	8.7	.5	.9	7.8	4.7	3	.6	.8
pas	2,652,714.00	9.4	.5	8.2	3.7	1.8	.2	.5	2,845,050.00	9.7	.1	.1	8.5	2.8	1.1	.4	.3
a	944,090.00	7.2	.4	6.3	5.5	4.1	.4	.4	1,041,867.00	7.9		.6	7.1	4.3	3.2	.6	.4
z de Ignacio de la Llave	6,729,151.00	7.9	.6	6.9	4.2	2.4	.6	.6	6,870,906.00	8.4	.6		7.3	2.9	1.7	.7	.4
n	1,612,534.00	8.7	.5	7.7	4.9	3.4	.8	.3	1,741,968.00	9.1	.2		8.1	4	2.7	.9	.1
as	1,323,188.00	8.1	.7	7.2	6	5.5	.7	.3	1,328,040.00	9		.6	8.2	4.4	4.2	.1	.4

NOTA: En las distribuciones se excluyó a la población que no especificó la relación de parentesco con el jefe. Cifras correspondientes a las siguientes fechas censales: 14 de febrero (2000) y 17 de octubre (2005).

<sup>a</sup> Para 2000, los otros parientes incluyen a los no parientes y a los sirvientes. En 2005, incluye a la población sin parentesco, trabajador doméstico y los huéspedes.

FUENT [INEGI. XII Censo General de Población y Vivienda 2000.](#)

E: [INEGI. II Censo de Población y Vivienda 2005.](#)

## **CAPITULO 5. SUGERENCIAS QUE FAVORECERÁN LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD DE PADRES E HIJOS ADOLESCENTES**

Si bien ya se ha mencionado que es de vital importancia que los padres tengan una directa y constante comunicación con sus hijos a lo largo de su vida, eso no basta para evitar riesgos, problemas o influencias en sus vivencias que no del todo los llevaran a un buen camino, se necesita de algo más que eso, tanto en los padres como en los hijos, algo más que hablar entre ellos en estos días ya no es suficiente, aunque si necesario. Se necesita además preparación para afrontar los diversos problemas que se presentaran.

Con todo lo que pasa en los últimos tiempos en el mundo, con la invasión de nuevas formas de comunicación en la conformación de los individuos, se está encaminando a los padres a educarse en todo momento y en todo tipo de materias para apoyar a sus jóvenes, de este modo su cercanía a aquello que interesa a los adolescentes los hará también acercarse a ellos y tener temas para hacerlo. Es necesario en este caso, que sepan todo sobre sexualidad, siendo este uno de los temas que cobran mayor importancia en esta etapa, para poder informar y quitar las dudas que tengas los hijos.

Así mismo la preparación que los padres adquieran les permitirá tener una información fidedigna de la sexualidad que a la vez permitirá romper con mitos, tabúes y prejuicios en torno a ella que influyen en la familia y sus relaciones, tal como antes se menciona.

Acudir a platicas, talleres, ver películas acordes a los temas que interesan y a la edad de sus hijos, visitar páginas de internet que frecuentan los adolescentes para resolver sus dudas, tener bibliografía que ayude en esos momentos es hoy en día básico para los padres de familia que quieran tener adolescentes conscientes de lo que está sucediendo y de lo que podría suceder si actúan mal.

Es por ello que a continuación se harán algunas sugerencias confiables de fuentes de información que ayuden a los padres a acercarse y ayudar a sus adolescentes en esta etapa. Las páginas de internet, instituciones, libros, películas y demás formas de información que a continuación se presentan

permitirán a los padres de familia aclarar a los adolescentes sus dudas en cuanto a sexualidad se refiere, así mismo, para que los adolescentes y padres sepan, a donde dirigirse si quieren conocer un poco más de temas de su interés, como amor, sexo, noviazgo, enfermedades de transmisión sexual, amigos, escuela, familia, etc.

Sin embargo algunas de estas fuentes son únicamente recomendadas para los adultos, quienes tendrán que juzgar si son óptimas para que los adolescentes las consulten, ya que en algunas podría complicarse para ellos rescatar información que les sea útil, y que padres o maestros podrían explicar y hacerla llegar de manera mucho más comprensible y crítica.

## **5.1 Instituciones que brindan ayuda e información**

- Comisión de derechos humanos del DF.
- Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, A.C. (MexFam)
- Instituto de la Juventud del Distrito Federal (InJuve)
- Instituto de las Mujeres (InMujeres)
- Centro de Orientación para Adolescentes (CORA)
- Grupo de Información en Reproducción Elegida (GIRE)
- Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir A.C.
- Secretaria de Salud del Distrito Federal
- Católicas por el derecho a decidir
- Centro de terapia y apoyo a víctimas de delitos sexuales
- Programa de atención a jóvenes
- Clínicas de atención especializada

## **5.2 Películas que pueden ayudar a tratar temas complejos a padres de familia**

- Las edades de lulú
- La primera noche
- Lolita
- Soñadores
- Juno
- Kids
- De la calle
- A los 13
- Juego sexuales
- Historia americana X
- La sociedad de los poetas muertos
- Trainspotting
- Ciudad de Dios
- Inocencia interrumpida
- Tesis
- Cielo dividido
- Secreto en la montaña
- Sin nombre
- Perfume de violetas
- Los muchachos no lloran
- La vida en rosa
- Vidas maltratadas
- Secretos de familia

### 5.3 Bibliografía recomendada para padres e hijos

- Abenoza, R. (1994). Sexualidad y juventud. Historias para una guía. Madrid. Popular. Original texto que plantea los contenidos básicos para secundaria añadiendo fichas con juegos y ejercicios muy útiles dentro del aula.

- Altable, C. (1991). Penelope o las trampas del amor. Madrid. Mare Nostrum.

- Barbach, L. (1991). Los secretos del orgasmo femenino. Barcelona. Martínez Roca. Un libro que habla claramente de como una mujer puede conseguir un orgasmo.

- Barragán Medero, F. (1991). La educación sexual. Guía teórica y práctica. Barcelona. Paidós. Contiene mitos sobre educación sexual, evolución, metodología y objetivos de la educación sexual.

- Brunckner, P. y Finkitargut, A. (1979). El nuevo desorden amoroso. Barcelona. Anagrama. Una nueva perspectiva de la sexualidad y una crítica de los dogmas implantados por aquellos que se dedican a la misma.

- Calderone, M.S. y Ramey, J.W. (1987). Como hablar con tus hijos sobre sexo. Barcelona. Granica. Existe una edición de 1990 en Círculo de Lectores. Dirigido a padres y madres con hijos hasta 12 años.

- Cassell, C. (1988). Con toda sinceridad. Como hablar con los adolescentes de amor y sexualidad. Barcelona. Grijalbo. Dirigido a padres y madres de adolescentes. Lenguaje claro y concreto.

- Cholette-Perusse, F. (1984). La sexualidad explicada a los hijos. Barcelona. ATE. Libro práctico y didáctico, estructurado en preguntas y respuestas.

- Colectivo Harimaguada. (1991). Carpetas didácticas de educación afectivo-sexual para la escuela. Las Palmas: Gobierno de Canarias. Dirección General de Promoción Educativa M.E.C. Guías didácticas para el profesorado y cuaderno de experiencias ejemplificadoras.

- Comfort, A. (1990). El adolescente: sexualidad, vida y crecimiento. Barcelona. Blume.

- Coussins, J. (1991). Hazlo bien, hazlo seguro. Barcelona. Médici. Aborda la anatomía, fisiología, conductas, control de natalidad, ETS, prevención de SIDA, aborto. Lenguaje muy asequible.

- De Kervasdoue, A. (1994). Cuestiones de mujeres. Madrid. Alianza Editorial. Libro de fácil lectura y comprensión que hace un recorrido por los aspectos evolutivos de la sexualidad femenina. También trata en profundidad la planificación familiar y las cuestiones médicas relacionadas con la mujer.

- Dexeus, S. y otros (1986). La contracepción hoy. Barcelona. Salvat. Estudio detallado de los métodos anticonceptivos.

- Duran, D. (1997). Ciclo bis. Barcelona. La Galera. Novela divertida que además introduce informaciones básicas de educación sexual. A partir de trece años.

- Equipo Aula Abierta (1991). Sexualidad y vida sexual. Barcelona. Salvat. Incluye aspectos básicos sobre sexualidad. Está ilustrado. Se complementa con aspectos puntuales como la fisiología o los anticonceptivos.

- Fernández, E. y Mústieles, D. (1997). Las mentiras de la sexualidad. Mitos y errores. Madrid. Olalla. Mitos y errores más frecuentes sobre sexualidad, anticoncepción, anatomía, relaciones de pareja, SIDA, etc. Escrito por profesionales del Centro Joven de Madrid.

- Font, P. (1990). Pedagogía de la sexualidad. Barcelona. UCE. Universidad de Barcelona. Ofrece orientaciones para desarrollar la educación sexual en la escuela y para trabajar con padres/madres.

- García Fernández, J.L. (1990). Guía práctica de información sexual para el educador. Pamplona. Medusex. Incluye una serie de unidades didácticas adaptables por parte del educador/a para los escolares y adolescentes en función de su nivel educativo.

- Guasch, O. (1995). La sociedad rosa. Barcelona. Anagrama. Un recorrido muy interesante por el mundo de la sexualidad desde el punto de vista de la homosexualidad.



- Hite, S. (1992). Informe Hite. Sexualidad masculina. Barcelona. Plaza y Janes. Recoge la opinión de una gran muestra de hombres sobre sexualidad.

- Kaplan, H.S. (1991). El sentido del sexo. Barcelona. Grijalbo. Recoge los aspectos de la sexualidad más interesantes para los jóvenes de forma clara y completa.

- Kaplan, H.S. (1991). La eyaculación precoz. Barcelona. Grijalbo. Plantea ejercicios prácticos para tratar esta disfunción.

- Kaplan, H.S. (1993). Manual ilustrado de terapia sexual. Barcelona. Grijalbo. Útil para información de preguntas relacionadas con la sexualidad y disfunciones más comunes.

- Labrador, F. y otros (1994). Guía de la sexualidad. Madrid. Espasa Calpe. Una obra que contiene información básica sobre todos los aspectos relacionados con la sexualidad.

- López Sánchez, F. (1984). Educación sexual en la adolescencia. Salamanca. ICE. Universidad de Salamanca. Serie documentos didácticos. El libro es eminentemente práctico. Contiene una programación por objetivos, contenidos y actividades didácticas.

- López Sánchez, F. (1993). Para comprender la sexualidad. Pamplona. Verbo Divino. Explica de forma clara el concepto de sexualidad, el desarrollo evolutivo sexual, y la respuesta sexual, entre otros temas.

- López Sánchez, F. (1995). Educación sexual de adolescentes y Jóvenes. Madrid. Siglo XXI. Se puede usar dentro y fuera de la escuela como currículo formal o no formal, o como programas más generales de educación para la salud. Trabaja las habilidades de comunicación y la autoestima.

- Martínez, J. y Rubio, R. (1990). La sexualidad a lo claro. Madrid. Popular. Lenguaje desenfadado, dirigido a preadolescentes.

- Masters, W. H. y Johnson, V.E. (1988). El vínculo del placer. Barcelona. Grijalbo. Analiza la sexualidad desde un punto de vista innovador, desmitificando los mitos sobre sexualidad.

- Masters, W. H. y Johnson, V.E. (1996). Eros. Los mundos de la sexualidad. Barcelona. Grijalbo. Obra muy completa en la que se recorren temas como el amor, la respuesta sexual, las disfunciones sexuales...Plantea ejercicios prácticos para la pareja.

- Mayle, P. (1977). ¿Qué me está pasando? Barcelona. Grijalbo. Dirigido a prepúberes. Informa de forma desmitificadora los diferentes cambios en la pubertad.

- Nieto, J.A. (1990). Cultura y sociedad en las prácticas sexuales. Madrid. U.N.E.D. Fundación Universidad Empresa. En este manual se recogen, desde los postulados de la antropología sociocultural, actitudes, comportamientos, creencias y conductas sexuales del binomio hombre-mujer.

- Rus, A. (1997). El sexo de la A a la Z. Madrid. Temas de Hoy. Diccionario con casi 400 definiciones sobre sexualidad, anticoncepción, etc.

- Sanz, F. (1990). Psicoerotismo femenino y masculino. Barcelona. Kairos. Ejercicios prácticos para el conocimiento de la sexualidad. Nuevo enfoque de la sexualidad que nos ayudara a entenderla y desarrollarla sin miedos ni limitaciones.

- Somers, L. y Somers, B. (1990). Como hablar a sus hijos sobre el amor y el sexo. Barcelona. Paidós. Tiene numerosos ejemplos de cómo intervenir ante determinadas preguntas y situaciones.

- Soto de Lanuza, J.L. (1987). Sexualidad y minusválidos: Dos realidades frente a frente. Madrid. Popular. Libro dirigido a padres y madres, educadores/as y todas las personas cercanas a los discapacitados/as.

- Urruzola, M.J. (1991). Aprendiendo a amar desde el aula. Manual para escolares. Bilbao. Maite Canal. Escrito en un lenguaje claro y no sexista.

- Urruzola Zabalza, M.J. (1991). ¿Es posible coeducar en la actual escuela mixta? Bilbao. Maite Canal. Aporta una programación curricular de aula sobre la educación de la afectividad y de la sexualidad.

- Usstler, J. (1991). La psicología del cuerpo femenino. Madrid. Arias Matanol. Este libro nos da un enfoque, que nos ayuda a entender la psicología sexual de la mujer.

- Vicent Marqués, J. y Osborne, R. (1991). Sexualidad y sexismo. U.N.E.D. Fundación Universidad Empresa. El texto analiza de forma exhaustiva la discriminación social de la mujer en razón del sexo.

- V.V.A.A. (1990). Guía para padres. Tres vol. Madrid. Cultural S.A. de Ediciones. Se trata de una enciclopedia de carácter divulgativo, que aborda entre otros temas el desarrollo de la sexualidad desde el nacimiento hasta la adolescencia.

#### **5.4. Páginas de internet para padres y jóvenes adolescentes**

- [www.educación.df.gob.mx](http://www.educación.df.gob.mx)
- [www.sds.df.gob.mx](http://www.sds.df.gob.mx)
- [www.dif.df.gob.mx](http://www.dif.df.gob.mx)
- [www.cultura.df.gob.mx](http://www.cultura.df.gob.mx)
- [www.inmujeres.df.gob.mx](http://www.inmujeres.df.gob.mx)
- [www.jovenes.df.gob.mx](http://www.jovenes.df.gob.mx)
- [www.mexfam.org.mx](http://www.mexfam.org.mx)
- [www.gentejoven.org.mx](http://www.gentejoven.org.mx)
- [www.gire.org.mx](http://www.gire.org.mx)
- [www.ilsb.org.mx](http://www.ilsb.org.mx)
- [www.plannedparenthood.org](http://www.plannedparenthood.org)
- [www.salud.gob.mx/unidades/conasida](http://www.salud.gob.mx/unidades/conasida)
- [www.conapred.org.mx](http://www.conapred.org.mx)
- [www.andar.mx](http://www.andar.mx)
- [www.ddeser.org](http://www.ddeser.org)

## 5.5. Teléfonos de ayuda

- *CDH-DF: Comisión de los Derechos Humanos del DF*

52-29-56-00

- *DIVERSITEL: La línea de la diversidad sexual*

35-74-01-00/01-800- 8-21-22-97

- *TELSIDA*

52-07-40-77/01-800-7-12-08-86

- *DDESER: red por los derechos sexuales*

91-80-43-55/91-80-43-64

- *Unidad de atención a la juventud*

55-73-75-91

Sin embargo los temas relacionados con la sexualidad no se agotan aquí, hay muchas cosas que se deben rescatar, y que están en constante transformación al igual que los individuos, y que con su evolución permitirán ahondar aun más en el tema, sin lograr agotarlo.

## CONCLUSIONES Y REFLEXIONES FINALES

Como ya se vio a lo largo de estos cinco capítulos, incluyendo la propuesta de taller, si algo pudiéramos decir que hace falta en las familias de hoy en día, es una comunicación abierta y clara, hace falta que los padres rompan todas las barreras y derriben su vergüenza para poder entender, comprender y saber lo que a sus hijos interesa.

La comunicación es fundamental para el desarrollo humano y lo fue y es para los pueblos de ayer y hoy, compartir lo que se siente, cree y piensa ayuda a aprender y conocer cosas a través del intercambio de puntos de vista, y aunque como dicen, *nadie experimenta en cabeza ajena* realmente es de mucha utilidad prever lo que pasaría con algunos actos antes vividos por otros, los padres podrían ayudar en este aspecto.

Es claro ya que por lo tradicional de las familias mexicanas que eso ocurra resulta complicado, sin embargo, con una buena educación de aquellos que pueden cambiar el rumbo del planeta ya no sería un sueño que los adolescentes externen sus dudas a los seres más cercanos y que brindarán un apoyo incondicional a lo largo de sus vidas: Sus papás.

Pero no basta solo con poder hablar abiertamente, sino también con poder resolver dudas de manera congruente con lo que se vive y de modo claro, y es increíble que eso se intente en la escuela y no en casa, que se dejen de lado cuestiones que se considera se trataran en otro ámbito, cuando puede hacerse de manera equivocada y perjudicial para los jóvenes.

La sexualidad, más que muchos otros temas es complicada de hablarse en casa, sin saber la importancia que tiene en la vida de los individuos que reprimen lo que sienten o piensan respecto a ella por cuestiones morales o religiosas que en el hogar lo impiden. Padres e hijos deben de saber la presencia tal vez invisible de ella en cada paso que dan desde el momento mismo de su nacimiento, y aunque resulte increíble para muchos, es algo con lo que se nace y se muere, que jamás se desprende de nosotros.

Debe quedar claro para todos la importancia de ella, lo fácil que sería hablarles a los jóvenes de todo tipo de temas si desde siempre se hiciera, si desde pequeños se les enseñara a tratar las cosas como son, sin tapujos y sin vergüenza al expresar sus dudas y curiosidades por aquello que los rodea, sea lo que sea, y que mejor que sea en casa donde todo esto se trate en principio.

Puede ser muy sencillo ayudar a las familias a trabajar temas complicados para ellas, un modo de hacerlo es con la propuesta de taller que aquí se presento, y que no busca más que abrir canales totalmente cerrados en casa para facilitarles el intercambio de ideas sin tratar de que los padres dominen el comportamiento de sus hijos, solo que guíen y orienten hacia aquello que más les convenga, repito, sin dominar.

Existen tantas Instituciones que podrían apoyar a los padres en estas difíciles etapas, pero poca la difusión que se les da, que pasan por alto todo el apoyo que pueden recibir de externos, que sin beneficio alguno brindan las herramientas necesarias para comprender como es que el mundo ha cambiado, y los avances que en todos tipo de cuestiones se han tenido para ayudar a los seres humanos, aunque algunos también hayan sido para perjudicar, todo es cuestión de saber cómo, cuándo y en qué se use dichos avances. Y es que en sexualidad también se ha avanzado, píldoras, condones de todo tipo, medicinas contra enfermedades, aunque no con esto diga que pueden tener relaciones a diestra y siniestra no, solo que abrir el panorama tan estrecho de los padres y sus hijos ayudara también a que sepan que esos avances son por la infinidad también de enfermedades que existen, y que pueden prevenirse si nos informamos sobre ellas, que todos esos avances de la ciencia en esta cuestión, son porque también las enfermedades han evolucionado, y saber de ellos es muy importante.

Aunque parezca un tema ya agotado, la sexualidad y su educación es una cuestión que como el hombre, crece y cambia, y por ello se debe seguir estudiando como muchas otras materias, para ayudar a comprender el por qué de algunas situaciones y a prever otras.

Ayudar a los jóvenes a entenderse y entender el mundo es y será siempre de vital importancia para todos los países, o así debería ser para modificar el mundo, este mundo que se ha limitado a decir parcialmente lo que pasa, limitando a la vez a sus habitantes con una verdad escasa, limitándolos a disfrutar de la sexualidad lo que se cree y lo que les parece, cuando hay muchas más cosas en ella que pueden vivir y conocer, no solo en un acto sexual, sino en teoría, que realmente es importante pese a que hoy en día no se crea así.



## BIBLIOGRAFÍA

Alberoni, F. (1997). "El primer amor". Barcelona: Gedisa

Alegret J. et.al. (2005). "Adolescentes: relaciones con los padres, drogas, sexualidad y culto al cuerpo". Barcelona: Graó

Alianza Nacional por el Derecho a Decidir (2005, abril). *Los derechos sexuales y reproductivos de las personas adolescentes y jóvenes*, [en línea]. Disponible en: [http://www.andar.org.mx/docs\\_pdf/D.SEX.REP.ADOLES.pdf](http://www.andar.org.mx/docs_pdf/D.SEX.REP.ADOLES.pdf) [2009, 3 de octubre]

Álvarez-Gayou, J. (2007). "Educación de la Sexualidad: ¿en la casa o en la escuela? Los géneros, la escuela y la educación profesional de la sexualidad" México: Editorial Paidós Mexicana

Aberastury, Arminda. (1990). "Adolescencia normal: un enfoque psicoanalítico". México: Paidós

Baron, Robert A. (1990) "Fundamentos de psicología" México: Prentice Hall Hispanoamérica, S.A.

Bartolomeis, F. (1985). "La psicología del adolescente y la educación". México: Roca

Batllori Guerrero, A. (1993). El adolescente y la problemática familiar. *Perfiles Educativos*, 60, 68-72.

Brenot, P. (2003). "El sexo y el amor: cómo conciliar amor, ternura, afecto y sexualidad". México: Paidós

Calixto Flores, Raúl (1994). "Nuestros cambios: desarrollo humano". México: UPN

Calixto Flores, Raúl (2000). "Imagen y percepción de la educación de la sexualidad". México: UPN

Calixto Flores, Raúl (2008). "Educación de la Sexualidad. Una necesidad en las escuelas". México: Castellanos Editores

Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2009, 20 de agosto). Ley general de Salud. En *El Diario Oficial de la Federación [en línea]*. Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/142.pdf> [2009, 5 de octubre]

Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2000, 29 de mayo). Ley para la Protección de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. En *El Diario Oficial de la Federación [en línea]*. Disponible en: [www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/doc/185.doc](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/doc/185.doc) [2009, 5 de octubre]

Cardinal de M., Cecilia (2005). "Educación sexual: un proyecto humano de múltiples facetas". Bogotá: Siglo del Hombre Editores

Carrasco Soto, R. (2007). "La sexualidad en el adolescente: conformación de la conciencia en el adolescente sobre sexualidad".

Castillo Ceballos, G. (2006). "Los adolescentes y sus problemas". México: Minos Tercer Milenio

CONAPO (1986). *Colección de La educación de la sexualidad humana. Volumen 1. Sociedad y sexualidad*. México: Editorial CONAPO.

Dolto, F. (2004). "La causa de los adolescentes". México: Paidós

Dupre, M. (2007). *Educación sexual transmisión de valores éticos. Un problema de sociedad: el ejemplo ecuatoriano*, [en línea]. Disponible en: <http://mail.ups.edu.ec/universitas/publicaciones/universitas10/contenidospdf//educacionsexual10.pdf> [2009, 27 de septiembre]

Ferrer, F. (1998). "Como educar la sexualidad en la escuela". Barcelona: Ediciones CEAC

Fize, M. (2001). "¿Adolescencia en crisis?: por el derecho al reconocimiento social". México: Siglo XXI.

Font, P. (2005). "Pedagogía de la Sexualidad". Barcelona: GRAO

Galloti A. (2000). "Guía sexual para adolescentes: todos los secretos de tu cuerpo". Barcelona: Juventud

Giberti, E. (2005). "La familia, a pesar de todo". México: Ediciones Novedades Educativas

Giommi, R. y Perrota, M. (1992). "Programa de educación sexual: los cambios, los roles sexuales, vivir la sexualidad, el juego, la amistad, el amor, la respuesta sexual, la contracepción, el nacimiento, a quien dirigimos". México: EVEREST

González, A. (1997). *Sexualidad: diversidad y humanismo*, [en línea]. Disponible en: <http://alainet.org/active/852&lang=es> [2009, 26 de septiembre]

González Núñez, J. (2001). "Psicopatología de la adolescencia". México: Editorial El Manual Moderno

González Núñez, J.et. alt. (1989). "Teoría y técnica de la terapia psicoanalítica de adolescentes". México: Trillas

Gonzales Ruiz, E. (1998). "La sexualidad prohibida: intolerancia, sexismo y represión". Barcelona: Plaza Janés

Hiriart, V. (2005). "Cómo hablar de sexualidad con sus hijos". México: Paidós

Hiriart. V. (1999). "Educación sexual en la escuela: guía para el orientador de púberes y adolescentes". México: Paidós

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (2000, 30 de noviembre). Encuesta Nacional de Juventud. En *Dirección General de Difusión [en línea]*. Disponible en: [http://prejal.oit.org.pe/prejal/docs/bib/200711210019\\_4\\_2\\_0.pdf](http://prejal.oit.org.pe/prejal/docs/bib/200711210019_4_2_0.pdf) [2010, 6 de marzo]

Jonhson W., Eric. (1993). "Educación sexual para adolescentes". Buenos Aires: Lumen-Hormé

Mendoza Flores, L. (2008). *La relación que guarda el desempeño escolar con la estructura familiar de pertenencia, de 8 adolescentes de 3º de secundaria*, tesis de licenciatura en pedagogía, México: UPN

Monsiváis, C. (2000). "Aires de familia. Cultura y sociedad en América Latina". México: ANAGRAMA

Murillo G. M. (2007). "Cómo enseñar sexualidad: para aprender el lenguaje de la sexualidad y enseñarlo". México: Pax México

Navarrete López, E. (2004). "Los jóvenes ante el siglo XXI". México: El Colegio Mexiquense

Organización Mundial de la Salud (2006). *Defining sexual health Report of a technical consultation on sexual health* Ginebra: OMS

Pérez Mendel, M. *Orientación a familias uniparentales. Una propuesta educativa*, tesina de licenciatura en Pedagogía, México: UPN

Pizá A. (2004). "Vivir y trascender en familia: a través de los valores humanos". México: Trillas

Quilodrán, J. (2008). "Los cambios en las familias vistos desde la demografía; una breve reflexión". *Estudios demográficos urbanos*, 23,7-20.

R. Martín, O. y M. Madrid E. (2005). "Didáctica de la educación sexual". Buenos Aires: SB

Romero Montoya, M. (2009). *La comunicación familiar como apoyo al autoestima del adolescente de 11 a 13 años*, tesina de licenciatura en Pedagogía, México: UPN

Ruíz Gamino, X. (2006). "Familia, escuela y educación de la sexualidad". Bogotá; Cooperativa Editorial Magisterio

Saavedra, R. et. alt. (2004). "Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor". México: Pax-México.

Savall, D. (1998). "Yo, tu y nosotros: educando la sexualidad y la afectividad". Barcelona: Octaedro

Secretaría de Educación Pública (2006). Dirección General de Desarrollo Curricular. En: *Plan nacional de Educación Secundaria [en línea]*. Disponible en: <http://telesecundaria.dgme.sep.gob.mx/formacion/planestudios2006.pdf> [2010, 25 de agosto]

Secretaría de Salud (1994, 30 de mayo). Norma Oficial Mexicana de los Servicios de Planificación Familiar. En *Norma Oficial Mexicana, NOM 005-SSA2-1993, de los Servicios de Planificación Familiar [en línea]*. Disponible en: <http://www.guanajuato.gob.mx/ssg/prescripcion/normas/005SSA23.pdf> [2009, 5 de octubre]

Subsecretaría de Educación Básica (2010, agosto). *Reforma Integral de la Educación Básica, [en línea]*. Disponible en:

<http://basica.sep.gob.mx/reformaintegral/sitio/index.php?act=buscardorlibros>  
[2010, 25 de agosto]

SZASZ, I. et. Alt (1998). "Sexualidades en México. Algunas aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales".

Tilman, K. (1973). "Educación de la sexualidad: problemas y soluciones".  
Barcelona: Herder

Urquidi Rosiles, W. (2010). *Taller de sexualidad infantil*, tesina de licenciatura en Pedagogía, México: UPN

Valleur, M. (2005). "Las nuevas adicciones del siglo XXI: sexo, pasión y videojuegos". Barcelona: Paidós

Van Den Berghe, P. (1983). "Sistema de la familia humana: una visión evolucionista". México: Fondo de Cultura Económica

Villareal Castelazo, M. (2009). ¡Cuidado! ¡Adolescente a la vista! *A tu salud*.  
*Revista de medicina preventiva*, 62, 29-33