



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

**EDUCACIÓN SEXUAL PARA PADRES DE ADOLESCENTES**

**TESINA  
(INFORME ACADÉMICO)**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**PRESENTA:  
MYRNA ANGELICA TORRES AGUILAR**

**ASESORA:  
MTRA. IRMA RAMÍREZ RUEDAS**

**CIUDAD DE MÉXICO, SEPTIEMBRE, 2016.**

## Agradecimientos

Dedico esta tesina a **Dios**, que me ha guiado y me ha puesto las pistas necesarias para poder vencer las dificultades que han aparecido en mi vida y poder llegar hasta esta faceta.

*A mis padres:*

Por su gran amor, protección, paciencia y grandes enseñanzas. A mi madre, que siempre me acompaña, me cuida y confía en mí y en todo lo que realizo; y a mi padre que, aunque ya no me acompaña físicamente sé que en espíritu lo hace, hoy cumpliendo este gran sueño que compartimos y que ahora se hace realidad.

*A Oscar Campos:*

Gracias su paciencia, por la felicidad, apoyo y todo el amor que siempre me da; por la confianza, por impulsarme y por ser mi compañero y cómplice en los proyectos de mi vida. Agradezco por ayudarme en este trabajo, sabiendo que es muy importante para mí.

*A la familia Campos Chavarría:*

Que siempre me procura y me demuestran su cariño. En especial por motivarme para este trabajo.

*A mi Tío Víctor Aguilar:*

Gracias por siempre cuidarme, por su amor, por sus enseñanzas y demostrarme que sin importar las circunstancias no hay obstáculos para cumplir las metas.

*A mi hermana Erika, a mi Tío Héctor Aguilar, a Clis, a mi Tía Elizabeth Aguilar y a Gilberto:*

Por orientarme, preocuparse por mi bienestar y apoyarme.

*A Irma Ramírez:*

Por su gran apoyo académico y personal, sus consejos, correcciones, conocimientos y por creer en mí.

A mis demás familiares y amigos:

Que siempre me ayudan, me dan cariño y alegran mis días.

# Índice

Introducción .....	1
Capítulo 1. Qué es la sexualidad.....	5
Componentes de la sexualidad según algunos autores.....	10
Cultura y sexualidad .....	14
Cultura.....	15
Ideas culturales sobre sexualidad.....	18
CAPITULO 2: La sexualidad en la adolescencia y en la edad adulta .....	22
Qué es la adolescencia .....	22
Características biológicas de la adolescencia .....	25
Características psicológicas en la adolescencia .....	29
El cuerpo y las sensaciones en la adolescencia.....	35
Salud sexual.....	37
Aspectos de la salud sexual .....	40
Sexualidad y edad adulta.....	41
Características biológicas de la adultez .....	42
Características psicológicas de la adultez .....	43
Conocimiento común sobre sexualidad en la adultez .....	45
Capítulo 3: Educación sexual y familia .....	47
Responsabilidad de la familia en el desarrollo del adolescente .....	47
La comunicación entre padres e hijos .....	50
Educación sexual y familia.....	52
Educación sexual y escuela.....	56
Cómo hablar de sexualidad a los adolescentes .....	59
CAPÍTULO 4: Metodología de investigación y propuesta de innovación pedagógica .....	62
Metodología.....	62
Presentación y análisis de resultados del cuestionario (revisar anexo).....	65
Taller de sexualidad para padres de adolescentes .....	71
Conclusiones .....	85
Bibliografía .....	88
Anexo .....	94

## Introducción

La educación sexual para adolescentes es un tema que preocupa a padres de familia, a docentes y a autoridades... y se ha escrito mucho acerca de él: sin embargo, los jóvenes “parece” que no lo conocieran; se informan entre amigos, conocidos, medios de comunicación, **acerca del sexo, no de la sexualidad**. En ocasiones reciben alguna información en la escuela y en otros círculos sociales, pero es en la familia donde se esperaría que se diera la primera educación sexual; sin embargo, con frecuencia esa educación es escasa o no se da, lo cual mantiene desinformados a los jóvenes, quienes adquieren la información fuera de la familia y muchas veces ésta es inexacta o equivocada.

La sexualidad es un aspecto del ser humano que está presente desde la concepción hasta la muerte; por tanto, la educación acerca de ella debería impartirse durante toda la vida. No obstante, esto no sucede, o no siempre, sino en la adolescencia, por creer que es en esta etapa cuando se desarrollan aspectos biológicos que diferencian al hombre de la mujer; esta idea limita a la sexualidad como un aspecto relacionado solo con la vida biológica o con el erotismo.

Si la sexualidad es parte de la vida, la familia debe ser el espacio donde se aprenda sobre ella, con naturalidad, sin prejuicios; esto no siempre es una realidad, ya que en ocasiones no existe comunicación clara y armónica, o los padres de familia no cuentan con conocimientos sobre sexualidad, o existen mitos y prejuicios que afectan la transmisión de conocimientos con bases científicas; esto puede limitar el desarrollo pleno de los jóvenes y es causa de que, al llegar la adolescencia, los jóvenes busquen información en otros círculos sociales, sin saber que no son los más adecuados; además, es el momento en que pueden presentarse problemas como embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, mal manejo de la sexualidad, entre otras situaciones.

La elección del tema *Educación sexual para padres de adolescentes* obedece, por

una parte, a que durante mi adolescencia no tuve, de mis padres, información que aclarara mis dudas sobre sexualidad y que me guiara en relación con el tema. Esta situación se repetía entre mis compañeras y amigas, y coincidíamos en ideas equivocadas, en información inadecuada y en dudas no resueltas.

Además de lo anterior, cuando llegaba a preguntar a un adulto (padre de familia, y aun profesores), se apenaban y decían que ellos mismos no sabían cómo hablar del tema con sus propios hijos; ni siquiera conocían bibliografía que pudiera ser útil, y, en cualquier caso, era “un compromiso” difícil de cumplir. Desde luego, algunos padres de familia esperaban que fuera la escuela la que solucionara las dudas de sus hijos.

Por otra parte, los problemas que se presentan en este grupo social, como embarazos no deseados y deserción escolar motivada por embarazos prematuros, enfermedades de transmisión sexual, etc., son muestra de que existe la posibilidad de que a los adolescentes no se les esté brindando una educación sexual que contribuya a su sano desarrollo, y conviene considerar que una educación objetiva, seria, informada, sobre sexualidad, además de pertinente desde que somos pequeños, debería ser ofrecida por los padres a los hijos, para que éstos contaran con conocimientos sobre el cuidado y manejo sano y responsable de la propia sexualidad.

El resultado de esta investigación pretende ser innovador en la medida en que se apoya en literatura científica, y está orientada a ofrecer a los padres de familia información objetiva sobre el tema, e información y estrategias para que se comuniquen con sus hijos adolescentes y que enfrenten la problemática que se presenta a veces en el seno de la familia, que es el espacio protector y formador, por excelencia, de los jóvenes.

La propuesta *Educación sexual para padres de adolescentes* pretende brindar a la sociedad, en general, elementos para reflexionar en el problema, y hacer aportaciones interesantes para mejorar la interacción en la familia, que haya una comunicación clara y eficiente y que se abran espacios para la orientación sobre

sexualidad, necesaria para los adolescentes, y contribuir de esta manera para que disminuyan embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, trastornos e ideas equivocadas sobre sexualidad, etc.

Para identificar los conocimientos e ideas que los padres tienen sobre sexualidad, cómo es la comunicación en la familia y la educación sexual que brindan a los jóvenes, se aplicó un cuestionario a 20 padres de familia de la Fábrica de Artes y Oficios “Faro Tláhuac” ubicada en Av. La Turba S/N, Tláhuac, Miguel Hidalgo, 32000, Ciudad de México. El cuestionario permitió conocer qué conocimientos tienen sobre adolescencia, sexualidad, cuáles son los temas que tratan con sus hijos y cuáles son los que más se les dificulta tratar con ellos; los resultados permitieron confirmar que hay falta de conocimientos sobre sexualidad, y prejuicios, en la mayoría, y que esta desinformación repercute en la formación de sus hijos adolescentes.

El documento se divide en cuatro capítulos:

1. Qué es la sexualidad,
2. La sexualidad en la adolescencia y en la edad adulta,
3. Educación sexual y familia,
4. Metodología de investigación y propuesta de innovación pedagógica

Conclusiones

Bibliografía

Anexos

En el Capítulo 1. Qué es la sexualidad, se registran diversos conceptos sobre sexualidad y sus componentes, y se adopta el que guía la investigación. También se revisa la influencia de la cultura en la práctica de la sexualidad.

En el Capítulo 2. La sexualidad en la adolescencia y la edad adulta, se define el concepto de adolescencia, sus características y los cambios que suceden en esta etapa de la vida, así como la salud sexual, y se describen los deseos y gustos sexuales que el adolescente experimenta. De manera breve se habla sobre la edad adulta y la sexualidad, para comprender la etapa en la que se encuentran los padres de los adolescentes.

En el Capítulo 3. Educación sexual y familia, se analiza el papel de la familia en la educación de la sexualidad del adolescente, la comunicación en familia y la educación de la sexualidad en la escuela.

En el Capítulo 4. Metodología de investigación y propuesta de innovación pedagógica, se describe cómo se realizó la investigación, se presenta el análisis del cuestionario y la propuesta pedagógica que consiste en un *Taller para padres de adolescentes*.

Al final se agregan las conclusiones, se cita la bibliografía que se ha consultado y se incluye el anexo “cuestionario”

## Capítulo 1. Qué es la sexualidad

En este capítulo se define el concepto de sexualidad, qué elementos la componen, las manifestaciones, ideas y mitos sobre sexualidad, el concepto de cultura y cómo ésta puede influir en el desarrollo de una persona. El propósito de este capítulo es comprender qué es la sexualidad y cómo ideas y prejuicios en la sociedad causan confusión y a veces distorsionan el concepto, así como ideas que limitan un desarrollo pleno de la sexualidad en todas las etapas de la vida.

El tema *sexualidad* ha sido tratado e investigado por muchos autores. A pesar de ello, en la actualidad los jóvenes tienen conocimientos erróneos sobre qué es, y con frecuencia sólo lo relacionan con el erotismo y con la reproducción; se dejan llevar por mitos, tabúes o creencias religiosas, y hablar de sexualidad les causa conflicto porque lo consideran un tema prohibido.

En ocasiones, al tratar el tema con adolescentes, en lugar de apoyarlos en su desarrollo se les causa confusión, pues la información que se les brinda no es siempre clara, ya sea por prejuicios o por ideas erróneas en el ámbito familiar y social, o porque, al no poder hablar de manera libre, sólo platican entre ellos y no siempre se basan en conocimientos científicos sino en comentarios, experiencias de amigos, información que se distribuye en redes sociales o en fuentes no confiables, lo que problematiza a los jóvenes más que resolver sus dudas.

En relación con lo anterior, estadísticas presentadas por el Instituto Nacional de Estadística Geográfica e Informática (INEGI) dicen que:

- Conforme a Encuesta Nacional de la Dinámica Geográfica (ENADID) 2009, 61.8% de las adolescentes de 15 a 19 años, sexualmente activas, declaró no haber usado un método anticonceptivo durante su primera relación sexual.
- Durante su juventud, las mujeres procrean gran parte de los hijos que tendrán a lo largo de su vida reproductiva, la distribución porcentual de las

tasas de fecundidad, estimadas con información de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2009 (ENADID 2009), muestra que, en México, en el trienio 2006-2008, las mujeres de 15 a 29 años de edad contribuyeron con 70.4% de la fecundidad registrada en el periodo. Cabe señalar que uno de cada siete nacimientos (15.7%) ocurridos en este trienio son de adolescentes de 15 a 19 años de edad. (2012, s/p.,: <http://www.inegi.org.mx/inegi/inegi&c=274>) [Recuperado el 12 de junio del 2014]

Lo anterior significa que a pesar de la información que circula en diversos ámbitos, todavía no hay claridad sobre el **origen natural de la sexualidad**; es decir, como necesidad biológica y, por otra parte, no hay conciencia sobre la prevención de embarazos. Por falta de conciencia se entiende el hecho de que, en general, mujeres jóvenes tienen hijos a temprana edad, o hijos que no han sido planeados, o adquieren enfermedades de transmisión sexual.

Entonces cabe preguntarse **qué es la sexualidad**. Para comprenderlo, en este caso se parte del concepto de autores como Gérman, Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz” (INPRF), Masters, y Monroy.

Gérman (2011); dice que:

La sexualidad es algo que envuelve a todo el ser humano, desde el instante de su concepción. En el momento en que se origina la primera célula, el cigoto, ésta ya tiene un código genético que la identifica como hombre o como mujer (XY o XX, respectivamente). Esto implica que todo el desarrollo físico y psíquico de la persona es sexuado, y que todo acto humano es un acto sexuado: hablar, caminar, pensar, todo se hace como hombre o como mujer (p. 23).

En otras palabras, la sexualidad es inherente al ser humano; tiene relación con el sexo, pero no lo define y se manifiesta en diversas formas culturales: vestido, gestos,

gustos, relaciones personales, etc.

El INPRF (2006) dice que:

La sexualidad es parte integral de la vida humana y eje del desarrollo. Se estructura por medio del potencial reproductivo de los seres humanos, de las relaciones afectivas y de la capacidad erótica, enmarcado siempre en las relaciones de género. (p.27)

Explica que la sexualidad de una persona, no es solo el desarrollo o las características de los órganos sexuales, o “tener sexo” con otra persona, o unirse para la reproducción; la sexualidad está conformada por los aspectos biológicos, psicológicos y sociales propios de cada individuo; es decir, las características físicas que la determinan como hombre o como mujer, su manera de hablar y de comportarse, sus pensamientos y deseos, las interacciones y manifestaciones que se presentan en las relaciones con los otros. Los comportamientos de cada persona se van modificando con las vivencias y las relaciones personales que va experimentando; es decir, familia, amigos, parejas, etc.; determinando su manera de actuar por estos grupos sociales, por las reglas y normas que se establecen en la cultura; es decir, cada persona va conformando su personalidad.

Masters (1987), por su parte, dice que:

Los aspectos biológicos que configuran el hecho de nacer hombre o mujer forman un entramado de vital importancia con los factores psicológicos y sociales que empiezan a influir en el momento del nacimiento y que siguen haciéndolo por el resto de nuestra vida. (p. 239)

Es decir, al momento de nacer, cada persona tiene rasgos biológicos que lo caracterizan como hombre o como mujer, y estos rasgos tendrán una estrecha relación con las influencias que lo rodean; por ejemplo, las ideas y costumbres de la

familia, los amigos, la escuela etc., que contribuyen al desarrollo de la personalidad.

Monroy (1977) considera a la sexualidad como "... un fenómeno bio-psicosocial que forma parte del crecimiento y de la personalidad del ser humano" (p. 17)

La idea de Monroy es semejante a la de Masters; ambos plantean la estrecha relación entre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales. En el transcurso de las etapas de desarrollo: niñez, adolescencia, adultez, vejez, se van modificando las características biológicas y las psicológicas, así como las sociales; también se presentan cambios, ya que dependiendo de la manera en que se acepten los cambios físicos del cuerpo y al interactuar y compartir ideas con las personas de los círculos sociales a los que se pertenezca, se va configurando la ideología, los pensamientos propios, las creencias y sentimientos de cada persona.

A partir de estas ideas, el concepto para el proyecto se expresa así:

*La sexualidad es un aspecto del ser humano inherente a su naturaleza, que está presente desde el momento de la concepción hasta la muerte, y se conforma por diversos aspectos que, en general son: biológicos, psicológicos y sociales.*

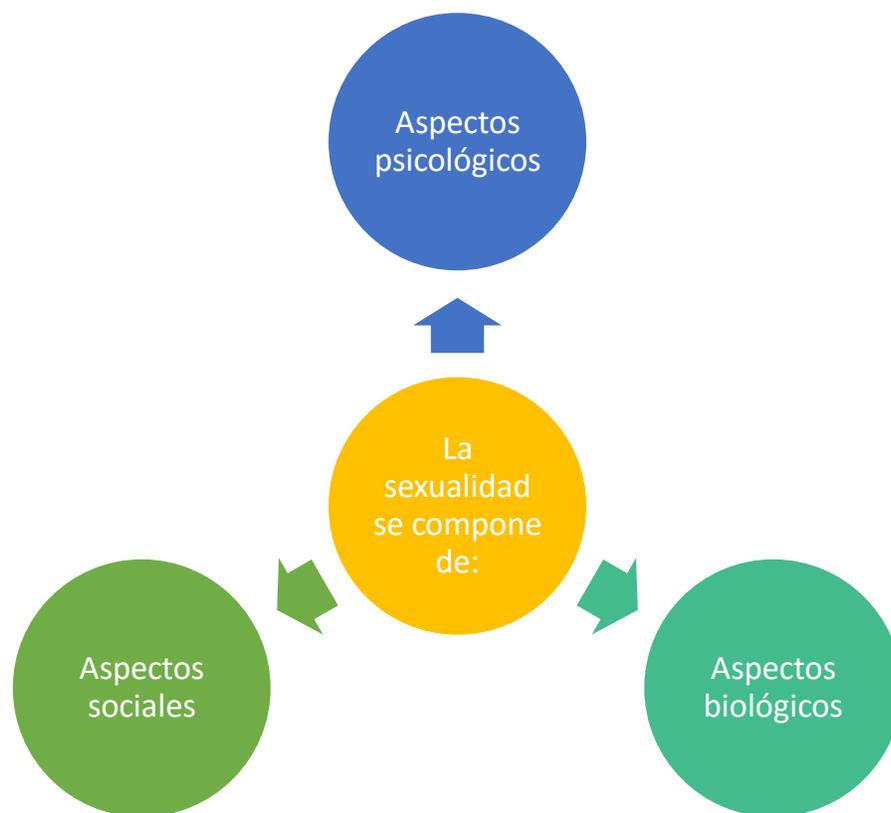
En otras palabras, todos los seres humanos somos *seres sexuados*, pero tener órganos sexuales masculinos o femeninos son solo características biológicas, físicas, que nos distinguen al nacer. La *sexualidad* es algo más complejo y multifacético, en permanente construcción en cada sujeto, de diferente manera, dependiendo del entorno en que cada uno se desarrolle; de las ideas, costumbres y reglas establecidas, etc.

Los aspectos que conforman a la sexualidad (biológicos, psicológicos y sociales) se explican de la siguiente manera:

Los *aspectos biológicos* están relacionados con los componentes físicos del ser humano: el código genético con el que se nace (XX en el caso de la mujer y XY en el caso del hombre), su estructura ósea, sus órganos sexuales.

Los *aspectos psicológicos* son los procesos de la mente que suceden en el ser humano; por ejemplo: cómo piensan, como ven el mundo y a sí mismos, cuáles son sus creencias, sus afectos, sus sentimientos, deseos, necesidades como el placer...

Los *aspectos sociales* corresponden a las relaciones humanas dentro de diferentes grupos sociales: familia, escuela, iglesia, amigos, pareja, y las ideas que se manifiestan al interior de ellos: creencias, moral, valores, costumbres; es decir, cultura.



## Componentes de la sexualidad según algunos autores

La sexualidad está compuesta de aspectos que se relacionan entre sí para conformar la que es propia de cada ser humano.

Para comprender mejor el concepto, conviene analizar diferentes perspectivas de la sexualidad, planteadas por varios autores.

Amssac (2016), quien cita a Eusebio Rubio, se refiere a los componentes de la sexualidad como los *cuatro holones*<sup>1</sup>: El holón de la reproductividad humana, el holón del género, el holón del erotismo y el holón de la vinculación afectiva interpersonal, y los explica como sigue:

El *holón de la reproductividad humana* se refiere a la capacidad reproductiva que tiene el ser humano por naturaleza, no solo se refiere a aspectos biológicos como el embarazo, parir a un ser vivo, amamantar, etc., sino también a aspectos psicológicos y sociales. En el caso de los aspectos psicológicos, se refiere al hecho de expresarse como un ser reproductivo; por ejemplo, ser padre; que no se limita a procrear sino a cuidar y educar a los hijos, ya sean biológicos o adoptados.

El *holón del género* está constituido por características que diferencian lo femenino de lo masculino y los aspectos biológicos, psicológicos y sociales que esto implica. En el aspecto biológico, el género se diferencia por las características biológicas particulares de ser hombre o mujer. En el ámbito psicológico, el género es la identidad de cada persona; la respuesta a preguntas como ¿Quién soy? ¿Qué es lo que necesito y quiero? ¿Qué me gusta?, etc., y por último lo social, se refiere a las normas que dicta la sociedad sobre las personas; lo que debe cumplir cada una de acuerdo con su género: cómo se espera que vestan, que actúen; qué actividades realicen, etc. Por ejemplo, que el hombre “debe ser fuerte y actuar de manera tosca”, y que la mujer “sea considerada más débil y tenga expresiones más delicadas que el

---

<sup>1</sup> Holón. Término que significa todo, íntegro, como un átomo o una célula. Y no es la suma de las partes, sino la integración de elementos que constituyen una totalidad.

hombre”, o el que existan trabajos o profesiones en donde predominen más hombres que mujeres, como ingeniería, albañilería, conductor de vehículos... o en el caso de las mujeres trabajos especializados en belleza, diseñadora de moda. El uso de colores rosados para niñas y azules para niños, los regalos que se les hacen a los niños (muñecas, utensilios de cocina y casitas para ellas y carros, herramientas de construcción y pelotas para ellos) ...

El *holón del erotismo* incluye todo lo relacionado con el placer sexual que se obtiene de la relación con otra persona; en ello queda incluido lo biológico, lo psicológico y lo social. Biológicamente, la funcionalidad de los órganos sexuales y las reacciones de los órganos sexuales, así como ciertos puntos del cuerpo humano al momento de sentir placer; psicológicamente, los pensamientos, representaciones sexuales generadas en la mente, los sentimientos, etc.; y en lo social, las ideas y normas relacionadas con el erotismo.

El *holón de la vinculación afectiva interpersonal* se refiere a aspectos afectivos que se desarrollan en diversos círculos sociales como la familia, la pareja, los amigos. Por ejemplo, el amor maternal y paternal que tiene origen en el nacimiento y contribuye a que la persona crezca en forma “natural, armónica”; más adelante un vínculo afectivo sano con la pareja amorosa, produce una sana interacción que cada pareja considera placentera.

Los *holones*, cada uno con sus especificidades y en conjunto como un todo, ven a la sexualidad humana en forma integral, y cómo se manifiesta de manera individual y abarca aspectos biológicos, psicológicos y sociales de los que dependen las vivencias, ideas y prácticas de cada persona.

Vega (2005), por su parte, dice que la sexualidad tiene los componentes: *vincular, erótico, corporal, ético y cognitivo* y los explica de la siguiente manera:

El *componente vincular* son las relaciones con otras personas: familia, amigos, pareja, compañeros de trabajo. Es la manifestación de deseos, gustos y amor

mediante la comunicación con estos vínculos, producida por la interacción entre dos o más personas, que cubre necesidades de ambas partes.

El *componente erótico* son aspectos relacionados con el placer, con el derecho de disfrutar con libertad, sin miedos ni prejuicios. Es decir, manifestarse sin culpas, como reír, hablar, tener conductas seductoras hacia otras personas, actividades sexuales, prácticas coitales; dar y recibir amor, satisfacer deseos, así como realizar actividades que los haga sentir plenos, como bailar, jugar, escuchar música u otras prácticas que satisfagan necesidades y los hagan felices.

El *componente corporal* se relaciona con la capacidad para auto-conocer el cuerpo; quererse y aceptarse a sí mismo; porque es el cuerpo el medio por el que cada persona puede expresar sus deseos, pensamientos y sentimientos hacia los demás. Auto-valorarse, tener la capacidad de conocerse y de satisfacer deseos; tener la capacidad de relacionarse de manera sana y plena con los demás y también entender y satisfacer los deseos de otros.

El *componente ético* está compuesto por los valores y la responsabilidad con la que se maneja la sexualidad propia y de los demás. Respetarse y aceptar las ideas y deseos, tanto propios como de los otros, como podría ser la pareja amorosa, manteniendo relaciones sanas, cuidando cada uno su cuerpo y su mente, sin riesgo de contraer enfermedades sexuales y embarazos no deseados.

El *componente cognitivo* se relaciona con la mente; son las ideas, pensamientos y creencias de cada persona sobre la sexualidad. Esto está sujeto a la información con que cuenta un sujeto y con la que se la transmiten los medios y las personas que lo rodean: familia, amigos, radio, televisión, redes sociales, así como la información que ofrecen libros, la escuela, la iglesia...

Es decir, la sexualidad se constituye de manera individual y social; es la integración de múltiples aspectos que conforman al ser: su manera de comunicarse, de relacionarse con los demás; la identidad, el género, el autoconocimiento, las

emociones, deseos, pensamientos; los procesos biológicos propios del desarrollo humano; el placer físico, las interacciones sociales, las relaciones eróticas, la reproducción, etc.

El INPRF (2006) plantea la sexualidad desde una perspectiva integral y la explica desde cinco vertientes: *reproductividad, sexo, género, erotismo y vínculo afectivo*.

Acerca de *reproductividad* dice que:

Son las características físicas como la genitalidad, dependiendo del sexo y de los cambios que se dan durante el desarrollo de cada persona. “La reproductividad no se limita al hecho biológico de poder embarazarse o ser embarazada. Hay seres humanos que no se reproducen biológicamente y son muy exitosos padres o madres.” (p. 31)

La *reproductividad* depende de las características físicas y biológicas que distinguen a cada persona, el sexo: femenino o masculino; los órganos sexuales, componentes físicos que varían entre hombres y mujeres, como el vello corporal, la forma del cuerpo, el tono de voz, las modificaciones en diferentes áreas del cuerpo, la reproducción (aspecto que no son “obligatorios” para todos los seres humanos), cambios que se presentan durante el desarrollo biológico de las personas durante la vida de cada uno.

En relación con los otros componentes dice:

El *sexo* se refiere a las características biológicas que determinan a una persona como hombre o como mujer; está formado por el sexo genético; es decir, si sus cromosomas son XX en el caso de la mujer, o XY en el caso del hombre, y el sexo anatómico, o aspectos que diferencian a cada sexo.

El *género* corresponde a comportamientos, conductas, expresiones, acciones y prácticas aceptables por la sociedad. Por ejemplo, determinar que en la familia la mujer realice las labores de la casa como planchar, lavar, barrer, cuidar a los hijos y

que el hombre salga a trabajar y se encargue del sustento económico de la familia, son “normas” aceptadas en una etapa de muchas sociedades; esto puede variar de acuerdo con la sociedad en que se encuentren, ya que cada grupo humano tiene ideas culturales diferentes.

El *erotismo* es la capacidad para manifestarse y sentir placer sexual, ya sea de manera individual o en pareja; por ejemplo, la masturbación o el estímulo en pareja, con besos, abrazos, otras caricias, o el coito.

El *vínculo afectivo* se refiere a las relaciones personales con la familia, los amigos, la pareja, y se manifiesta como cariño, afecto, simpatía, confianza, para hablar de deseos propios, proyectos; son vínculos muy fuertes con otras personas.

En síntesis, los autores que se han citado coinciden en que la sexualidad está compuesta por diversos aspectos: biológicos, psicológicos y sociales, los cuales no pueden manifestarse de manera individual, sino en conjunto, al relacionarse entre sí.

Cada persona manifiesta su sexualidad de diferente manera y no siempre existen las condiciones para satisfacer cada aspecto de la sexualidad de manera plena y libre, lo que puede causar daños en el desarrollo de la persona.

### *Cultura y sexualidad*

La cultura tiene gran importancia en la construcción de la sexualidad, ya que las ideas y creencias de una sociedad determinan en alguna forma la manera de vivir y de expresarse de cada persona. En relación con la sexualidad, es éste un tema que se ha “evitado”, sancionado y limitado en nuestra sociedad, durante muchas generaciones, por ideas conservadoras, estereotipos, prejuicios... y también por falta de información verídica, confiable. Por esto se considera pertinente abordar el tema de la cultura y su relación con la sexualidad.

## Cultura

Para entender el concepto de cultura se definirá a partir de conceptos de diversos autores:



Moral de la Rubia (2011) dice:

La cultura es una manifestación grupal de las necesidades, los intereses y los valores, así como de significados y prácticas compartidos por una sociedad. A través de estos elementos, las personas se identifican con su grupo, permitiéndoles mantenerse adheridos al mismo, y también encuentran valores con los cuales identificarse (p. 50, :<http://www.redalyc.org/pdf/316/31618563004.pdf>) [Recuperado el 21 de noviembre del 2014]

Es decir, la cultura es el conjunto de elementos, comportamientos, ideas, costumbres que, para un grupo de personas, en alguna zona geográfica es pertinente conservar y se heredan de generación en generación. Los propios seres humanos van incorporando elementos, pero también el paso de las generaciones da lugar a que las personas se adapten a la cultura heredada, al mismo tiempo que le imprimen cambios, nuevos aspectos que se incluyen y la modifican, y así como la cultura caracteriza a una sociedad, en cada familia y en cada individuo hay manifestaciones culturales propias.

La UNESCO (2015) dice que:

...la cultura puede considerarse actualmente como el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad o a un grupo social. Ella engloba, además de las artes y las letras, los modos de vida, los derechos fundamentales al ser humano, los sistemas de valores, las tradiciones y las creencias y

que la cultura da al hombre la capacidad de reflexionar sobre sí mismo. Es ella la que hace de nosotros seres específicamente humanos, racionales, críticos y éticamente comprometidos. A través de ella discernimos los valores y efectuamos opciones. A través de ella el hombre se expresa, toma conciencia de sí mismo, se reconoce como un proyecto inacabado, pone en cuestión sus propias realizaciones, busca incansablemente nuevas significaciones, y crea obras que lo trascienden. (s/p.,: <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/>) [Recuperado el 21 de noviembre del 2014].

La cultura está formada por manifestaciones materiales, espirituales, intelectuales; por ideas, valores, arte, tradiciones... y en ese marco las personas reflexionan, se expresan, se identifican como seres pertenecientes a un grupo social, y con base en las normas e ideas de la sociedad, se crean y se ejercen prácticas de sexualidad.

Rodríguez (2011) dice que:

La paradoja de la sexualidad es que cambia con la historia y se perpetúa en la cultura. Las prácticas sexuales son influidas por cambios económicos, políticos y por transformaciones discursivas, pero la moral sexual de Occidente se perpetúa al seguir prohibiendo todas las prácticas sexuales no reproductivas: la masturbación, las relaciones pre-maritales, las prácticas distintas al coito vaginal, la homosexualidad, el lesbianismo, el uso de anticonceptivos y el recurso del aborto. (p. 57)

En épocas distintas la sexualidad se ha manifestado de diferente manera, debido a ideas que se crean o se modifican, sobre prácticas ya existentes, desde los antepasados o por información que se difunde en medios de comunicación como radio, televisión, páginas web, etc., que influyen en el pensamiento de cada persona, sobre todo en jóvenes, quienes son vulnerables, en la medida en que se encuentran en la etapa de construcción de su identidad y tienden a copiar estereotipos, a repetir modelos.

En épocas pasadas, la expresión de la sexualidad estaba limitada por prohibiciones, por normas rígidas; conforme han pasado los años esto ha ido cambiando: la modernidad, las ideas liberales que se manifiestan cada vez de manera más abierta, han cambiado la manera de entender y de practicar la sexualidad, y aunque aún existen tabúes, costumbres y hasta agresiones que no permiten ejercer una sexualidad plena, estamos en el camino de comprender el fenómeno y de actuar en forma responsable.

Monroy (2002) dice que en la actualidad hablar de sexo es algo que se hace de manera más abierta, aunque puede variar de un grupo social a otro, debido a aspectos sociales, económicos, religiosos, entre otros. Sin embargo, aún existen temas censurados como: *homosexualidad*, *aborto*, *virginidad* (sobre todo la femenina), *pornografía*, *abuso sexual*. La información con mayor difusión es sobre planificación familiar y educación sexual para la prevención de enfermedades de transmisión sexual y de embarazos prematuros, pero se deja de lado el derecho de sentir placer, y sólo se enfoca desde la perspectiva de la reproducción.

Evitar el tema, o censurarlo, puede ser causa de que algunas personas no logren una vida sexual satisfactoria, además de propiciar infidelidades, de que se oculten preferencias sexuales, entre otras conductas, como temor al contratar servicios sexuales de manera personal, por teléfono o por redes sociales, sin conocer la identidad de los servidores sexuales; y en el caso de niños y adolescentes, la utilización de materiales no apropiados, o de prácticas inadecuadas, puede deberse a la falta de confianza para aclarar dudas en la familia o con personal de la escuela.

## Ideas culturales sobre sexualidad

Cada sociedad tiene diferentes ideas y creencias sobre los sucesos en su grupo. La sexualidad que practican los sujetos de una sociedad depende de la cultura y ésta influye en las relaciones de pareja y en los grupos sociales. Cuando nos referimos a ideas culturales sabemos que “Las ideas culturales son abstractas; son ideas acerca del bien y el mal, lo correcto y lo equivocado, el vicio y la virtud, etc.” (Jeffrey, 2008, p. 2001). Es decir, de la cultura se derivan ideas que califican o indican “cómo debe comportarse” cada persona en una sociedad. La cultura da idea de *qué está bien* y *qué está mal*, con base en ideas que se han ido creando en la sociedad, muchas veces sin tomar en cuenta aspectos científicos que las validen.



Algunos autores denominan mitos a estas creencias o ideas. Caudillo (2007) dice que un mito:

Es un término que se ha copiado de la lengua inglesa y que cambia su significado en la lengua castellana. En las lenguas anglosajones tiene el significado de algo fantástico, de una creencia, una falacia o una mentira, mientras que en castellano se refiere a la vinculación de algo intangible con lo tangible. Así, el mito es el elemento que vincula lo real con los aspectos simbólicos y representacionales. (p.182)

Pomeroy (1977), citado por Mc Cary, (2000) dice que “Los mitos se crean para explicar lo inexplicable y persisten, debido a que preservan las tradiciones y protegen a la gente de la ansiedad y la inseguridad; sirven como coraza, por más que no se les pueda probar”. (p. 25)

Entonces, los mitos dependen de cada cultura y se generan a partir de tradiciones o costumbres; los mitos se consideran verdaderos y aceptables; es por esto que se utilizan a veces como protección contra el miedo y para conservar dudas comunes

en el ámbito de la sexualidad; y sucede que, al haber poca información confiable, se cae en prácticas erróneas. O sea que, si en cada cultura existen ideas que no siempre son apropiadas, conviene hablar de sexualidad en forma científica para combatir los mitos.

El concepto de sexualidad... designa ciertos comportamientos, prácticas y hábitos que involucran al cuerpo, pero también designa relaciones sociales, conjuntos de ideas, moralidades, discursos y significados que las sociedades y sus instituciones construyen en torno a los deseos eróticos y los comportamientos sexuales. (Szasz, 2005, p. 11)

En otras palabras, ideas, mitos, etiquetas que se aplican a la sexualidad, tienen su origen en los conocimientos y creencias que se generan en cada sociedad, dependiendo de la época y de las ideas difundidas en los medios (desde la tradición oral, los rumores...). Otro aspecto importante es la edad de las personas, ya que, al adquirir nuevos aprendizajes, no concebirá la sexualidad de la misma manera una persona joven que una adulta, una que se haya informado o aquella que se mantenga desinformada.

Es muy interesante la reflexión de Mc Cary sobre los mitos sobre sexualidad que desarrolla en seis apartados:

*Fisiología y funcionamiento sexual:* dice que son los mitos relacionados con la funcionalidad de cada organismo en el ámbito sexual, que explican sucesos erróneos sobre coito, menstruación, capacidades sexuales, salud sexual, y algunas características y desarrollo de los órganos genitales, entre otros conceptos.

*Impulso sexual:* estos mitos se refieren a condiciones o actividades que pueden propiciar o afectar al deseo sexual, ya sea por determinadas características de la persona, el consumo de cierta comida, bebidas etc., o como consecuencias de no tener relaciones eróticas coitales con una sola pareja.

*Reproducción y control de la natalidad:* aquí se engloban creencias sobre embarazo, reproducción, planificación familiar. Por ejemplo, en qué condiciones no se logra o si se consigue un embarazo, cómo se determina el sexo de un bebé, las consecuencias de uso de algunos métodos anticonceptivos, etc.

*Homosexualidad:* los mitos que se han creado sobre homosexualidad están basados en el rechazo social o en etiquetas negativas sobre personas homosexuales, ya sea para determinar el origen o causa de sus preferencias sexuales o para identificar prácticas de los heterosexuales como tendencias homosexuales. Todo esto genera a veces humillación y rechazo hacia personas homosexuales.

*Alteraciones y anormalidades sexuales reales o imaginarias:* son ideas generadas por algunas circunstancias relacionadas con la actividad, como causas y consecuencias negativas de la masturbación, el origen de enfermedades y daños en el organismo, daños por enfermedades sexuales.

*Agresiones sexuales:* En este tema se encuentran ideas u opiniones sobre personas que cometen agresiones sexuales, y describen características de estas personas o especifican motivos para ser un agresor sexual.

Los mitos a que se refiere Mc Cary se originan en ideas erróneas, en una población específica, ya sea por falta de conocimientos, por influencia de medios de comunicación o por ideas de sentido común; esto afecta el desarrollo de las personas, ya que pueden provocar enfermedades, embarazos no deseados, conflictos sociales, si se actúa con base en lo que dicta la sociedad, en sus represiones y a pesar de que cause conflictos emocionales.

# Los mitos de la sexualidad



Se crean  
a partir  
de:



Diagrama: mitos de la sexualidad

## **CAPITULO 2: La sexualidad en la adolescencia y en la edad adulta**

La adolescencia y la sexualidad son objetos de estudio relacionados, por lo que es pertinente hablar en este capítulo de adolescencia, de los cambios que se producen en el desarrollo del adolescente en aspectos biológicos y emocionales. Por otra parte, la propuesta que se hace aquí es para ofrecer información a los padres de adolescentes; por tanto, en este capítulo se hablará también, de manera general, sobre la adultez y su sexualidad, para comprender cómo adultos, padres de familia, manejan su propia sexualidad, con la idea de que esto puede repercutir, de manera positiva o negativa en la educación sexual que ofrecen a sus hijos.

Estos temas se consideran esenciales para conocer lo que sucede en estas etapas de la vida y analizar los intereses y necesidad que les son propios, sobre todo en la sexualidad de la adolescencia, y a partir de esto establecer algunas estrategias para la educación de la sexualidad en esta etapa.

### *Qué es la adolescencia*

Para comprender qué es la adolescencia se han revisado conceptos de instituciones como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), y a autores como Monroy y otros.

La OMS, citada por la Universidad Nacional del Nordeste (UNNE), define adolescencia como "Periodo de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad reproductiva; transita los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida la independencia socio-económica y fija sus límites entre los 10 y 20 años." 2001,p.1,;[http://med.unne.edu.ar/revista/revista107/emb\\_adolescencia.html](http://med.unne.edu.ar/revista/revista107/emb_adolescencia.html))

[Recuperado el 1 de febrero del 2014]

Esta definición presenta el concepto reducido a sexo, que determina la posibilidad de reproducción y al tránsito hacia la vida adulta, con un posible límite de edad.

La UNICEF (2002) dice que

La adolescencia es una de las fases de la vida más fascinantes y quizás más complejas, una época en que la gente joven asume varias responsabilidades y experimenta una nueva sensación de independencia. Los jóvenes buscan su identidad, aprenden a poner en práctica valores aprendidos en su primera infancia y a desarrollar habilidades que les permita convertirse en adultos atentos y responsables."(p.1, :[http://prosalud.org.ve/public/documents/201008044\\_01280942620.pdf](http://prosalud.org.ve/public/documents/201008044_01280942620.pdf)) [Recuperado el 17 de marzo del 2014]

Es un hecho que durante la adolescencia se presentan cambios físicos, biológicos y psicológicos. Se desarrollan las características sexuales primarias: la menstruación en el caso de las niñas y la producción de espermatozoides en los niños, que permite en ambos la capacidad reproductiva. En este periodo se toman grandes decisiones para la vida futura, se ponen en práctica valores adquiridos durante la niñez, se busca la pertenencia a un grupo social para construir la identidad, de acuerdo con la familia, pero también al margen de ella, y se sientan bases para la edad adulta.

Velasco, en Monroy (2002) dice que

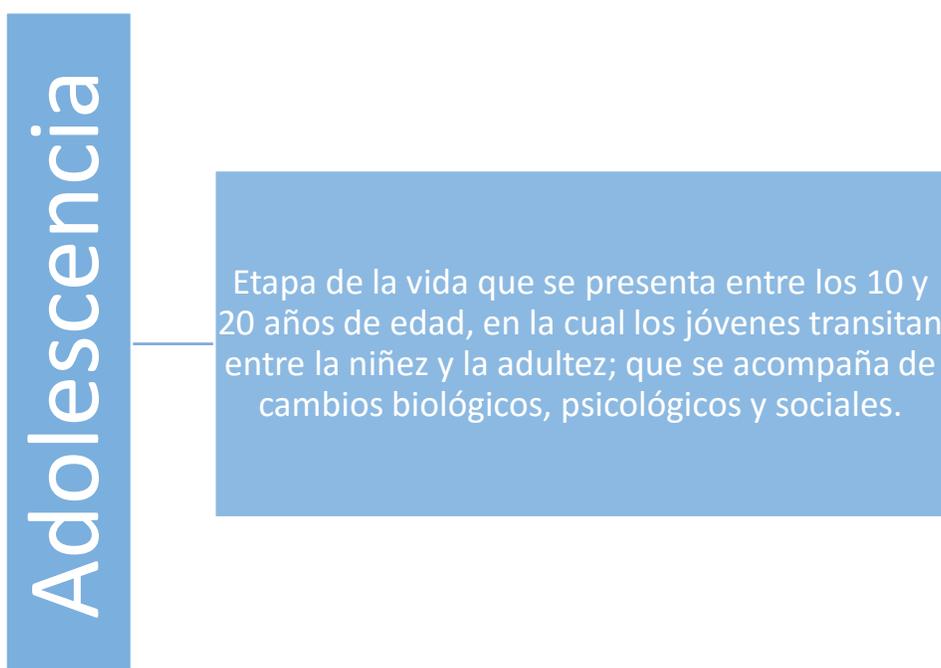
Etimológicamente, adolescencia proviene del latín *ad*: a, hacia, y *olescere*, de *olere*: crecer. Significa la condición y el proceso de crecimiento. Dicha autora define a la adolescencia como la etapa del desarrollo humano, que tiene un comienzo y una duración variables, la cual marca el final de la niñez y crea los cimientos para la edad adulta. Está marcada por cambios interdependientes en las dimensiones biológicas, psicológicas y sociales del ser humano. (p. 11)

El adolescente, al atravesar entre dos etapas: la niñez y la edad adulta, enfrenta problemas para comprender los cambios que presenta su cuerpo; la búsqueda de pertenencia a grupos de pares no siempre es "natural", tiene dificultades para decidir

qué hará en el futuro, puede padecer inestabilidad emocional, entre otros, pero también tiene experiencias positivas como vivir nuevas situaciones, interactuar con otros adolescente, compartir ideas y sentimientos, experimentar el primer amor, conocerse a sí mismo, aprender a ser independiente, etc.

Al llegar la pubertad<sup>2</sup> (entre los 10 y los 13 años) se presentan cambios biológicos en el cuerpo de los jóvenes, junto a cambios psicológicos (con frecuencia poco atendidos) surgidos en un proceso de duelo por la pérdida de la infancia, los cambios en el cuerpo, nuevas sensaciones y sentimientos...

La mayoría de los autores se refieren a un conjunto de características biológicas y psicológicas de la adolescencia, y para entender y ver la diferencia, así como el impacto en la etapa adolescente, se propone una división de características que permita su análisis y comprensión.



---

<sup>2</sup> “La pubertad es el proceso en que los niños se transforman en personas sexualmente maduras, capaces de reproducirse” (OPS, 2010, p.45: <http://publicaciones.ops.org.ar/publicaciones/publicaciones%20virtuales/libroVirtualAdolescentes/pdf/SaludBienestarAdol escente.pdf>) [Recuperado el 9 de mayo del 2016]

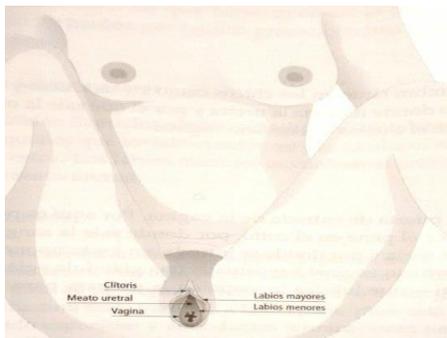
## Características biológicas de la adolescencia

Para comprender mejor los cambios que se presentan en esta etapa, los siguientes esquemas presentan los genitales del aparato reproductor femenino y del masculino, con sus nombres técnicos (al margen de los eufemismos con que se les designa en el habla cotidiana).

### *Aparato reproductor femenino*

Gallotti (2002) divide a los genitales femeninos en externos e internos. Los genitales externos son visibles y los genitales internos son los que sólo se pueden ver mediante aparatos médicos, y se encuentran en el interior del cuerpo de la mujer.

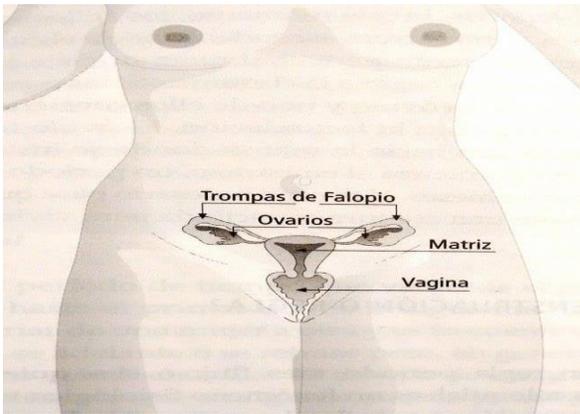
#### *Genitales femeninos externos*



(Gallotti, 2000, p. 48)

Los genitales femeninos externos son: labios mayores, labios menores, clítoris, meato uretra y vagina.

### *Genitales femeninos internos*



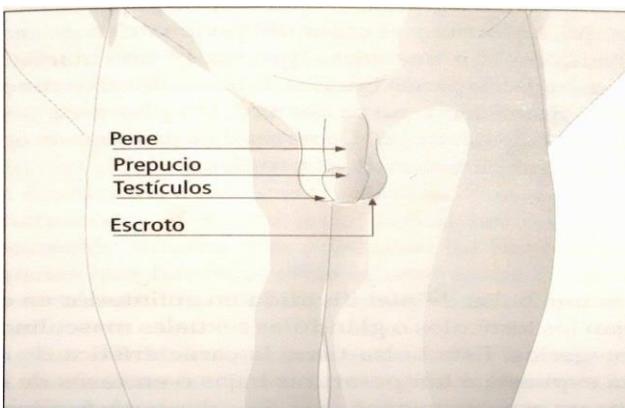
(Gallotti, 2000, p. 51)

Los genitales femeninos internos son: vagina, matriz, trompas de Falopio y ovarios.

### *Aparato reproductor masculino*

De igual forma que con los genitales femeninos, Gallotti describe los genitales masculinos como genitales externos y genitales internos.

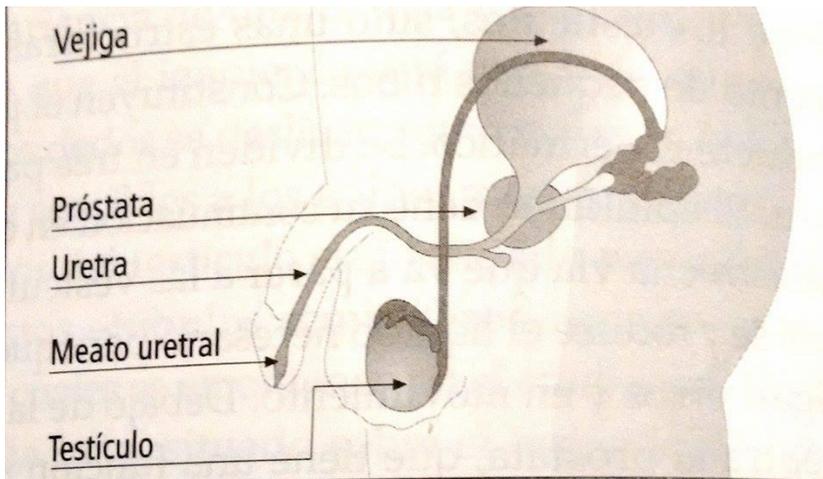
### *Genitales masculinos externos*



(Gallotti, 2000, p. 31)

Los genitales masculinos externos son: el pene, donde se encuentran la uretra, el prepucio, los testículos y el escroto.

### *Genitales masculinos internos*



(Gallotti, 2000, p. 36)

Los genitales masculinos internos son: testículos, meato uretral, uretra, próstata y vejiga.

Al llegar a la pubertad los órganos sexuales, tanto femeninos como masculinos, presentan cambios que anuncian la maduración de éstos, y los adolescentes adquieren la capacidad biológica para manifestarse sexualmente y para procrear.

La UNNE (2001) dice que el inicio de la adolescencia es el momento en que aparecen los cambios biológicos en el cuerpo y al respecto dice: en esta etapa se presentan los cambios biológicos más notables. En el caso de la mujer aparece la menstruación, que es un cambio difícil de enfrentar, y tanto en el hombre como en la mujer se desarrollan algunos órganos sexuales. La adolescencia temprana podría ser la etapa más difícil para el adolescente, ya que suceden los cambios biológicos más significativos.

Por su parte Velasco, en Monroy (2002) dice que son tres los cambios biológicos que se presentan en esta etapa, que repercuten en la psicología del adolescente: “Rápido aumento de talla, maduración de los caracteres sexuales primarios y aparición de los caracteres sexuales secundarios” (p.6)

El *aumento de talla* se refiere a un crecimiento más o menos veloz y desigual, ya que crecen las extremidades: brazos y piernas, sin que se desarrolle el tórax; a las mujercitas se les ensancha la cadera, y en ambos sexos se desarrollan los órganos internos, como los genitales, al mismo tiempo que los pulmones y el corazón crecen. Estos cambios se presentan entre los 11 y 15 años, en los hombres, y dos años antes en las mujeres; estos cambios pueden variar por factores genéticos y nutricionales, entre otros.

Respecto de la *maduración de los caracteres sexuales primarios*, dice que, al comenzar la pubertad, en el adolescente varón comienzan a madurar los órganos relacionados con la reproducción sexual.

En las mujeres comienza a crecer el útero y los ovarios, y aparece la menarquía, llamada en forma común menstruación, la que se inicia con la presencia de secreción mucosa transparente en los genitales. En los hombres crece el escroto y cambia de color, crecen los testículos, el pene se alarga y se ensancha, crece la próstata y aparecen las primeras eyaculaciones.

Respecto de la *aparición de los caracteres sexuales secundarios*, dice que son características físicas que se presentan en los adolescentes y no tienen una relación directa con la reproducción sexual. En el cuerpo de la mujer se comienzan a desarrollar las glándulas mamarias; aparece el vello púbico que al principio es escaso y lacio; sólo después es rizado y grueso; aparece también el vello en las axilas y se engruesa el vello de cara y cuerpo; se incrementa la producción de glándulas sudoríparas y sebáceas, lo que pueden causar acné y fuerte olor del sudor, además de la modificación en el tono de voz.

En el cuerpo de los hombres se desarrolla la laringe, lo que provoca una modificación de la voz; se hace más gruesa en el hombre que en la mujer; el vello del cuerpo y la cara se hace más grueso, aparece el vello púbico, axilar, la barba y las patillas; la piel se vuelve más grasa al incrementar la producción de las glándulas sudoríparas y sebáceas, lo que causa en ocasiones acné y sudor con olor más fuerte.

### Características psicológicas en la adolescencia

Las características biológicas que se presentan en esta etapa, así como otros cambios que sufre el adolescente, como nuevas sensaciones eróticas sexuales, nuevos gustos, intereses y experiencias, van desencadenando nuevos comportamientos y cambios de pensamiento.

La Universidad Nacional del Nordeste (2002) divide a la adolescencia en tres etapas: adolescencia temprana, adolescencia media y adolescencia tardía, y explican los *cambios psicológicos* de la siguiente manera:

#### Adolescencia temprana (10 a 13 años)

Los jóvenes socializan más, sobre todo con sus pares, quieren lograr diferentes metas, tienen sueños y se consideran capaces de realizar grandes cosas, sin valorar qué tan real o posible sea lograrlo.

#### Adolescencia media (14 a 16 años)

En esta etapa buscan construir la identidad y para ello se reúnen con grupos de otros adolescentes; la mayoría comienza una vida sexual activa, considerando que ya están listos y es preocupante que algunos creen que no existen riesgos. Se visten de

manera que puedan verse atractivos y a la moda. En esta etapa, algunos adolescentes se comportan rebeldes, ignoran los consejos de sus padres y enfrentan problemas; con frecuencia piensan que “nadie los entiende”.

#### Adolescencia tardía (17 a 19 años)

La adolescencia tardía es la etapa donde suceden menos cambios; el adolescente empieza a aceptar lo que pasa en esta etapa y en ocasiones se considera adulto, decidiendo de manera más seria y consciente sobre su vida intelectual y social, haciendo planes para el futuro. Se acerca nuevamente a su familia, se aleja un poco de sus amigos anteriores y establece relaciones amorosas.

Puede decirse que es al inicio de la adolescencia cuando el joven tiene más conflictos, se hace más cuestionamientos acerca de los cambios que presenta, se forma grandes expectativas y crea nuevos círculos sociales. También es posible que haya mayor rebeldía, alejamiento de los padres, acercamiento con grupos sociales de su misma edad con quienes se siente identificado y se siente incomprendido por sus padres y por otros adultos. Al finalizar la adolescencia comienza a entenderse a sí mismo y su entorno, se vuelve más centrados y cercano a su familia y se propone metas más reales para el futuro.

Velasco, en Monroy (2002) considera transitorio el desequilibrio endócrino y dice que es el origen de cambios en el área emocional, así como cambios psicológicos; es decir, que los cambios biológicos repercuten en el ámbito psicológico. Dice que cada adolescente acepta de diferente manera los cambios físicos que se presentarán en su cuerpo, dependiendo de la orientación que se le brinde, de la edad en que se presente, ya que en algunos casos pueden darse de manera temprana o tardía la presencia de los cambios biológicos, que lo afectan de manera psicológica al sentirse diferente a sus pares. Por eso se considera conveniente que padres, maestros y

personas cercanas al adolescente lo orienten y lo apoyen, en forma individual, en esta etapa de la vida.

Knobe (2009) dice que las características de la adolescencia son: Búsqueda de sí mismo y de identidad, tendencia grupal, necesidad de intelectualizar y fantasear, crisis religiosas, desubicación temporal, evolución sexual, desde el autoerotismo hasta la heterosexualidad, actitud social reivindicatoria, contradicciones sucesivas en todas las manifestaciones de la conducta, separación progresiva de los padres y constantes fluctuaciones del humor y del estado de ánimo (p. 44)

Estas características se explican como: la búsqueda de sí mismo y de su identidad, que provocan en el adolescente un proceso de duelo cuando nota las modificaciones en su cuerpo. Durante este periodo el joven se cuestiona sobre sí mismo; se pregunta ¿Quién es? ¿Cuáles son sus gustos? ¿Qué pasará en su futuro? ¿Por qué está cambiando su cuerpo? ¿Qué quiere hacer? etc., lo que le causa incertidumbre, y busca respuesta a sus dudas. Conforme va pasando el tiempo, el adolescente “madura” y comprende, en especial si tiene guía, acompañamiento, que los procesos por los que pasa son naturales y se identifica y crea su propia personalidad. La clave para que el adolescente supere el duelo de manera saludable está en el apoyo y la orientación de sus padres, si tiene con ellos una relación sana y de confianza.

Sobre la *tendencia a formar grupos*, se entiende que, al pasar por la crisis de identidad, el adolescente busca un grupo, entre sus pares, al cual pertenecer, para identificarse y dejar a un lado la dependencia de los padres, al mismo tiempo que muestra ahora dependencia al grupo social. Al encontrarse dentro del grupo, cumple los rituales, como puede ser la vestimenta, la aceptación de reglas establecidas, compartir ideología y costumbres.

La *necesidad de intelectualizar y fantasear* se presenta cuando el adolescente se siente frustrado con los cambios que le ocurren y busca la manera de compensarlo fantaseando e intelectualizando (creación de nuevos pensamientos o teorías sobre

sucesos de la vida). Relaciona cosas que conoce, pensamientos fantásticos para crear nuevos pensamientos, mundos imaginarios. Le llaman la atención temas filosóficos y sociales, para analizar y crear teorías sobre lo que pasa en el mundo e idealiza situaciones futuras para su vida. Para que el adolescente tenga ideas y expectativas positivas, es conveniente que haya tenido una infancia saludable y positiva en la relación con su familia y con el contexto social.

Las *crisis religiosas* son creencias extremas que se presentan en el proceso de identificación de sí mismo; desde no creer en algo hasta considerarse fiel a alguna figura divina. Estas creencias las utiliza como refugio para el duelo que está viviendo y al llegar a la madurez consolida sus creencias para tener una ideología más estructurada y real.

La *desubicación temporal* se presenta cuando al adolescente le resulta difícil aceptar los cambios que le ocurren y prefiere no aceptar esta nueva etapa, optando por actuar como en la niñez, ya que siente temor y no comprende qué pasará en su futuro; esto puede causar crisis temporales.

La *evolución sexual*, desde el autoerotismo hasta la heterosexualidad, se explica cómo el momento en que el adolescente comienza a auto-conocerse, a comprender las sensaciones que causa al estimularse. Conforme se va desarrollando ya no solo tiene la necesidad de estimularse; comienza la atracción por otras personas; por ejemplo, alguno de sus pares, pasando por el enamoramiento, el deseo sexual y más tarde las prácticas sexuales con una pareja.

La *actitud social reivindicatoria* se da por la influencia de la sociedad en el desarrollo del adolescente, y es la familia la primera que influye en él. Cuando el adolescente ve que la sociedad pasa por problemas económicos, políticos y sociales, busca la manera de solucionarlos expresándose y participando en grupos sociales, lo cual con frecuencia es visto por los adultos como una actitud de rebeldía.

Las *contradicciones sucesivas* en las manifestaciones de la conducta son los cambios que presenta el adolescente, muchas veces por influencia de algunos círculos sociales o por la falta de madurez propia de esta etapa.

La *separación progresiva de los padres* se da durante el desarrollo de los caracteres sexuales del adolescente; él, y los padres, sufren angustia y temor, y es necesario que los padres lo apoyen y permitan que el joven comience a independizarse. Siempre será bueno haber tenido una infancia amorosa y que existan roles definidos y fuertes en la familia, con los que pueda identificarse, para lograr un duelo sano y la maduración que se espera.

Las *constantemente fluctuaciones de humor y de estado de ánimo* se presentan cuando el adolescente busca satisfacer sus necesidades en el exterior, y no siempre puede cubrirlas; es cuando se puede aislar y refugiarse en sí mismo para comprender lo que está pasando en él y en su contexto, y puede mostrar cambios de humor muy drásticos. Estos cambios pueden ser muy variados en cada persona, dependiendo de la calidez y del apoyo que le ofrezcan las personas que lo rodean.

En síntesis, los diez aspectos que describe Knobel son trascendentes para este estudio porque permiten comprender los cambios que sufren los jóvenes en esta etapa, así como la relevancia de la familia en este proceso para un adolescente. Como puede verse, la frecuencia o la gravedad con que se presenten estas características dependen del contexto, tanto pasado como actual en que se encuentre la persona, y del apoyo que se le brinde para pasar el “duelo” por la pérdida, tanto de su cuerpo de niño como de la dependencia de sus padres, y las nuevas responsabilidades que llegan para que pueda llegar a la madurez de manera sana y confortable.

Con base en las ideas previas, se elaboró el siguiente cuadro, donde se muestra la relación entre características biológicas y psicológicas en la adolescencia:

## Cambios biológicos

Maduración de caracteres sexuales primarios: en mujeres crece el útero, los ovarios y aparece la menarquía; en los hombres crece el escroto, los testículos, el pene se alarga y se ensancha, crece la próstata y aparecen las primeras eyaculaciones.

Aparición de caracteres sexuales secundarios: En las mujeres, se desarrollan las glándulas mamarias. En hombres y mujeres se incrementan las glándulas sudoríparas y sebáceas, la aparición de vello púbico, axilar, en el cuerpo y en la cara, así como modificaciones en el tono de voz

Nuevas experiencias eróticas sexuales.

## Cambios psicológicos

Son cambios que causan dudas, conflictos, y a veces miedo porque se les desconoce.

Aceptación de los cambios biológicos.

Busqueda de identidad.

Necesidad de pertenencia a un grupo.

Alejamiento de los padres.

Nuevas sensaciones, pensamientos y deseos.

Cambios frecuentes de humor.

Sentimientos amorosos, sensaciones y deseos por otra persona.

En otras palabras, los cambios fisiológicos en la adolescencia repercuten en la mente del adolescente, lo cual da lugar a cambios psicológicos.

## El cuerpo y las sensaciones en la adolescencia

El cuerpo de cada persona se desarrolla a partir del nacimiento y durante las diferentes etapas de la vida. Las etapas de la pubertad y la adolescencia se abordan



en esta investigación, cuando ocurren cambios biológicos trascendentales que provocan nuevos intereses en el ámbito sexual del adolescente. Al comenzar estas inquietudes y deseos sexuales, se generan en los jóvenes dudas y miedos que irán comprendiendo y aclarando durante el crecimiento, que dependen en parte de la educación que se les brinde en la familia, y la que ofrezcan los maestros y los círculos sociales en los que interactúen.

Calballo (2002) dice:

El cuerpo humano está formado por diferentes zonas erógenas, las que al ser estimuladas desencadenan una compleja respuesta nervio-endocrina que a través del sistema sanguíneo (nervios parasimpáticos) produce diversas respuestas sexuales en hombres y mujeres. Conocer y reflexionar sobre la respuesta sexual humana y estar abiertos al aporte de nuevos estudios, evita comportamientos erróneos y llenos de culpa, con el consiguiente desgaste emocional, conformismo y deterioro progresivo de las habilidades emocionales. (p.35, :file:///C:/Users/MAQUINA7/Downloads/Educaci%C3%B3n%20de%20la%20expresi%C3%B3n%20de%20la%20sexualidad%20humana.pdf)

[Recuperado el 4 de enero del 2015]

El cuerpo de cada persona está compuesto por zonas sensibles a estímulos que generan sensaciones sexuales en cada una; es fundamental que las personas conozcan su cuerpo y sepan cuáles son sus capacidades y sus necesidades sexuales para que tengan una vida sexual plena, como derecho humano.

En la etapa de la adolescencia, los jóvenes aprenden a conocer su cuerpo; es decir, son conscientes de las sensaciones que les provoca tocar, acariciar y manipular sus zonas erógenas, y sobre todo sus órganos sexuales, para sentir deseo. Leiblum y Rosen, (1988) citados por Zubeidat (2003) dicen que:

deseo sexual sería resultado de la combinación de un adecuado funcionamiento neuroendocrino con una estimulación sexual provocada por dos fuentes de activación, una individual (fantasías, ideaciones, vasocongestión genital, etc.) y otra ambiental (como estar acompañado por una pareja deseada con luz ligera, por ejemplo), estando determinado por procesos sexuales intrapsíquicos e interpersonales”(p. 72, :[https://www.researchgate.net/profile/Virgilio\\_Ortega/publication/28066669\\_Un\\_estudio\\_sobre\\_la\\_implicacin\\_de\\_las\\_actitudes\\_y\\_fantasas\\_sexuales\\_en\\_el\\_deseo\\_sexual\\_de\\_los\\_adelescentes/links/0a85e52f85d6591e9f000000.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Virgilio_Ortega/publication/28066669_Un_estudio_sobre_la_implicacin_de_las_actitudes_y_fantasas_sexuales_en_el_deseo_sexual_de_los_adelescentes/links/0a85e52f85d6591e9f000000.pdf)) [Recuperado el 11 de enero del 2016]

Lo anterior significa que el deseo sexual se manifiesta por factores como fantasías, deseos, pensamientos, estimulaciones, entre otras, y en diversas situaciones, individualmente o con otras personas. Una de las maneras de conocerse y de satisfacer deseos sexuales es mediante la estimulación, también llamada masturbación. Gallotti (2000) dice que: “Masturbarse significa acariciar o frotar los órganos genitales con el objetivo de llegar al orgasmo” (p.58). La mayoría de los jóvenes realizan estas prácticas sexuales para explorar y darse cuenta de qué manera pueden obtener placer sexual, ya sea estimulándose solos o “fantaseando”, imaginando personas o cosas, viendo revistas, imágenes o videos que les provoquen placer.

A medida que los jóvenes se relacionan con sus pares, sienten atracción por el sexo opuesto, o por el mismo sexo, y en esta etapa el adolescente puede identificarse como heterosexual (atracción por el sexo opuesto) o como homosexual (atracción por el mismo sexo).

El Fondo de Población de las Naciones Unidas (UPFPA) (2010) define a la *homosexualidad* como:

La atracción y realización de relaciones sexuales sólo con personas del mismo sexo, habiendo la posibilidad de tenerlas con personas del otro sexo. Se define luego de que ha culminado la adolescencia, cuando se ha alcanzado la identidad sexual. Durante la adolescencia pueden ocurrir encuentros sexuales con personas del mismo sexo, lo cual constituye parte del proceso de maduración de la sexualidad. Esto no significa que la persona sea homosexual, ya que todavía no ha alcanzado la plena identidad sexual. Sólo al culminar la adolescencia (después de los 19 años) se puede hablar de homosexualidad. (p. 47,; <http://venezuela.unfpa.org/doumentos/Educacion%20SSR%20Guia%20Docentes.pdf>) [Recuperado el 7 de enero del 2016]

Durante la adolescencia se manifiestan nuevas sensaciones y se viven experiencias sexuales como besos, caricias; en esta etapa puede llegar a presentarse la primera relación coital. Con esta experiencia los adolescentes se van identificando como homosexuales o heterosexuales; es por esto que no es sino hasta la edad adulta cuando puede confirmarse la identidad sexual.

### *Salud sexual*

La salud sexual es fundamental para el desarrollo de cada persona, para que “libremente” tenga prácticas sexuales satisfactorias, sin enfermedades ni sentimientos de culpabilidad. Es decir, que puedan expresar su sexualidad de manera plena, a la vez que sea de manera responsable, cuidando su salud y la de su pareja.

Para definir qué es la salud sexual, se revisan documentos del Fondo de Población de las Naciones Unidas, a Serrano, a la Organización Mundial de la Salud y a la Organización Panamericana de la Salud.

El UNFPA (2010) dice que la salud sexual “Es el conjunto de métodos, técnicas y servicios que contribuyen a la salud y el bienestar reproductivos, al evitar y resolver los problemas relacionados con la salud reproductiva”.  
(s/p.,<http://www.unfpa.org.mx/salud%20sexual%20y%20reproductiva.php>)

[Recuperado el 9 de enero del 2015]

Con base en lo anterior, puede decirse que la salud sexual depende de medidas utilizadas para que las personas tengan prácticas sexuales de manera confiable, segura y sana. Serrano (2002) dice que:

La integridad de la salud es un concepto de armonía y “normalidad” que forma parte de lo social, lo psicológico y lo biológico en los individuos, familias y sociedades. Dichas interrelaciones son responsables de la presencia de factores de protección y de riesgo y en su conjunto producen como resultado la salud integral. (p. 1)

Es decir, la salud sexual no solo se refiere a aspectos biológicos como la prevención de enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, medidas de higiene, etc., sino a la práctica de una vida sexual sana, tanto biológica como psicológica y social; satisfactoria, con libertad, sin prejuicios, a la vez que con responsabilidad y ética; que propicie la satisfacción, tanto del individuo como de su pareja. Esto se obtendrá mediante educación en la familia, en la escuela y programas propiciados por la política educativa.

El OPS y la OMS (2000) dicen que: “La salud sexual es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad.”

(p.12, :<http://www.censida.salud.gob.mx/descargas/biblioteca/documentos/PROMOC.pdf>) [Recuperado el 31 de enero del 2015]

Es decir, vivir de manera saludable física, biológica y socialmente, a partir de prácticas responsables, con los debidos cuidados y con medidas que protejan tanto la salud individual como colectiva, respetando los pensamientos y deseos, tanto de la propia persona como de aquellos con quienes se relacionan, tomando en cuenta los derechos y obligaciones de cada uno.

El UNFPA (2010) considera a la Salud sexual como parte de los derechos de las personas; éstos son, derecho a:

- la salud sexual y de la reproducción,
- a adoptar decisiones con respecto a la procreación,
- a condiciones de igualdad y equidad entre hombres y mujeres y
- a la seguridad sexual y de la reproducción

Cada uno se explica así:

El *derecho a la salud sexual y a la reproducción* se cumple con los servicios que brindan los centros de salud como parte del cuidado de la salud de los hombres y de las mujeres durante toda la vida.

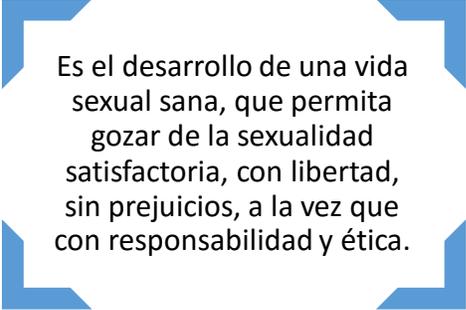
El *derecho a adoptar decisiones con respecto a la procreación* es, tanto la libertad de decisión en pareja sobre el número de hijos que tendrán, el tiempo en que se establecerá la familia y el nacimiento de cada miembro, como el derecho de acceso a la información y a medios para la planificación familiar.

El *derecho a condiciones de igualdad y equidad de hombres y mujeres* se cumple brindando conocimientos, de manera justa e igualitaria, a hombres y a mujeres, que

les permitan tomar decisiones sobre su vida sexual, de manera libre y sin discriminaciones de género.

El *derecho a la seguridad sexual y de la reproducción* es poder ejercer una vida sexual sin violencia, con seguridad y con privacidad.

### *Salud sexual*



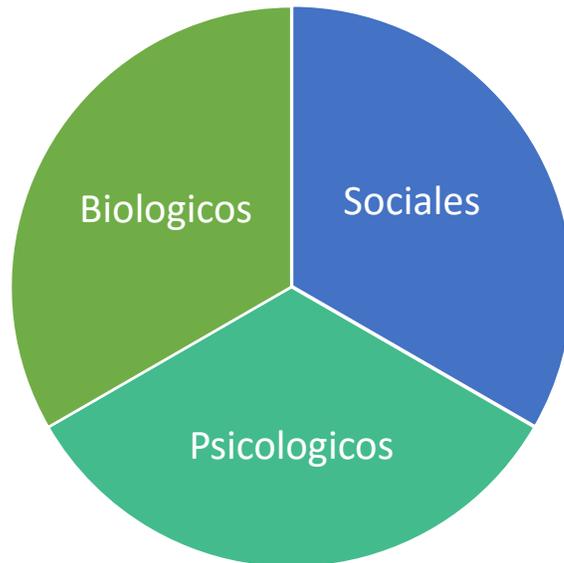
Es el desarrollo de una vida sexual sana, que permita gozar de la sexualidad satisfactoria, con libertad, sin prejuicios, a la vez que con responsabilidad y ética.

### Aspectos de la salud sexual

Los aspectos biológicos son las medidas y prácticas de higiene, de atención oportuna para la prevención de enfermedades de transmisión sexual e infecciones en los órganos sexuales

Los psicológicos corresponden al desarrollo de una vida sexual libre, sin prejuicios, a la vez que con responsabilidad y con valores.

Los sociales son las manifestaciones sexuales respeto de los demás; es decir, respeto de ideas, deseos y creencias de los demás, con respeto a la privacidad, al derecho a decidir.



### *Sexualidad y edad adulta*

Los padres de adolescentes son los principales responsables de la educación de sus hijos, y en la mayoría de los casos los más cercanos a ellos; son quienes les inculcan ideas, valores, creencias; quizá sólo por eso es pertinente comprender el periodo en que se encuentran los padres; es decir, la adultez, y revisar qué cambios biológicos suceden en ellos, cómo repercuten de manera psicológica en ellos mismos, y sobre todo, cuáles son sus ideas sobre sexualidad, ya que a partir de la información con que cuenten y de sus creencias, podrán ofrecer educación sexual a los adolescentes.

Nassar y Abarca, (1983) citados por Alpízar (2005) dicen que:

Por adulto se entiende la existencia de un ser humano quien desde un punto de vista biológico se encuentra orgánicamente desarrollado; quien, desde un enfoque económico, goza de independencia de sus padres y solvencia económica; quien, desde una perspectiva psicológica, es capaz de responsabilizarse por sus actos y de producir o realizar un aporte al medio social en el que se desarrolla, al tiempo que

presenta cualidades psicológicas con independencia de criterio.(p.2,<http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/view/10704>) [Recuperado el 6 de Diciembre del 2014]

El concepto anterior abarca aspectos del desarrollo del adulto como la madurez e incluye valores, capacidades y responsabilidades que como ser social “debe cumplir”.

La adultez es la etapa más duradera del ser humano; algunos autores la consideran desde el término de la adolescencia hasta la muerte, y para delimitarla la dividen en varios momentos. Papalia (2009) la divide en: *adultez joven*, *adultez media* y *adultez tardía*, y describe características biológicas y psicológicas que corresponden a cada etapa. Para describir las características se dividieron las biológicas de las psicológicas y se explican de la siguiente manera:

#### Características biológicas de la adultez

La adultez joven, entre los 20 y los 40 años, es la etapa en la cual generalmente las personas tienen buena condición física, grandes habilidades tanto intelectuales como físicas.

La adultez media es considerada de los 40 a los 65 años. En esta etapa pueden comenzar problemas de salud, disminución de habilidades motrices y en el caso de las mujeres, se presenta la menopausia.

La adultez tardía se da de los 65 años en adelante. A las personas que se encuentran en esta etapa también se les nombra adultos mayores y en general tienen buena salud, aunque disminuyen algunas capacidades físicas, como la rapidez para realizar actividades básicas; mentalmente son activas, aunque la memoria comienza a disminuir.

De acuerdo con lo anterior, en la adultez suceden cambios biológicos que conforme avanzan los años afectan cada vez más a la persona en la realización de diversas actividades.

### Características psicológicas de la adultez

*En la adultez joven* (20 a 40 años) los sujetos hacen planes y realizan proyectos, educativos y laborales, que determinarán las siguientes etapas de su vida; en general establecen relaciones sentimentales como casarse y tener hijos.

*En la adultez media* (40 a 65 años), en el ámbito laboral, para algunas personas puede ser el periodo en el que adquieren mayor experiencia y tienen éxito, aunque para otras puede ser lo contrario y presentar problemas como cansancio, cambios de planes, etc.; tienen capacidad para resolver problemas, con base en su experiencia; continúan construyendo su identidad; las personas que tienen hijos sienten gran responsabilidad al criarlos y existen adaptaciones en el caso de las familias que se modifican cuando se presenta la ausencia de los hijos que crecen.

Es la *adultez media*, en la cual podríamos ubicar a los padres de adolescentes (aunque esto puede variar), es la etapa en que se presentan problemas de adaptación, al tener que aceptar la independencia de los hijos, y es importante dar apoyo y orientación para que los jóvenes puedan lograr lo que se propongan.

*En la adultez tardía* (65 a más) en el ámbito laboral, es posible que las personas se jubilen, lo que les permite realizar otras actividades; en las relaciones personales pueden presentar la pérdida de seres queridos que irán aceptando con el apoyo de sus familiares. En esta etapa es básico quererse y valorarse a sí mismo.

La etapa adulta es muy amplia y en ella suceden muchos cambios, tanto biológicos como psicológicos; para comprender cómo se relacionan se presenta el siguiente cuadro:

Etapa	Características biológicas	Características psicológicas
Adulthood joven (20 a 40 años)	Buena condición física	Elaboración y realización de planes educativos y laborales, así como establecimiento de relaciones sentimentales con otras personas.
Adulthood media (40 a 65 años)	Aparición de algunos problemas de salud, cansancio con mayor frecuencia y disminución de habilidades motrices	Posibles cambios de vida laboral. Satisfacción en el trabajo; triunfos.
	En las mujeres se presenta la menopausia	Los síntomas causan en ocasiones depresión, miedo al envejecimiento y mal humor.
	Crianza de los hijos, cuando los hay.	Adaptación a la ausencia de los hijos
Adulthood tardía (65 años o más)	Disminución de algunas capacidades físicas	Puede ser causar de depresión, preocupación, tristeza, y necesidad de apoyo.
	Pérdida de la memoria	Puede causar inseguridad, preocupación y búsqueda de aceptación y apoyo de la familia.

## Conocimiento común sobre sexualidad en la adultez



Hablar de este tema es complejo, ya que el conocimiento que se tiene sobre sexualidad varía mucho en la sociedad dependiendo de la cultura, la religión, la ideología, tanto de la familia como de los círculos sociales próximos, pero en general, el conocimiento que se tiene sobre sexualidad no es muy claro, en parte debido a las ideas que por generaciones se han transmitido, por prejuicios o por limitaciones en la información.

Al hablar de la edad adulta, es más complejo considerar a la adultez como sinónimo de “no placer sexual”, no libertad, al sentir pena y temor por manifestar los deseos propios. Hammond (2002) dice que “Nos dañamos al pensar que usamos nuestro cuerpo de “manera anormal” (p. 17) Es decir, las fantasías y deseos sexuales se limitan a los pensamientos, a la imaginación, y hay sentimientos de culpa si se realizan ciertas prácticas sexuales, ya que se han creado ideas y mitos que hacen creer que “no está permitido” satisfacer los deseos sexuales sin represión.

Por ejemplo, Hammond (2002) habla de los siguientes mitos: “Las personas mayores no tienen deseos sexuales. La idea del sexo referida a las personas mayores es decididamente escandalosa y perversa. “(p. 29)

Estos mitos sugieren que la sexualidad es limitada por ideas y prejuicios, que sólo es permitida la manifestación de la sexualidad en los adolescentes o en los jóvenes, por considerarlos como personas que apenas están conociendo su cuerpo y no saben cómo contralorar sus deseos, lo cual provoca que también los limiten.

Como estos mitos existen otros que visualizan cómo no se tienen conocimientos verdaderos sobre la sexualidad. Pero puede decirse que, al contrario, en todas las etapas de la vida humana se tienen deseos sexuales, pues somos por naturaleza seres sexuados y las ideas de vergüenza y perversidad deben ser erradicadas. Lo natural es sentir deseo y manifestarlo, siempre y cuando, otra vez, sea con respeto a los demás y no dañen la salud propia o la de otros.



### **Capítulo 3: Educación sexual y familia**

En este capítulo se plantea qué es la educación sexual, la comunicación en la familia y la necesidad de una educación sexual integral en la familia y en la escuela. Analizar estos temas permite comprender cómo la familia es el núcleo principal en el desarrollo del adolescente y cómo se espera que sea aquí donde se brinde educación sexual pertinente y objetiva, mediante una comunicación clara y de confianza; se espera de la escuela que proporcione conocimientos científicos sobre sexualidad y de ser posible que ofrezca estrategias a los padres de familia para que eduquen a sus hijos sobre sexualidad.

La sexualidad, sobre todo en la adolescencia, plantea la necesidad de educación sexual integral que ofrezca orientación a los jóvenes sobre el tema. Los jóvenes reciben información en la escuela, en los medios de comunicación y de los amigos, pero en ocasiones esta información puede ser errónea o confusa, y ser causa de malas decisiones en la vida de los adolescentes.

Es necesario que cada persona, desde pequeña, como parte de su educación general, reciba información pertinente para un desarrollo sano de su sexualidad y, otra vez, es la familia la encargada de esta educación, y responsable de establecer una comunicación clara y confiable con sus hijos sobre el tema.

#### *Responsabilidad de la familia en el desarrollo del adolescente*

La familia es el núcleo, el eje en la vida del adolescente y es, por tanto, el factor social con más responsabilidad en el desarrollo de cada persona.



Olivares (2005) dice que la familia es:

Sin duda del origen. Efectivamente la familia es el punto de partida, el origen de cada uno de nosotros. Explica y justifica quiénes y cómo somos, y no solamente en los aspectos biológicos y físicos, sino en aquellos otros más significativos socialmente de conducta y hábitos. De dónde venimos marca casi inexorablemente hacia dónde vamos. No es un destino, es una herencia. (p. 1, :<http://www.revistasculturales.com/articulos/9/exit-imagen-y-cultura/531/1/una-familia-feliz.html>) [Recuperado el 3 de marzo del 2015]

Es decir, la familia es el primer círculo en el que cada persona se relaciona, en donde va construyendo la personalidad; es el espacio donde se forman los cimientos de ideas, creencias, maneras de actuar, de actuar con los demás, etc. El tipo de interacción que tenga, la educación que se le brinde, los valores que se le inculquen y las normas que rijan en la familia, determinan en gran medida el desarrollo de la persona, y propicia que haya relaciones sanas y afectivas, o, por el contrario, que la interacción sea dañina.

Caricote (2008) dice que “La familia es la principal institución en la formación de sus hijos y son responsables de que los hijos e hijas se formen exitosamente como seres afectivos, sociales, productivos, intelectuales y sexuales.” (p. 80, :<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35604010>) [Recuperado el 03 de marzo de 2015]. Caricote coincide con Olivares en que es en la familia donde los hijos obtienen las bases para su formación y tiene gran influencia en su desarrollo en la medida en que se apropia de ideas, costumbres y maneras de ser de la familia y en especial de los padres.

Es deseable que la familia se proponga que los niños, desde pequeños, se formen de manera amorosa, con valores y conocimientos racionales sobre los temas que importan a sus hijos, de acuerdo con su edad y su desarrollo intelectual, así como

que reciban información y formación sobre su sexualidad, que les permita, más adelante, tomar decisiones informadas y con responsabilidad, que satisfaga sus necesidades sin sentimientos de culpa y que establezca relaciones satisfactorias con los demás.

Estrada (2003) dice que la familia es: "...una célula social cuya membrana protege en el interior a sus individuos y los relaciona al exterior con otros organismos semejantes" (p. 11) Quiere decir que la familia es la encargada del cuidado de los hijos y de "plantar" las bases para que se relacionen al interior y con otras personas fuera del círculo familiar.

Monroy (2003) dice que: "Las demostraciones afectivas entre los padres, entre las y los niños, así como entre los padres e hijos(as) son muy importantes, pues así el niño y la niña aprenden a dar y recibir afecto." (p. 2).

Esta idea es muy importante, pues corresponde a los padres brindar un ambiente tranquilo y de confianza a todos los integrantes de la familia, así como un espacio en el cual los hijos puedan expresarse, ser escuchados y comprendidos, para que los adolescentes aclaren sus dudas y compartan sus experiencias; en otras palabras, que se sientan queridos, apoyados, comprendidos por sus padres. A pesar de esto, en muchas familias en México, a partir de que los hijos varones crecen, dejan de saludarse con un beso porque lo consideran "un acto homosexual", y esto puede causar falta de demostración afectiva y distanciamiento entre padres e hijos.

Gómez (2008) dice que:

La calidad de las relaciones del niño en la familia configura sus modelos cognitivos internos y sus relaciones con los demás. Estos modelos influyen en la percepción acerca de la disponibilidad de los otros y en su capacidad posterior para percibir apoyo, tanto de los padres como de

otras personas significativas. (pp. 108 y 109, :<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80212387006>)[Recuperado el 3 de marzo del 2015]

Cuando habla de calidad va más allá de la atención a alimentación, casa, vestido, educación. El papel de la familia, en particular de los padres, es formar y orientar a los hijos durante su crecimiento, aclarando dudas y preocupaciones, mostrando apoyo y afecto, generando bases para que se desenvuelvan satisfactoriamente en diversos ámbitos, como el intelectual, laboral, sentimental y social.

### La comunicación entre padres e hijos

La comunicación es fundamental en todas las relaciones personales, y en la familia es primordial que sea clara y de confianza y cariño; para que se dé de esta manera, cada integrante de la familia “debe” participar en las decisiones, manifestar con libertad sus deseos, gustos y preocupaciones, ser escuchado (escucharlos es una forma de conocer mejor a los jóvenes), y ser apoyado cuando se requiera.

Para hablar de comunicación, citamos a Fernández y Dahnke, así como a Watzlawick. Los primeros dicen que “La palabra comunicación proviene del latín *communis*, común. Al comunicarnos pretendemos establecer algo “en común” con alguien o, lo que es lo mismo, tratamos de compartir alguna información, alguna idea o actitud.” (1988, p. 3). La comunicación es la transmisión de ideas, deseos, sentimientos, etc., de una persona a otra persona o conjunto de personas, que comparten intereses en particular.

Watzlawick, citado en un artículo de Infoamérica (s/a) considera que la comunicación está compuesta por tres elementos: el contenido, el ambiente y la relación con los comunicantes. Es decir, participan la manera en que el emisor transmite el mensaje, el ambiente en que se encuentre y la relación que se tenga con el receptor.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2006) dice que:

...niños, niñas y adolescentes sólo legitiman una interrelación generacional si está basada en una **comunicación clara, sincera y abierta**. Si logramos establecer este tipo de comunicación, contribuiremos a la creación de nuevos vínculos entre adultos y jóvenes.

(p.23, :[www.unicef.org/argentina/spanish/EDUPAScuadernillo-3\(1\).pdf](http://www.unicef.org/argentina/spanish/EDUPAScuadernillo-3(1).pdf)) [Recuperado el 18 de noviembre del 2015]

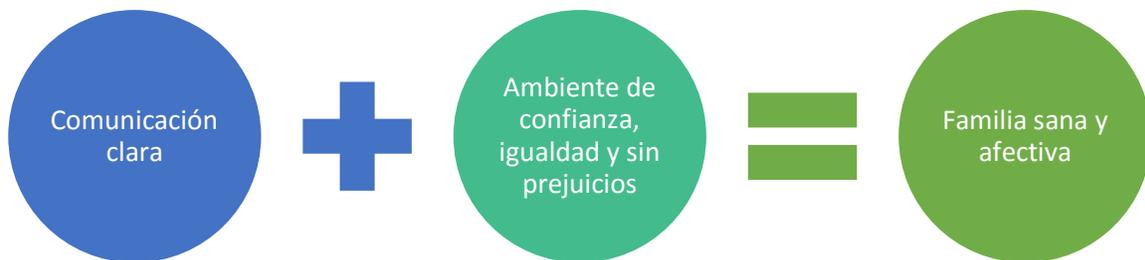
Lo que plantea la UNICEF es la necesidad de que los padres establezcan con los adolescentes relaciones en las cuales ambos puedan manifestarse de manera clara, que garanticen la confianza para expresarse y ser escuchados sin prejuicios, que se escuchen sus ideas y deseos en forma respetuosa; en fin, que el adolescente se sienta identificado con sus padres y apoyado por ellos.

La UNICEF agrega que: “Con el diálogo se promueve el intercambio y la discusión, posibilitando la inclusión de todos. Genera aprendizajes y evoluciona en el ida y vuelta entre los participantes”. (p.43) Es decir, el diálogo permite, a cada integrante de la familia, expresar sus necesidades, ideas y deseos, y establecer en conjunto acuerdos y soluciones, reglas e ideas que nutran la relación familiar y den como resultado el fortalecimiento emocional de cada integrante.

Gómez (2008) dice que:

Varios estudios han encontrado que la dificultad de comunicación con los padres se encuentra asociada a la dificultad de comunicación con los amigos, a tener malestar físico y psicológico y a un mayor consumo de tabaco y alcohol desde edades tempranas. (p. 110, :<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80212387006>) [Recuperado el 5 de febrero del 2016].

Cuando en la familia no existe la posibilidad de expresarse, de interactuar y de participar de manera equitativa entre todos los integrantes, y la comunicación no existe, se afecta el desarrollo de los integrantes; se generan problemas psicológicos como inseguridad, incapacidad de expresar sentimientos y deseos, frustración, entre otros, y limita las posibilidades de relaciones sanas, en la propia familia y en otros círculos sociales.



### Educación sexual y familia

La responsabilidad de la familia por el desarrollo del adolescente, implica la sexualidad, objetiva, sensatamente, desde que es pequeño. Ofrecerle conocimientos permitirá al adolescente decidir de una mejor manera sobre el manejo de su sexualidad.



Monroy (2003) afirma que:

... el objetivo de la educación de la sexualidad consiste en construir bases firmes para que los hombres y mujeres estén a gusto consigo mismos, y puedan funcionar eficazmente a lo largo de su vida de una manera equitativa, sana, placentera, amorosa, tolerante y respetuosa.  
(p. 7)

La educación tiene como finalidad brindar a las personas la formación necesaria para un desarrollo pleno y sano, en todos los aspectos de la vida. El mismo autor considera que: “Hablarle acerca del sexo y la sexualidad no es sólo informarle en lo concerniente a los detalles de los aspectos biológicos, sino formarle una actitud consciente, responsable y positiva hacia su sexualidad.” (p. 3)

Es decir, hablar de sexualidad no es sólo sobre reproducción y características biológicas del ser humano, sino aspectos psicológicos, de salud y de responsabilidad para el cuidado del propio cuerpo del joven, así como del respeto a las personas con quienes se relacionan.

Caricote (2008) dice que:

En nuestra sociedad, la familia mantiene su rol de núcleo fundamental en la educación de cualquier sujeto porque su influencia es decisiva en el desarrollo psicoafectivo y la conformación de la personalidad de un individuo y por ello no podemos olvidar que la educación sexual constituye un aspecto dentro de la educación integral del ser humano, del cual los padres no se pueden desentender ya que es con ellos con los cuales el ser humano establece lazos estrechos de dependencia.

(p. 80, :<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35604010>) [Recuperado el 03 de marzo del 2015]

Es decir, los padres son las personas más cercanas al niño, su guía y la base para la conformación de la identidad; es necesario que los padres le brinden educación sexual como parte su formación general, que resuelvan dudas e impartan conocimientos, valores y medidas para el cuidado de su sexualidad, siempre mediante una comunicación clara y afectiva entre padres e hijos.

Estrada (2003) dice que como parte de la interacción familiar existen áreas que la familia debe afrontar durante su desarrollo y una es la sexualidad. Afirma que:

Es importante observar que la interacción proceda hacia la búsqueda de una armonía que busque completar las áreas psíquica y biológica. Además, deberá promover la maduración del *self* a través de la reproducción y brindar un apoyo cuando aparezcan los conflictos edípicos<sup>3</sup> frente a los hijos adolescentes. También deberá ayudar a soportar los efectos del declinar en las funciones sexuales al llegar al ocaso de la vida. (pp. 34 y 35)

En la familia se “debe crear” un ambiente armonioso para que cada integrante tenga un desarrollo sexual sano; en este caso, los hijos logran manifestar su sexualidad de manera plena, solucionan conflictos propios de las etapas de su desarrollo y logran madurar con menos tropiezos.

Abad (2014) dice:

En materia sexual [mi padre] fue siempre muy abierto, como ya se vio en el episodio de la masturbación y en otros que no digo porque nada tan incómodo como mezclar el sexo con los padres. A los padres nos los imaginamos siempre asexuados, y, como dice un amigo mío, < las mamás ni siquiera hacen pipi > (p. 149)

---

<sup>3</sup> El complejo de Edipo que se presenta en los primeros años de vida del ser humano, cuando el niño o la niña se encuentra en el proceso de identificación sexual, y siente atracción por su progenitor del sexo opuesto y una rivalidad por el progenitor del mismo sexo, superándolo a los 5 años de edad aproximadamente; y es en la púber vuelven a aparecer el complejo de Edipo por los cambios que se dan en su aparato reproductor.

Este fragmento de Abad ilustra cómo fue su desarrollo en la adolescencia y cómo su padre lo orientó y lo apoyó en las decisiones sobre su sexualidad, de manera libre y sin prejuicios. En ocasiones, tratar temas de sexualidad entre padres e hijos es complicado por las ideas que los padres ya tienen arraigadas, debido a su propia educación, la que les brindó su familia, la escuela, la sociedad en general, la cultura de su época y por eso el autor habla de cómo los hijos visualizan a los padres: “asexuados” es una idea común, ya sea porque es un tema prohibido o porque normalmente la sexualidad se considera propia de los jóvenes.



## *Educación sexual y escuela*

La escuela es la segunda institución social en importancia para la educación de cada ser humano, ya que después de la familia es el círculo en el cual se adquieren nuevos conocimientos, ideas, habilidades; se crean vínculos afectivos con los pares, entre otras vivencias que forman parte del desarrollo del ser humano.



No está por demás repetir: la familia es la encargada de transmitir los primeros conocimientos y de orientar a los hijos sobre el manejo de su sexualidad; a la escuela también le compete ofrecer educación y orientación al respecto, y lo hace (o debería hacerlo) durante toda la educación formal de las personas, pues la sexualidad es parte integral del desarrollo del ser; por tanto, debe ser tratado por profesionales que brinden apoyo y las “herramientas” necesarias, tanto al alumno como a los padres de familia, para un mejor manejo, objetivo, integral, de la sexualidad.

Roland (2001) en un artículo donde habla sobre por qué la educación sexual “debe ser obligatoria” en todas las escuelas, dice que:

Amigos, simplemente están mal si quieren alentar a los padres a estar al margen de la educación sexual, al enfocarse sólo en la abstinencia y nada más. ¿Por qué no se puede hablar de las dos cosas? La abstinencia definitivamente es la medida más segura, pero también debemos aceptar la realidad.

(p. 1, <http://mexico.cnn.com/opinion/2011/11/05/opinion-la-educacion-sexual-debe-ser-obligatoria-en-todas-las-escuelas>) [Recuperado el 23 de febrero del 2016]

El autor se refiere a una educación sexual integral, que sea objetiva, pertinente a la realidad de los jóvenes y del momento que viven, sin omitir temas, por prejuiciosos o difíciles que sean, o por normas que limiten la expresión sexual, de manera natural; corresponde por tanto a la escuela, impartir la información con un enfoque natural y objetivo, un aspecto biológico del ser humano.

El Gobierno de la ciudad de Buenos Aires (GCBA, 2006) dice que:

Se considera que la educación sexual consiste en el conjunto de influencias que reciben los sujetos a lo largo de toda la vida, con objetivos explícitos que inciden en: la organización de la sexualidad, la construcción de la identidad, el ejercicio de los roles femeninos y masculinos, la manera de vincularse con los demás, la formación de actitudes hacia lo sexual, la incorporación de valores, pautas y normas que funcionan como marcos referenciales sobre los múltiples comportamientos sexuales, la construcción de conocimientos sobre los distintos aspectos de la sexualidad.

(pp.10,11, :<http://www3.educacion.rionegro.gov.ar/contenidosmultimedia/wp-content/uploads/2013/03/Una-escuela-inclusiva-de-la-sexualidad.pdf>) [Recuperado el 25 de febrero del 2016]

Es decir, la sexualidad debe enfocarse desde todos los aspectos posible: biológicos, psicológicos y sociales; que el ser humano se exprese como un ser sexuado, en la forma de interactuar con las demás personas, de expresar ideas, de cumplir normas inculcadas por una determinada cultura. Los deseos, características físicas del ser humano, experiencias eróticas, relaciones eróticas coitales, etc. para generar, dar lugar al desarrollo sano de la sexualidad de los adolescentes.

La Secretaria de Educación Pública de México (SEP, 2012) define a la educación integral cómo:

Un proceso educativo continuo y progresivo, con fundamento científico, basado en un enfoque de salud y derechos humanos, cuyo propósito final es crear los medios para favorecer la integración saludable de la sexualidad en la vida adulta, individual y social... (p. 54,; <http://www.amssac.org/wp-content/uploads/2015/07/secundaria-manual-1909121.pdf>) [Recuperado el 28 de febrero del 2016]

Se espera que la escuela cuente con el apoyo de especialistas en educación sexual que tengan conocimientos científicos amplios sobre sexualidad, de manera que ofrezcan asesoría, tanto a alumnos como a padres, para el manejo de las dudas y de los conflictos que todavía se presentan.

El GCBA (2006) se refiere al manejo de la sexualidad, tanto en la escuela como en la sociedad, y toma como ejemplo los medios web:

La contradicción que se observa en nuestra sociedad es que mientras se duda si hablar o no de temas sexuales en la familia o en la escuela, los medios de comunicación social utilizan la sexualidad en distintos aspectos: para lograr mayor audiencia, banalizando las relaciones sexuales, usando sexo explícito en series y telenovelas ya sea entre adultos o adolescentes, niños y jóvenes pueden acceder a los sitios pornográficos de la web, se admiten sin cuestionar formas de recreación que exponen a los adolescentes a tener relaciones sexuales con riesgos, etc. Pareciera que lo que más asusta y molesta es poner palabras a la sexualidad, pero no la genitalidad en actos. (p.13,; <http://www3.educacion.rionegro.gov.ar/contenidosmultimedia/wp-content/uploads/2013/03/Una-escuela-inclusiva-de-la-sexualidad.pdf>)  
Recuperado el 25 de febrero del 2016]

El tema de sexualidad se trata de diversas formas y en diferentes culturas, y en la actualidad, cuando es censurado o evitado por la mayoría de la población, se ha convertido en un tema que deja de ser visto como natural, propio del ser humano y

se mira desde una perspectiva morbosa; se le da otros sentidos, fuera de la normalidad, en especial en el cine y en la TV.

Por lo anterior, resulta primordial desmitificar a la sexualidad y hablar sobre ella como parte de una educación integral, científica, en la escuela, ofrecida por especialistas o por profesores informados, e incluir a los padres de familia para conseguir, en menos tiempo una formación objetiva, libre y sana, de la sexualidad (en general) y de los adolescentes.

### *Cómo hablar de sexualidad a los adolescentes*

La sexualidad es un tema que puede ser difícil de tratar por algunas personas; al momento de que tiene hijos adolescentes, la mayoría de los padres tratan de evadir el tema para no tratarlo con sus hijos, o en ocasiones no saben cómo hacerlo o qué decir, por falta de conocimientos apropiados.

Es conveniente que los padres dialoguen sobre temas que el hijo necesita tratar en ese momento. En el caso de la sexualidad se requiere que los padres contemplen varios puntos como: la sexualidad, de manera integral, y no solo como algo referente a los genitales o al coito; tratar de saber bien sobre el tema o apoyarse en material científico o en la orientación de especialistas; brindar comprensión y confianza a sus hijos para generar un ambiente de tranquilidad y calidez que propicie tratar cualquier tema.

Domínguez (s/a) considera que: “Tener en cuenta su edad y lo que pueden digerir, darle a cada cosa su nombre y establecer una comunicación efectiva son claves [en la comunicación entre padres e hijos].” (p.1,;<http://www.sura.com/blogs/calidad-de-vida/adolescencia-hablar-sexualidad.aspx>) [Recuperado el 2 de marzo de 2016]

La sexualidad es un aspecto que va formando el ser humano durante toda la vida; por tanto, como padres, es necesario saber cuáles son los componentes de la

sexualidad para tratarlos con su hijo, dependiendo de la etapa de desarrollo, siempre en forma clara, en confianza, con base en conocimientos verídicos

*Planned Parenthood* (2014) indica que:

Los padres realmente marcan una diferencia. Podemos hablar con nuestros hijos, construir relaciones sólidas con ellos y fijarles expectativas y límites claros. Estas son formas comprobadas en que podemos ayudar a prevenir el embarazo adolescente, reducir las posibilidades de los jóvenes de contraer ETS y asegurarnos de que llevan una vida sana y gratificante. Por lo tanto, comencemos a hablar. (p. 1, : [https://www.plannedparenthood.org/esp/herramientas-para-padres/hablar-con-nuestros-hijos-sobre-sexo-y-sexualidad?\\_ga=1.185015913.1914990050.1456985587](https://www.plannedparenthood.org/esp/herramientas-para-padres/hablar-con-nuestros-hijos-sobre-sexo-y-sexualidad?_ga=1.185015913.1914990050.1456985587)) [Recuperado el 1 de marzo del 2016]

La comunicación clara y con respeto entre padres e hijos es primordial y permite que el joven se sienta en confianza para tratar cualquier tema, incluido el de sexo y sexualidad, siendo a la vez una herramienta indispensable para una adecuada toma de decisiones por parte del adolescente.

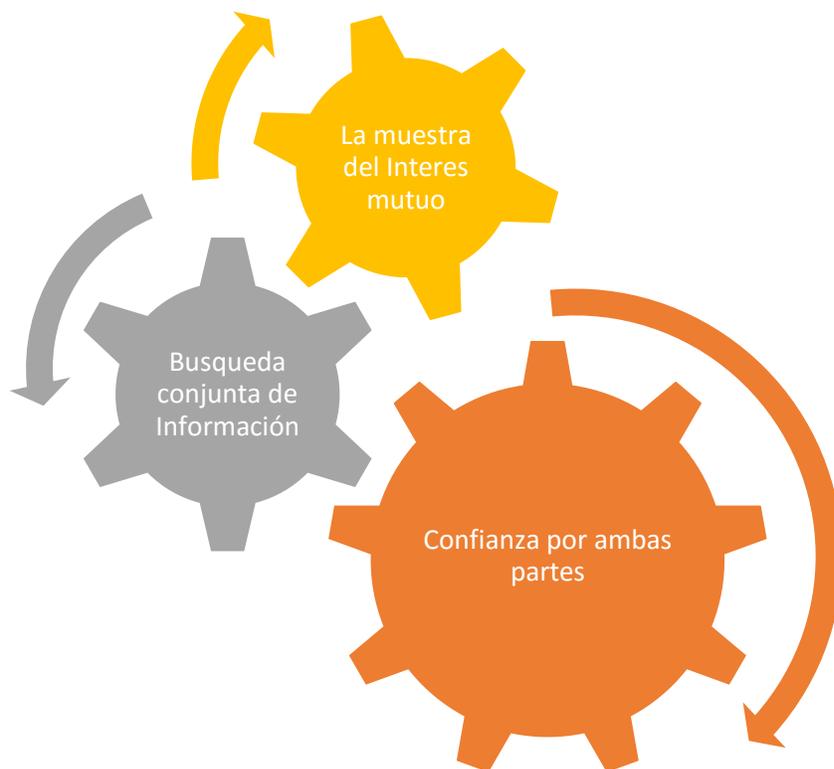
Domínguez (s/f) dice que:

Educación en sexualidad también significa ayudarlos a construir un proyecto de vida. Si el niño no tiene ocupaciones, no tiene hobbies, no tiene un proyecto, la sexualidad puede ser lo que ocupe toda su mente durante la adolescencia. Además, si tienen un norte claro sabrán qué riesgos corren si toman una decisión equivocada. (p. 1, : <http://www.sura.com/blogs/calidad-de-vida/adolescencia-hablar-sexualidad.aspx>) [Recuperado el 2 de marzo del 2016]

Brindar educación sexual a los hijos ayuda a que el adolescente tenga los conocimientos, valores y herramientas necesarios para tomar las decisiones

informadas, responsables, las mejores para su bienestar, sin afectar su cuerpo, su mente, sus proyectos y expectativas, al mismo tiempo que él no afecta la vida de otras personas.

**La sexualidad de los adolescentes debería ser responsabilidad compartida entre padres e hijos a partir de:**



## CAPÍTULO 4: Metodología de investigación y propuesta de innovación pedagógica

### *Metodología*

A partir de ideas generales sobre el tema, hice algunas indagaciones en libros y en algunos medios de comunicación sobre tópicos como: *adolescencia, sexualidad, educación sexual, familia, comunicación en la familia*, y advertí diversos problemas respecto de los adolescentes y la sexualidad, así como sobre la información que se ofrece de manera abierta, y consideré pertinente hacer la investigación dirigida a padres de adolescentes, al notar que no solo la falta de información sino problemas de comunicación en la familia, obstaculizan que los adolescentes se expresen de manera libre y con confianza, sobre todo con los padres, y la escasa educación sexual que éstos ofrecen genera problemas que subsisten en la actualidad acerca de sexualidad y adolescencia.

Para organizar las ideas formulé preguntas de investigación y objetivos relacionados con ellas:

Preguntas	Objetivos
Qué es adolescencia, sexualidad, educación sexual. Cuáles son las características de la adolescencia Qué relación hay entre sexualidad y cultura. Qué se entiende por educación sexual o educación de la sexualidad	Elaborar un marco conceptual sobre el tema.
Cómo influye la cultura en la práctica de la sexualidad	Analizar la influencia de la cultura en la concepción y práctica de la sexualidad

<p>Cuál es el papel que desempeña la familia en el desarrollo de la sexualidad del adolescente</p>	<p>Identificar y explicar en forma amplia cómo influye la familia en el desarrollo del adolescente</p>
<p>Cómo ofrecen educación sobre sexualidad los padres a los jóvenes.</p>	<p>Realizar observaciones y hacer entrevistas a adolescentes y a padres de familia, para saber cómo se tratan temas de sexualidad en el núcleo familiar</p>
<p>Cómo puede mejorar la comunicación las relaciones familiares y propiciar la oferta de información sobre sexualidad</p>	<p>Diseñar una propuesta de orientación sexual para padres de adolescentes de primer grado de secundaria.</p>

Con base en las preguntas y en los objetivos identifiqué dos variables:

Educación sexual y padres de adolescentes

Y de acuerdo con las preguntas y con los objetivos, formulé el **problema de investigación**:

*Cómo contribuyen los padres de familia en la educación sexual de jóvenes de Educación Secundaria.*

De acuerdo con la formulación del problema, la **hipótesis de trabajo** es:

*Si los padres de familia cuentan con información objetiva y pertinente sobre sexualidad, y reflexionan sobre el valor de transmitirla a sus descendientes, estarán en condiciones de orientar a los adolescentes y contribuirán a un mejor desarrollo de la vida adulta de sus hijos.*

La investigación se desarrolló como una investigación mixta, ya que cuenta con información teórica y con datos cuantitativos obtenidos mediante un cuestionario.

Se definió como Tesina “Informe académico” ya que tiene como propósito lograr la comprensión sobre qué saben, cómo lo comunican y qué necesidades tienen los padres de adolescentes para orientar a sus hijos sobre los temas relacionados con la sexualidad. Se espera que los resultados sustentan una propuesta de solución que propicie en los sujetos la toma de decisiones y que se produzcan cambios. En otro sentido, el proyecto ofrece una guía para actuar de manera razonada sobre un problema social que es muy evidente, ya que se ha investigado de manera amplia pero no termina de resolverse.

La población de la muestra estuvo formada por padres de familia con hijos adolescentes que asisten (o acompañan) a sus hijos a talleres que se imparten en la Fábrica de Artes y Oficios “Faro Tláhuac”, ubicado en Av. La Turba S/N, Tláhuac, Miguel Hidalgo, CP 32000, Ciudad de México. El rango de edad de los padres de familia es de 30 a 50 años.

El nivel socioeconómico de la población es de clase media baja, pues la mayoría son obreros y una minoría son trabajadores de Telmex. Por otra parte, una mayoría de madres de familia son muy jóvenes y la formación académica apenas llega a Educación Secundaria.

El instrumento que se aplicó es un cuestionario mixto cuyos resultados permiten sustentar la hipótesis de trabajo y los contenidos y propósitos del taller; si bien en términos cuantitativos los resultados no son generalizables porque la muestra es pequeña, son significativos para el contexto de vida real de los padres de familia.

Conviene una precisión final acerca del tipo de documento para titulación que se hizo porque no fue sencillo identificar con precisión si era un “Proyecto de Innovación Docente (Proyecto de intervención pedagógica)” o “Tesina (Informe académico)”. Opté por la segunda, “Tesina (Informe académico)”, en virtud de que se trata de “una elaboración analítica específica en torno a un problema educativo, cuyo objeto de estudio articula la reflexión y teorización que culmina en un trabajo de disertación escrita sobre el tema o problema elegido. Presentando los resultados de la aplicación de un cuestionario que dio lugar al diseño de un taller para padres de familia, que

puede ser aplicado en diversos espacios educativos.

El documento plasma un cuestionamiento sobre un problema social, desde una perspectiva crítica, y propone estrategias creativas para mejorar el problema en cuestión, a partir de los resultados de la aplicación de un cuestionario a padres de familia de adolescentes, y de la teoría en que se apoyó sobre sexualidad, adolescencia y educación de la sexualidad.

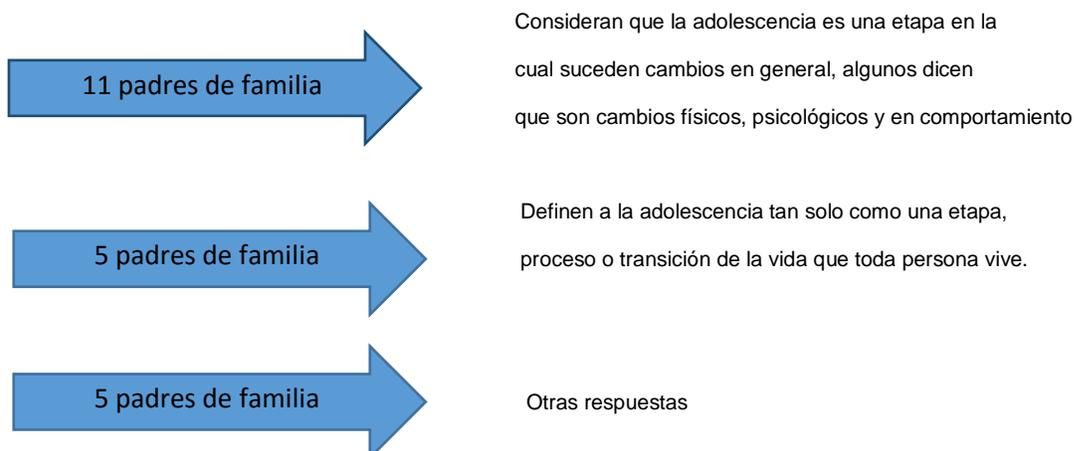
### *Presentación y análisis de resultados del cuestionario (revisar anexo)*

Se aplicaron 20 cuestionarios a padres de familia de adolescentes que acuden a talleres de la fábrica de artes y oficios Faro Tláhuac ubicado en Av. La Turba S/N, Tláhuac, Miguel Hidalgo, 32000 Ciudad de México, D.F., con la finalidad de informarnos sobre los conocimientos con que cuentan los padres sobre sexualidad y adolescencia, cómo es la comunicación con sus hijos adolescentes y de qué manera educan a sus hijos sobre sexualidad.

El cuestionario consta de cinco preguntas (con ejercicios de reflexión) y está organizado en tres categorías: Conocimientos sobre sexualidad y adolescencia, Comunicación en la familia y Educación Sexual de los padres a los adolescentes.

En seguida se encuentran las preguntas, las respuestas y los números que permiten el análisis acerca de la educación sexual en la familia.

#### 1. ¿Qué es la adolescencia? Las respuestas fueron:



Al revisar las respuestas de esta pregunta, se observa la falta de conocimiento sobre esta etapa, pues no conocen o toman en cuenta varios factores de la adolescencia.

Algunas respuestas textuales fueron: “que los adolescentes dejaron de ser niños, entran a la etapa de pueridad, donde hay cambios físicos y emocionales”, “la época difícil”, “son cambios hormonales que sufre un niño antes de ser adolescente...”, “es un cambio hormonal de un niño”, “una etapa donde se definen”, “cambios físicos como emocionales en los chicos”.

2. En este reactivo se les pidió a los padres que en la siguiente tabla señalaran los temas sobre sexualidad de los que hablan con sus hijos y los que no tratan, así como el porqué de su respuesta.

Temas	Hablo de ellos	Son difíciles	No respondió	Por qué
Cambios biológicos durante la adolescencia	18	2	0	
Deseo erótico sexual	8	9	3	
Relaciones eróticas coitales	13	5	2	
Embarazo	20	0	0	
Métodos anticonceptivos	18	2	0	
Enfermedades de transmisión sexual	19	1	0	
Homosexualidad	16	2	1	
Homofobia	15	0	5	
No hablo de sexualidad con mis hijos	6	13	1	
Otros, explíquelo	1	0	19	

Nota: En el caso de “cambios biológicos durante la adolescencia”, un padre de familia respondió que solo habla con sus hijas sobre el tema, ya que en la escuela los varones se informan él.

En la pregunta “por qué hablan de los temas o por qué son difíciles”, la mayoría de los padres coincidieron en que de lo que más hablan es de cambios biológicos, embarazo, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual.

Entre las respuestas a “por qué sí hablan”, contestaron: “Porque es importante explicarles el por qué sucede”, “sólo son temas que platicamos; por lo general, ellos saben más que yo”, “para que estén informados y no les tome por sorpresa”, “porque

me pregunta”, “es importante tocar todos los temas”,” sus amigos son homosexuales”.

Entre las respuestas de “por qué no hablan o por qué son difíciles” contestaron: “Porque soy prejuiciosa o tal vez soy homofóbica”, “porque son temas de sexualidad”, “doy por hecho que en la escuela les informan (varones)”, “no sé cómo”, “que lo haga su mamá”, “no soy experto”, “porque son temas de sexualidad”, “respeto su intimidad”, “por tabúes y prejuicios”, “les da pena, creen ya saber todo”, “hasta que me lo pida, no es el momento”.

En su mayoría, que los padres de familia hablen de sexualidad con sus hijos adolescentes es complicado, ya que algunos no conocen claramente todo lo que abarca el concepto y consideran sólo aspectos biológicos y erótico sexuales; otro aspecto que influye son prejuicios o miedos que no les permiten hablar libremente de sexualidad o no saben cómo tratar el tema.

3. En la tabla se les indicó que marcaran los cambios que han observado en sus hijos durante la adolescencia:

Maduración de los órganos sexuales	18
Caracteres sexuales secundarios: vello púbico, axilar, en cuerpo y cara	18
La menstruación y crecimiento de las glándulas mamarias, en las niñas	15
La primera eyaculación, cambio de voz, en los varones	8
Cambios de humor, de manera constante	8
Interés erótico sexual por el sexo opuesto	10
Interés erótico sexual por el mismo sexo	2
Tendencia a socializar con otros adolescentes	15
Búsqueda de identidad con grupos sociales: clubes, pandillas...	12
Comportamientos, gustos y actitudes nuevos	17
Distanciamiento de los padres y de los hermanos	10
Otra conducta (explíquela)	4

Los números de la derecha permiten inferir que los padres observan, en su mayoría, los cambios que presentan los hijos en la adolescencia, y algo que también pudo notarse fue que, al momento de contestar, los padres dudaban sobre qué cambios habían ocurrido en su hijo ya que no lo habían notado o consideraban que, aunque ya se encontraban en el rango de edad de la adolescencia, al no mostrar cambios

respecto a aspectos psicológicos no tendría por qué haber cambios biológicos. Es decir, algunos padres no contaban con suficiente información sobre la etapa de la adolescencia de su hijo.

En la opción “otra conducta” se obtuvieron repuestas como: apatía, comer mucho, y tomar decisiones propias sin consultar a los padres.

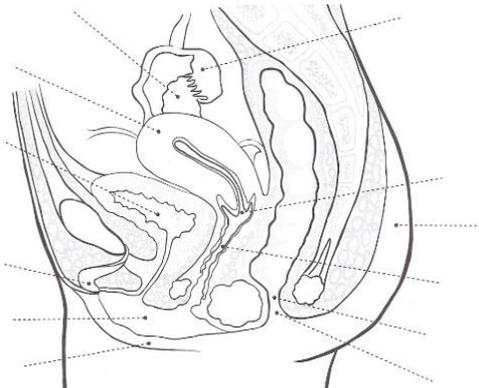
4.-En el siguiente reactivo se les pidió que escribieran una **S** en aspectos que consideraran relacionados con **sexo**, una **Sx** con aspectos de **sexualidad** y una **G** en los que correspondieran a **género**:

Descripción	Respuesta apropiada	Respuestas			
		Sexo	Sexualidad	Género	No respondió
Desarrollo de los genitales	S	8	8	4	0
Comportamiento y formas de vestir, hablar o caminar...	Sx	0	4	16	1
Sentimiento de placer en el contacto con otra persona	Sx	5	9	4	2
Elementos biológicos (sexo), psicológicos y sociales que permiten a una persona sentirse como hombre o como mujer.	G	1	6	12	1
El embarazo y la reproducción	S	10	7	2	1
Caracteres biológicos que identifican al ser humano como hombre o como mujer	S	5	2	13	0
Roles y actividades asignadas por la familia para hombres o para mujeres	G	1	0	19	0
Características femeninas o masculinas aceptadas por una sociedad, de acuerdo con normas y valores propios de una cultura y de un momento histórico	G	1	3	15	0
Preferencia afectiva por personas de otro o del mismo sexo	Sx	0	12	5	3
Búsqueda de placer, con relaciones sexuales o sin ellas	Sx	8	10	0	2

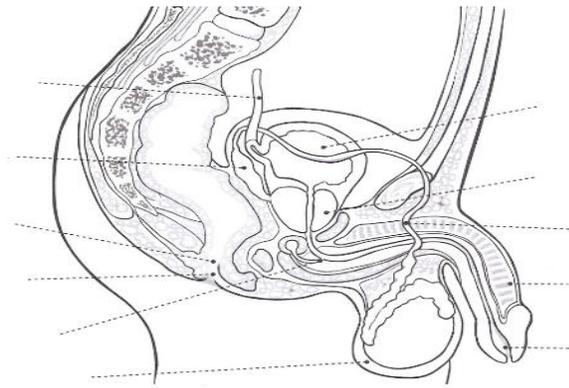
En este ejercicio, la mayoría de los padres no lograron seleccionar de manera apropiada lo que se refería a sexo, sexualidad y género. Esto hace pensar que no tienen conocimientos que les permitan diferenciar cada aspecto y conocer las manifestaciones sexuales que puede tener una persona en diferentes ámbitos.

5. Con apoyo en los esquemas del aparato reproductor femenino y del masculino, se les pidió que escribieran sobre las líneas el nombre de cada uno de los órganos.

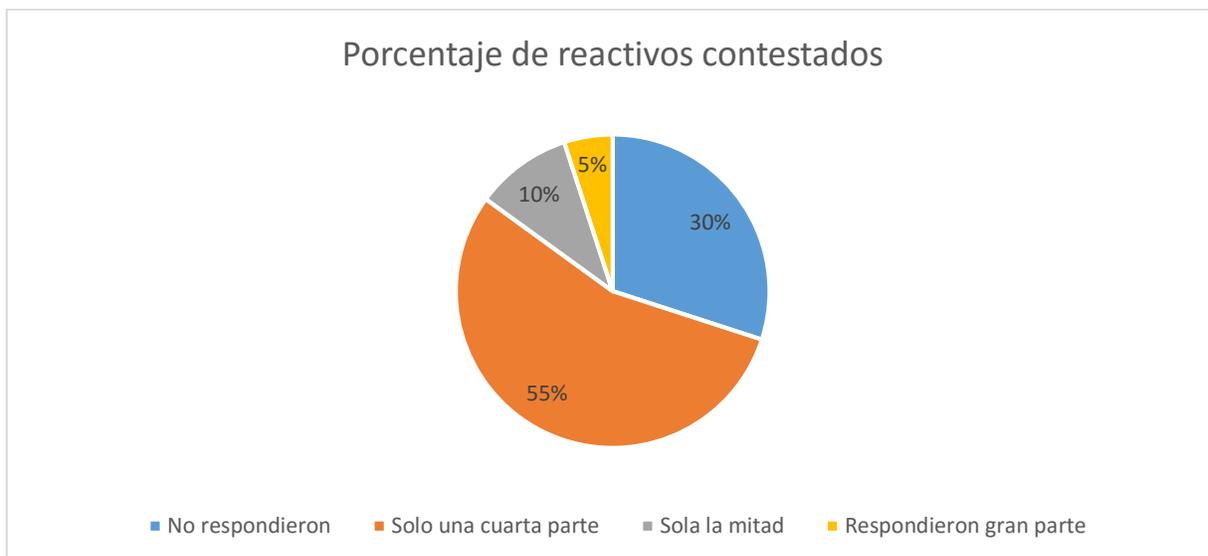
Aparato reproductor femenino



Aparato reproductor masculino



En este ejercicio, la mayoría de padres solo reconoció (o nombró) alguna parte, o no contestó. En la siguiente tabla se muestran los porcentajes relacionados con el número de respuestas.



Como muestra la gráfica, solo el 5% de los padres de familia respondieron la mayor parte de los nombres en forma correcta, los demás dejaron vacío o casi vacío el esquema, por falta de conocimiento sobre las partes del aparato reproductivo de hombres y de mujeres.

En conclusión:

En el caso de los conocimientos, no definen a la adolescencia de manera adecuada y dejan de lado varios aspectos; no conocen la diferencia entre sexo, sexualidad y género, y no conocen los nombres o quizá no identifican los órganos que componen al aparato reproductor femenino y masculino.

Acerca de educación sexual se pudo ver cómo los temas de que más hablan con sus hijos son sobre los cambios biológicos más notorios, y sobre embarazo, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual; en el caso de relaciones eróticas coitales, homosexualidad y deseo, les resultó difícil hablar de ellos debido a prejuicios, pena, y falta de conocimientos o de estrategias para tratar el tema.

La comunicación en la familia parece poco clara o ausente, ya que tienen prejuicios, falta de información o ideas que los limitan (en la mayoría) a convivir con sus hijos para orientarlos o apoyarlos en esta etapa.

Con base en las respuestas del cuestionario, puede decirse que la hipótesis de trabajo en que se apoya la investigación se comprobó, ya que la mayoría de los padres mostró falta de conocimientos sobre sexualidad y educación de la sexualidad, y evidenció la presencia de prejuicios y falta de comunicación en la familia.

## *Taller de sexualidad para padres de adolescentes*

A partir de los resultados de este cuestionario se diseñó el siguiente taller de sexualidad para padres de adolescentes

El propósito de esta propuesta es: Contribuir a la formación de una cultura de la sexualidad basada en información científica, para padres de adolescentes, que los oriente para apoyar a sus hijos durante el desarrollo de la adolescencia, con objeto de formar jóvenes informados y preparados para tomar decisiones respecto de su sexualidad.

La propuesta está compuesta de cuatro sesiones. En la primera sesión se trata el tema de la adolescencia, en la segunda el tema de sexualidad, en la tercera sesión la comunicación de la familia y la cuarta educación sexual en la familia. En este taller las sesiones son a partir de actividades que permitan el diálogo y participación de los padres de familia, así como la reflexión de las vivencias de cada uno en la educación con sus hijos y la enseñanza de conocimientos sobre sexualidad y adolescencia, para que comprendan la importancia de una educación sexual hacia sus hijos adolescentes, que compartan y aclaren sus dudas y obtengan las herramientas necesarias para poder brindar conocimientos y orientación a sus hijos.

### *Propósito general:*

Contribuir a la formación de una cultura de la sexualidad basada en información científica, para padres de adolescentes, que los oriente para apoyar a sus hijos durante el desarrollo de la adolescencia, con objeto de formar jóvenes informados y preparados para tomar decisiones respecto de su sexualidad.

### *Objetivos específicos*

- Ofrecer información científica pertinente acerca de conceptos como: adolescencia, sexualidad, salud sexual y comunicación en la familia.
- Hacer conciencia en los padres sobre la necesidad de educación sexual para sus hijos.
- Resolver dudas de los padres de familia sobre sexualidad y ofrecer estrategias sobre cómo comunicarse y orientar a sus hijos.
- Promover la comunicación y el trabajo conjunto en la familia, respeto y confianza entre padres y adolescentes.
- Fomentar la reflexión sobre la sexualidad como un tema de salud integral.

### *Destinatarios:*

Padres de familia de adolescentes.

### *Temas:*

#### Adolescencia

- Qué es la adolescencia
- Perspectiva biológica y psicológica de la adolescencia
- Aspectos culturales relacionados con la adolescencia
-

## Sexualidad

- Qué es la sexualidad
- La sexualidad como derecho humano
- Diferencia entre sexualidad, sexo y género
- Relación entre edad y sexualidad
- Ideas de sentido común y sexualidad
- Mitos y realidades acerca de la sexualidad
- Valores y responsabilidad en la manifestación de la sexualidad
- Aspectos eróticos- sexuales
- Salud sexual
- Perspectiva biológica, psicológica y social de la salud sexual

## Comunicación en la familia

- Por qué es necesaria una comunicación con respeto, interés, afecto y límites entre los miembros de la familia
- Los roles en la familia

## Educación sexual en la familia

- Qué es la educación sexual
- Responsabilidad de los padres en la educación sexual de los adolescentes
- Cómo hablar de sexualidad con los hijos
- Qué temas de sexualidad tratar con los hijos

## Sesiones

### Sesión 1: Adolescencia

Duración: 1 hora

Materiales: Cuestionarios "Mi adolescencia", hojas, plumas, lámina "adolescencia",

Introducción:

- Presentación del taller
- Presentación de cada padre de familia (Nombre, miembros que constituye su familia y lo que espera del curso)

Desarrollo:

Actividad 1: Cuestionario "Mi adolescencia" y distribución de hojas para el listado anónimo de dudas, comentarios y temas que quieran tratar durante el taller.

Duración: 20 minutos

Retroalimentación:

¿Cómo piensan los padres? ¿Qué dudas o comentarios les surge?

- Lluvia de ideas sobre que es adolescencia y cambios suceden durante esta etapa
- Concepto de adolescencia y cambios biológicos, psicológicos y sociales de esta etapa.

Cierre:

- Comentarios sobre lo visto en la sesión.
- Intercambio de ideas, dudas y experiencias con sus hijos adolescentes

*Materiales de apoyo:*

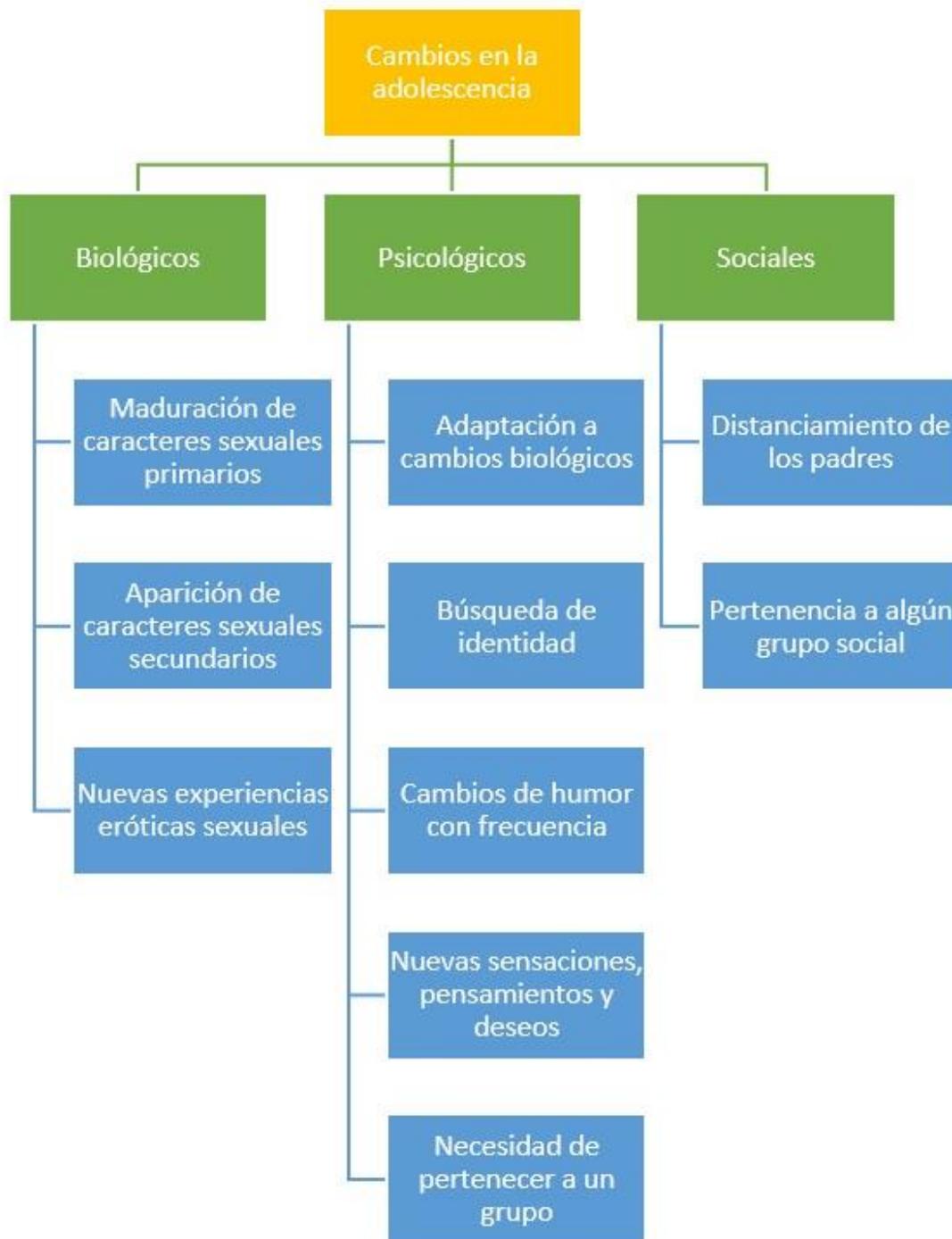
### Actividad 1: Mi adolescencia

Indicaciones: Responda las siguientes preguntas de manera clara y sencilla a partir de las experiencias vividas durante su adolescencia.

- 1.- ¿Qué saben sobre la adolescencia?
- 2.- ¿Qué cambios, experiencias, pensamientos o sensaciones vividas durante su adolescencia recuerda?
- 3.- ¿Algunos de estos aspectos les costó trabajo comprender, aceptar o expresar a los demás? ¿Cuáles? ¿Cómo la afrontaron?
- 4.- ¿Por parte de las demás personas recibieron apoyo y orientación durante esta etapa? En caso de que si, ¿De qué manera los apoyaron?
- 5.- Escriba dudas, comentarios y temas sobre sexualidad, adolescencia y comunicación en la familia que considere tratar durante el taller.

*Lamina “Adolescencia”*





## *Sesión 2: Sexualidad*

Duración: 1 hora

Materiales: Presentación “Sexualidad”, imágenes de sexualidad, presentación “mitos de la sexualidad”, lamina de salud sexual y tríptico de organizaciones que brindan orientación sobre sexualidad.

Introducción: Realizar una lluvia de ideas sobre qué es la sexualidad

Desarrollo:

-Definición de sexualidad y sus componentes a partir de presentación “Sexualidad”

Actividad de imágenes

Comentarios sobre actividad

-Los mitos y la sexualidad

Definición y ejemplos de mito mediante la presentación “Mitos de la sexualidad”

Comentarios sobre mitos de la sexualidad que conocen los padres

-Salud sexual

Definición de salud sexual y sus dimensiones (lámina de salud sexual)

-Comentarios sobre el tema

-Distribución de tríptico “asociaciones que brindan orientación sobre sexualidad”

Cierre: Comentarios y aprendizajes adquiridos durante la sesión

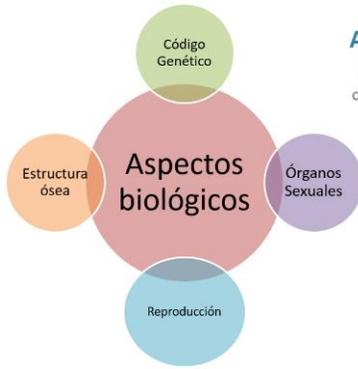
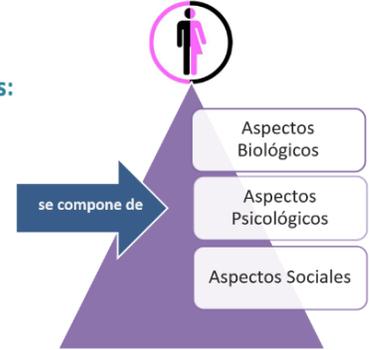
Materiales de apoyo:

## ¿Qué es la sexualidad?



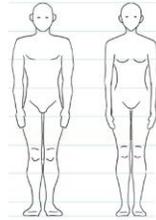
### La sexualidad es:

El ámbito del ser humano inherente a su naturaleza que está presente desde el momento de la concepción, hasta la muerte.



### Aspectos biológicos

Están relacionados con los componentes biofisiológicos del ser humano.



### Aspectos psicológicos

Se encuentran en la mente del individuo y determinan la manera como piensa, como ve el mundo y a sí mismo.



### Aspectos sociales

Son manifestaciones interpersonales en diferentes grupos sociales: familia, escuela, amigos, pareja... En relación con costumbres, ideas, moral, valores, género.





## Mitos de la sexualidad

## LOS MITOS

• Pomeroy, (1977) citado por Mc Cary, (2000) dice que:

"Los mitos se crean para explicar lo inexplicable y persisten, debido a que preservan las tradiciones y protegen a la gente de la ansiedad y la inseguridad; sirven como coraza, por más que no se les pueda probar". (p. 25)



## EJEMPLOS

Mito	Realidad
1. Ver un gato negro es de mala suerte	Según Raza (2014) este mito se creó a raíz de que estos gatos fueran la compañía de algunas brujas en diversas culturas, pero no por dicho motivo estos animales pueden provocar alguno daño.
2. Si se tragas un chicle, se quedara pegado en el estomago	Según Hammond (2013) no es posible que al tragar un chicle se quede pegado en algún órgano de nuestro sistema digestivo, ya que como cualquier alimento se desechara al momento de ir al baño.
3. Es malo despertar a un sonámbulo	Según Ugarte (2014) no existe riesgo de daño en la salud del sonámbulo al momento de despertarlo; sin embargo, no es recomendable para no causar ningún daño físico o susto como podría suceder en cualquier persona que se encuentra dormida.

## MITOS DE LA SEXUALIDAD

¿Qué mitos de sexualidad conoces?



## EJEMPLOS

Mito	Realidad
La sexualidad se refiere a las prácticas cotidianas y el erotismo	Górrnan 2011); dice que: La sexualidad es algo que envuelve a todo el ser humano, desde el instante de su concepción. En el momento en que se origina la primera célula, el cigoto, ésta ya tiene un código genético que la identifica como hombre o como mujer. (p. 23)
Masturbarse puede convertirse en un vicio	Masturbarse dice el UNFPA(2010): no causa daño físico ni psicológico, que es un aspecto importante del desarrollo psicosexual y que la practican tanto los hombres como las mujeres durante las diferentes etapas de la vida. (p. 46, <a href="http://venemedia.unfpa.org/documento/Educacion%20SR%20Ola%20Docentes.pdf">http://venemedia.unfpa.org/documento/Educacion%20SR%20Ola%20Docentes.pdf</a> ) [Recuperado el 23 de noviembre del 2018]
La homosexualidad es una elección	APA(2015) dice que: ...Los seres humanos no pueden elegir ser gay o heterosexuales. Para la mayoría de las personas, la orientación sexual surge a principios de la adolescencia sin ninguna experiencia sexual previa (p. 1: <a href="http://www.apa.org/centrodesapoyo/sexual.aspx">http://www.apa.org/centrodesapoyo/sexual.aspx</a> ) [Recuperado el 23 de noviembre del 2018]

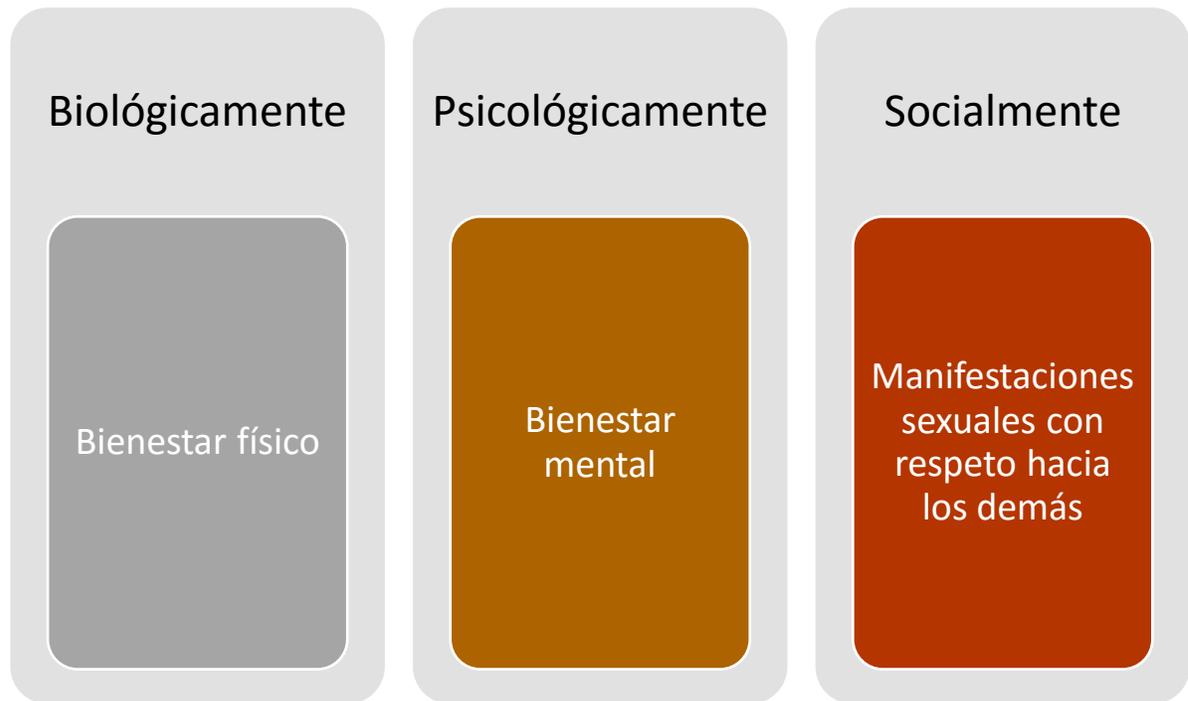
## SEXUALIDAD INFORMADA



Al brindar información verídica y confiable sobre sexualidad a sus hijos, ellos tendrán las herramientas para desarrollar su sexualidad de manera plena, libre y responsable.

## Salud sexual

Es el desarrollo de una vida sexual sana, que permita gozar de la sexualidad satisfactoria, con libertad, sin prejuicios, a la vez con responsabilidad y ética. Y se expresa:



### Páginas y programas en internet y televisivos sobre sexualidad, familia y adolescencia

- Programa televisivo, Canal 11: Diálogos en confianza

Especialistas hablan sobre familia, sexualidad, salud, etc.

<http://www.oncetv-ipn.net/dialogos/>

### Asociaciones especializadas en enfermedades de transmisión sexual

- CAPASITS-El Centro Ambulatorio para la Prevención y Atención en SIDA e Infecciones de Transmisión Sexual CENSIDA- Centro Nacional para la Prevención y el Control del VIH y el sida

Brinda Servicios ambulatorios de prevención así como atención a personas con VIH o con cualquier tipo de enfermedad de transmisión sexual.

Herschel No. 119, Col. Anzures, Delegación Miguel Hidalgo, CP. 11580, México, D.F.

9150-6063 Dirección General, 9150-6056 Dirección de Atención Integral

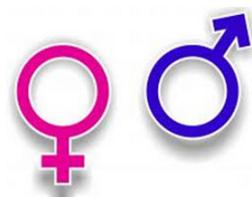
- Ser humano

Brinda servicios de prevención, detección y seguimiento médico a personas con enfermedades de transmisión sexual.

Fray Servando Teresa de Mier No 104, Col. Centro, C.P. 06740, México D.F.

55887629 y 55787423

**¡Conócete y disfruta de una vida sexual sana, satisfactoria y con respeto hacia ti y a los demás!**



Asociaciones que brindan orientación sobre sexualidad



**¡INFÓRMATE Y TOMA DECISIONES!**

### ¿Qué es la sexualidad

La sexualidad se encuentra presente en la vida del ser humano desde que nace hasta que muere y está compuesta por los siguientes aspectos:



**Biológicos:** Los aspectos biológicos son las características fisiológicas como el sexo genético, el desarrollo de los órganos sexuales, la reproducción, etc.

**Psicológicos:** Los aspectos psicológicos son los relacionados con la mente, es decir; los deseos, pensamientos, gustos, etc.

**Sociales:** Los aspectos sociales son las relaciones humanas, como la familia, amigos, pareja; y las ideas que existen dentro de estos grupos sociales, como el género, creencias, valores, costumbres, etc.

### ¿Cuidas tu salud sexual?

El desarrollo de una vida sexual sana, permite gozar de la sexualidad satisfactoria, con libertad, sin prejuicios, a la que con responsabilidad y ética.

Aspectos de la salud sexual:



**Biológicos:** Son las medidas y prácticas de higiene, atención oportuna para prevención de enfermedades de transmisión sexuales e infecciones en los órganos sexuales

**Psicológicos:** Es el desarrollo de una vida sexual de manera libre, sin prejuicio y a la vez con responsabilidad y valores.

**Sociales:** Son las manifestaciones sexuales con respeto hacia los demás, es decir; el respeto a las ideas, deseos y creencias de los demás.

### Asociaciones que brindan orientación sobre sexualidad

- CNDH (Comisión de los derechos humanos)

Cuenta con materiales de divulgación, videos e informes sobre VIH, Sida y Sexualidad

Periférico Sur 3469, Col. San Jerónimo Luján, Delegación Magdalena Contreras, C. P. 10200, México D. F.

56 81 81 25 y 54 90 74 00 [correo@cndh.org.mx](mailto:correo@cndh.org.mx)

- GIRE (Grupo de Información en Reproducción Elegida)

Promueve y defiende los derechos reproductivos de las mujeres. Especializadas en temas como: aborto, anticoncepción, mortalidad materna, reproducción asistida, vida laboral y reproductiva, y violencia obstétrica; brindando información sobre estos temas, así como apoyo a las personas para la defensa de sus derechos reproductivos.

Apartado Postal 21-147, Administración 21, Coyoacán, C.P. 04021, México, Distrito Federal.

5658-6645 y 5658-6684.

### Lugares para venta y consulta de libros sobre sexualidad

- Armario Abierto, Innovando la educación sexual: Librería especializada en sexualidad

Brinda pláticas, conferencias, talleres, asesorías, diplomados y terapias

Agustín Melgar #25, Colonia. Condesa C. P. 06140, México, D.F.

52 86 08 95

### *Sesión 3: Comunicación en la familia*

Duración: 1 hora

Materiales: Video “El árbol de CHICOCA” y mapa conceptual “comunicación en la familia”

Introducción:

-Presentación del video “El árbol de CHICOCA”

-Comentar video, analizando la situación sobre la comunicación en la familia.

Desarrollo: Actividad “Mi hijo”

-Realizar equipos de 3 personas y compartir su experiencia al escribir su narración.

Teoría sobre que es la comunicación en la familia mediante mapa conceptual.

Cierre: Conclusiones sobre el tema.

Material de apoyo:

Actividad “Mi hijo

Indicaciones: Escriba una narración donde describa a su hijo adolescente, basándose en los siguientes elementos: Cuales son sus gustos, virtudes, defectos, sus miedos, la experiencia más feliz y las más triste que ha tenido, sus ideales, su libro, su película y deporte favorito, los nombres de sus mejores amigos y las actividades que realizan juntos.

#### *Sesión 4: Educación sexual en la familia*

Duración: 1 hora

Materiales: Película “La foto del recuerdo” y actividad “Sexualidad y familia”

Introducción:

-Proyección de la película “La foto del recuerdo”

Comentar sobre la situación que se presenta en la película

Desarrollo: Actividad “Sexualidad y familia”

Comentar como se sintió cada padre al representar la situación asignada, tanto como padre y como adolescente.

Cierre: Comentarios de la sesión

*Materiales de apoyo:*

Actividad “Sexualidad y familia”

Instrucciones: En equipo de dos o tres personas representen la situación designada, como hijo adolescente que presenta la situación (representada por un integrante) y como padre y madre (representada por uno o dos integrantes).

**Situación 1:  
Homosexualidad**

**Situación 2: El tener  
nuevas sensaciones  
eróticas sexuales**

**Situación 3:  
Masturbación**

**Situación 4:  
Primer novio**

**Situación 5:  
Primera relación sexual**

**Situación 6:  
Embarazo adolescente**

## **Conclusiones**

La sexualidad es un concepto muy amplio y complejo, que es inherente al ser humano, desde que es concebido hasta su muerte, y se compone de aspectos biológicos, psicológicos y sociales.

Los aspectos biológicos son los componentes fisiológicos del ser humano: código genético, órganos sexuales, estructura ósea, reproducción, embarazo, entre otros.

Los aspectos psicológicos se encuentran en la mente del individuo; es decir, cómo piensa, cuáles son sus creencias, afectos, deseos, sentimientos relacionados con el placer, etc.

Al realizar indagaciones teóricas y prácticas para el tema de investigación pudo detectarse cómo en su mayoría, tantos padres de familia como adolescentes, no conciben a la sexualidad con todos los aspectos que la conforman, considerando tan solo aspectos biológicos.

Un aspecto que interviene en las ideas y manifestaciones de sexualidad de las personas es la cultura; ya que cada grupo social tiene diferentes creencias, ideas, valores y manifestaciones que establecen ideas sobre lo que es correcto o incorrecto, estereotipos, cómo debe comportarse cada persona, costumbres, entre otros aspectos, que respecto de la sexualidad puede dar lugar a prejuicios y mitos que afectan el desarrollo pleno de la sexualidad de las personas, al limitarlas con críticas, rechazo y oposiciones de los grupos sociales donde interactúa.

Al hablar de adolescencia debe tratarse como totalidad, en sus diversos aspectos, ya que es en esta etapa de la vida donde el adolescente sufre cambios que lo transforman de niño en adulto, mediante cambios biológicos: maduración de caracteres sexuales primarios, aparición de caracteres sexuales secundarios y nuevas experiencias eróticas sexuales, que repercuten en la psicología del joven y propician su adaptación a los cambios, a la búsqueda de identidad, y a la satisfacción de nuevas sensaciones y deseos, y nuevas manifestaciones en las relaciones

sociales que establezca, como alejamiento de los padres, pertenencia a un grupo, nuevas prácticas sociales.

Es imprescindible que los padres de familia conozcan qué es la adolescencia, qué cambios ocurren en ella y qué manifestaciones pueden presentarse, además de la importancia de la salud sexual en los ámbitos biológico, psicológico y social, para que pueda establecerse un vínculo que apoye al adolescente en su desarrollo. Y también que conozcan y le den importancia al desarrollo de la sexualidad, sin importar en qué etapa de la vida se encuentren, dejando a un lado prejuicios, miedos e ideas erróneas que los limite en su desarrollo libre y satisfactorio.

La familia es el núcleo fundamental en el que cada persona se desenvuelve desde que nace y es ahí donde se imparten las primeras enseñanzas, valores, ideas, creencias, entre otros. Para que estos aspectos se traduzcan en beneficios para los hijos, es primordial que se establezca una buena comunicación en la familia, que sea clara, sana y que aporte confianza para participar sin miedos o limitaciones, que permita hablar de cualquier tema, libremente.

Sobre la educación sexual existen dos grupos sociales en donde se debe impartir, uno es la familia y el otro la escuela: la familia es responsable de orientar sobre sexualidad a los hijos desde que son pequeños, con ideas claras y objetivas, acompañándolos como guía de su desarrollo; la escuela es la encargada de ofrecer conocimientos científicos que eduquen sobre sexualidad a los alumnos. La familia y la escuela deben trabajar en conjunto para educar sobre sexualidad.

Gracias a la indagación teórica y práctica en que se funda este documento, se puede concluir que, en general, los padres de familia no cuentan con conocimientos suficientes sobre adolescencia y sexualidad, así como que, en algunos casos, existen prejuicios que limitan a los padres para educar a sus hijos sobre sexualidad, comunicarse en forma clara y objetiva para evitar ideas erróneas sobre el tema.

Los seres humanos somos seres sexuados desde la concepción hasta la muerte, por tanto, la educación de la sexualidad debe darse durante todas las etapas de la vida (no solo en la adolescencia), y abarcar todo lo que conlleva, con base en conocimientos científicos acordes a la edad de cada persona, a sus necesidades y a su desarrollo.

Para que exista una educación sexual satisfactoria, los padres de familia deben informarse sobre sexualidad, los cambios que existen en las etapas de la vida y cómo orientar a sus hijos, con apoyo en libros, cursos o talleres, artículos, entre otros, pero sobre todo, es necesario fomentar la comunicación entre los integrantes de la familia, para interactuar amigable y sanamente, apoyándose entre sí, ya que, aunque los padres de familia no cuenten con todos los conocimientos sobre sexualidad, si existe interés, juntos pueden investigar y conocer sobre ello, aportando conocimiento a ambas partes y fortaleciendo lazos afectivos.

Por último, se propone que el *Taller para padres de adolescentes* se aplique en centros culturales, como un taller gratuito para padres de adolescentes, con el fin de proporcionar la orientación que requieran y que estén en condiciones de brindar educación sexual a sus hijos, así como para darles información sobre centros que ofrecen apoyo, tanto a adolescentes como a padres de familia, sobre el tema de sexualidad.

## Bibliografía

- Abad, H. (2014). *El olvido que seremos*. Bogotá: Planeta colombiana.
- Aberastury, A; Knobel, M. (2009). *La adolescencia normal: Un enfoque psicoanalítico*. México: Paidós.
- Alpízar (2005). Hacia la construcción del concepto integral de adultez, *Revista enfermería actual en Costa Rica*, 10, 5. Recuperado el 6 de diciembre del 2014, de <http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/enfermeria/article/view/10704>
- Amssac (2016). *Potencialidades humanas (Holones)*. Recuperado el 7 de enero del 2016 de <http://www.amssac.org/biblioteca/potencialidades-humanas/>
- Carballo, S. (2002). Educación de la expresión de la sexualidad humana, *Revista de la Universidad de Costa Rica*, 26,1. Recuperado el 4 de enero del 2015, de <file:///C:/Users/MAQUINA7/Downloads/Educaci%C3%B3n%20de%20la%20expresi%C3%B3n%20de%20la%20sexualidad%20humana.pdf>
- Caricote E. (2008). Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes. *Educere*, 12, 40. Recuperado el 3 de marzo de 2015 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35604010>
- Caudillo, C. (2007). *Sexualidad y vida humana*. México: Universidad Iberoamericana.
- Domínguez J. (s/a). *Adolescencia: sexualidad sin tapujos*. SURA, revista 5 sentidos, edición 89. Recuperado el 2 de marzo del 2016 de <http://www.sura.com/blogs/calidad-de-vida/adolescencia-hablar-sexualidad.aspx>
- Estrada L (2003). *El ciclo vital de la familia*. México: Grijalbo

- Fernández C. y Gordon L. (1988). *La comunicación humana: ciencia social*. México: Mc Graw- Hill
- Gallotti, A. (2000). *Guía sexual para adolescentes: todos los secretos de tu cuerpo*. Barcelona: Juventud.
- G. C. B. A (2006). *Educación sexual en la escuela: Perspectivas y reflexiones*. Ministro de educación de Buenos Aires. Recuperado el 25 de febrero del 2016 de <http://www3.educacion.rionegro.gov.ar/contenidosmultimedia/wp-content/uploads/2013/03/Una-escuela-inclusiva-de-la-sexualidad.pdf>
- Gérman, M. (2011). *Educando a mis hijos en una sexualidad integral: Guía de educación sexual para padres*. México: Trillas.
- Gómez, E. (2008). Adolescencia y familia: revisión de la relación y la comunicación como factores de riesgo o protección, *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10, 2. Recuperado el 3 de marzo del 2015 de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80212387006>
- Hammond D. (2002). *Mis padres y el sexo: La evolución del comportamiento sexual con la edad*. Barcelona: Gedisa.
- Infoamérica (s/a). *Paul Watzlawick (1921-2007)*. Recuperado el 8 de diciembre del 2015 de [http://www.infoamerica.org/teoria/watzlawick\\_1.htm](http://www.infoamerica.org/teoria/watzlawick_1.htm)
- INPRF (2006). *El ABC del adolescente: desarrollo, sexualidad y salud mental*. México: SEP.
- INEGI (2012). *Estadísticas a propósito del día internacional de la Juventud*. Recuperado el 12 de junio del 2014 de <http://www.inegi.org.mx/inegi/default.aspx?s=inegi&c=274>

- Jeffrey, A. (2008). *Adolescencia y adultez emergente: Un enfoque cultural*. México: Pearson.
- Liberman, L. (Productor y director). (2001). La foto del recuerdo [Video educativo de prevención del embarazo en adolescentes]. D.F.: Subsecretaria de servicios educativos para el Distrito Federal.
- Master, W. (1987). *La sexualidad humana*. Barcelona: Grijalbo
- Mc Cary, J. (2000). *Sexualidad humana de Mc Cary*. México: El manual moderno.
- Monroy , A. (1977). *La educación de la sexualidad humana*. México,: SEP
- Monroy, A. (2003). *Nuestros niños y el sexo: cómo explicárselos*. México: Pax México
- Velasco en Monroy, A. (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud: Guía práctica para padres y educadores*. México: Pax México
- Moral J. (2011). Frecuencia de relaciones sexuales en parejas casadas: diferencias entre hombres y mujeres. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, XVII, 45-76. Recuperado el 21 de noviembre del 2014 de <http://www.redalyc.org/pdf/316/31618563004.pdf>
- Olivares, R. (2005). Una familia feliz. *Asociación de Revistas Culturales de España*, 20. Recuperado el 3 de marzo del 2015 de <http://www.revistasculturales.com/articulos/9/exit-imagen-y-cultura/531/1/una-familia-feliz.html>
- OPS. (2010). *Salud y bienestar de adolescentes y jóvenes: Una mirada integral*. Recuperado el 9 de mayo del 2016 de

<http://publicaciones.ops.org.ar/publicaciones/publicaciones%20virtuales/libroVirtualAdolescentes/pdf/SaludBienestarAdolescente.pdf>

- OPS & OMS. (2000). *Promoción de la salud sexual: Recomendaciones para la acción*. Recuperado el 31 de enero del 2015 de <http://www.censida.salud.gob.mx/descargas/biblioteca/documentos/PROMOC.pdf>
- Papalia D., Sterns H., Feldman R., & Camp C. (2009). *Desarrollo del adulto y la vejez*. México: Universidad Iberoamericana
- Planned Parenthood (2014). *Hablar con nuestros hijos de sexo y sexualidad*. Recuperado el 1 de marzo del 2016 de [https://www.plannedparenthood.org/esp/herramientas-para-padres/hablar-con-nuestros-hijos-sobre-sexo-y-sexualidad?\\_ga=1.185015913.1914990050.1456985587](https://www.plannedparenthood.org/esp/herramientas-para-padres/hablar-con-nuestros-hijos-sobre-sexo-y-sexualidad?_ga=1.185015913.1914990050.1456985587)
- Rodríguez, G. (2011). *Género y educación sexual integral*. México: Cal y arena.
- Roland M. (2011). *OPINIÓN: La educación sexual debe ser obligatoria en todas las escuelas*. CNN México. Recuperado el 23 de febrero del 2016 de <http://mexico.cnn.com/opinion/2011/11/05/opinion-la-educacion-sexual-debe-ser-obligatoria-en-todas-las-escuelas>
- Sánchez, M., Liberman, L. (productores). (1991). El árbol de CHICOCA [Folleto y DVD para la prevención del abuso sexual de niñas y niños]. SHOTTAMA A.C
- Szasz I. (2005). *Sexualidades en México: Algunas aportaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales*. México: COLMEX

- UNESCO (2015). *Cultura: líneas generales*. Recuperado el 21 de noviembre del 2014 de <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/>
- UNFPA (2010). *Salud sexual y reproductiva*. Recuperado el 9 de enero del 2015 de <http://www.unfpa.org.mx/salud%20sexual%20y%20reproductiva.php>
- UNFPA (2010). Educación de la sexualidad y salud sexual y reproductiva: guía para docentes, *Programa salud sexual y reproductiva*. Recuperado el 7 de enero del 2016, de <http://venezuela.unfpa.org/documentos/Educacion%20SSR%20Guia%20Docentes.pdf>
- UNICEF (2002). *Adolescencia: Una etapa fundamental*. Recuperado el 17 de marzo del 2014, de <http://prosalud.org.ve/public/documents/20100804401280942620.pdf>.
- UNICEF (2006). *Participación de niños, niñas y adolescentes: cuadernillo*. Recuperado el 18 de noviembre del 2015 de [www.unicef.org/argentina/spanish/EDUPAScuadernillo-3\(1\).pdf](http://www.unicef.org/argentina/spanish/EDUPAScuadernillo-3(1).pdf)
- UNNE (2001). Embarazo adolescente, *REVISTA MED.* /107 / 11- 23. Recuperado el 28 de marzo del 2015, de [http://med.unne.edu.ar/revista/revista107/emb\\_adolescencia.html](http://med.unne.edu.ar/revista/revista107/emb_adolescencia.html)
- Vega, M. (2005). La Sexualidad y la salud sexual reproductiva de las y los adolescentes con énfasis en prevención de VIH/ SIDA, *Módulo de capacitación para adolescentes multiplicadores en salud*. Recuperado el 5 de enero del 2015 de <http://www.binasss.sa.cr/adolescencia/manualjoven.pdf>
- Zubeidat, I., Ortega V., del Villa C. & Sierra J. C. (2003). Un estudio sobre la implicación de las actitudes y fantasías sexuales en el deseo sexual de los adolescentes, *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, 67. Recuperado el 11 de enero del 2016, de

[https://www.researchgate.net/profile/Virgilio\\_Ortega/publication/28066669\\_Un\\_estudio\\_sobre\\_la\\_implicacin\\_de\\_las\\_actitudes\\_y\\_fantasas\\_sexuales\\_en\\_el\\_deseo\\_sexual\\_de\\_los\\_adelescentes/links/0a85e52f85d6591e9f000000.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Virgilio_Ortega/publication/28066669_Un_estudio_sobre_la_implicacin_de_las_actitudes_y_fantasas_sexuales_en_el_deseo_sexual_de_los_adelescentes/links/0a85e52f85d6591e9f000000.pdf)

## Anexo

### Cuestionario

Padre o madre de familia:

Este cuestionario tiene como propósito obtener información sobre los conocimientos con que cuentan padres de familia de jóvenes adolescentes para ofrecer educación sexual a sus hijos, además de obtener información para diseñar un taller para padres, en relación con el tema del proyecto “Educación sexual para padres de adolescentes “, que se realiza con propósitos de titulación en la carrera de Pedagogía, de la Universidad Pedagógica Nacional.

- Por favor responda de manera clara y sencilla la siguiente pregunta: para usted ¿qué es la adolescencia?

---

---

---

- De la siguiente lista, señale con una cruz los temas que trata con sus hijos, o los que considera difíciles de hablar con ellos. Si es posible explique por qué:

Temas	Hablo de ellos	Son difíciles	Por qué
Cambios bilógicos durante la adolescencia			
Deseo erótico sexual			
Relaciones eróticas coitales			
Embarazo			
Métodos anticonceptivos			
Enfermedades de transmisión sexual			
Homosexualidad			
Homofobia			
No hablo de sexualidad con mis hijos			
Otros, explíquelo			

- Indique con una X los cambios que ha presentado su hijo durante la adolescencia:

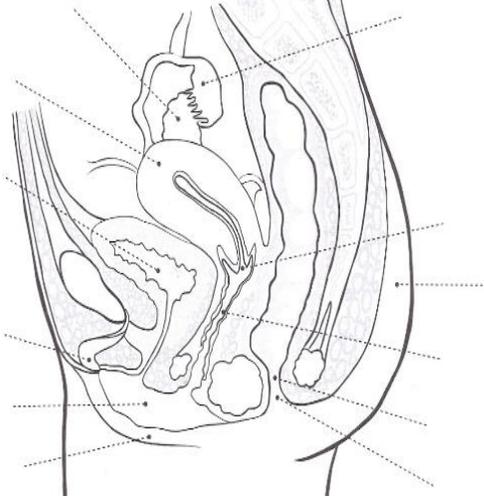
Maduración de los órganos sexuales	
Caracteres sexuales secundarios: vello púbico, axilar, en cuerpo y cara	
La menstruación y crecimiento de las glándulas mamarias, en las niñas	
La primera eyaculación, cambio de voz, en los varones	
Cambios de humor, de manera constante	
Interés erótico sexual por el sexo opuesto	
Interés erótico sexual por el mismo sexo	
Tendencia a socializar con otros adolescentes	
Búsqueda de identidad con grupos sociales: clubes, pandillas...	
Comportamientos, gustos y actitudes nuevos	
Distanciamiento de los padres y de los hermanos	
Otra conducta (explíquela)	

- En el siguiente apartado, escriba una **S** en aspectos que usted relaciona con **sexo**, una **Sx** en aspectos que relaciona con **sexualidad** y una **G** en los que correspondan a **género**:

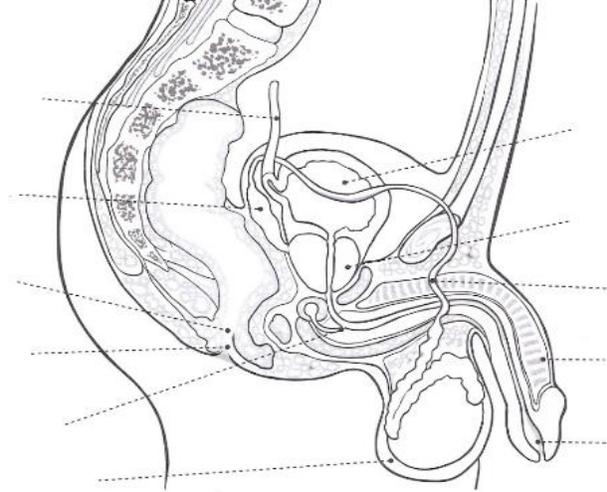
Desarrollo de los genitales	
Comportamiento y formas de vestir, hablar o caminar...	
Sentimiento de placer en el contacto con otra persona	
Elementos biológicos (sexo), psicológicos y sociales que permiten a una persona sentirse como hombre o como mujer.	
El embarazo y la reproducción	
Caracteres biológicos que identifican al ser humano como hombre o como mujer	
Roles y actividades asignadas por la familia para hombres o para mujeres	
Características femeninas o masculinas aceptadas por una sociedad, de acuerdo con normas y valores propios de una cultura y de un momento histórico	
Preferencia afectiva por personas de otro o del mismo sexo	
Búsqueda de placer, con relaciones sexuales o sin ellas	

- Las siguientes imágenes son esquemas del aparato reproductor femenino y del masculino; escriba a un lado de las líneas el nombre de cada uno de los órganos.

Aparato reproductor femenino



Aparato reproductor masculino



<http://www.buscate.com.mx/educativo/esquemas-escolares.html>

¡Muchas gracias por su cooperación!