



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



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

**TALLER DE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES DE TERCER GRADO DE
SECUNDARIA**

PROPUESTA PEDAGÓGICA

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

PRESENTA:

MARÍA GUADALUPE FUENTES GUTIÉRREZ

ASESORA:

MTRA. PILAR CARDOZA MORALES

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO 2021

AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRES

Gracias a mis padres José Luis Fuentes y María de los Ángeles Gutiérrez por ser los principales motores de mis sueños, por confiar y creer en mí, por su tolerancia, recomendaciones y advertencias brindándome su apoyo incondicional. Ustedes representan todo mi mundo y gracias a ustedes soy quien soy el día de hoy.

“Desde pequeña me di cuenta de todo el esfuerzo que hicieron por brindarme lo mejor y ahora seré yo quien les dé todo lo mejor”.

A MIS HERMANOS

Gracias José Luis y Lizbeth, ya que a pesar de que seamos polos opuestos en ciertas cuestiones, han sido unas de las principales personas involucradas en ayudarme a que esto fuera posible. Les agradezco no solo por estar presentes aportando buenas cosas a mi vida, sino por los grandes lotes de felicidad y de diversas emociones que me han causado.

A MI ASESORA

Pilar Cardoza, quien se ha tomado el arduo trabajo de transmitirme sus diversos conocimientos, especialmente del campo y de los temas que corresponden a mi profesión. Gracias por estar siempre atenta a mis dudas y por su gran disposición.

Sencillo no ha sido el proceso, pero gracias a las ganas de transmitirme sus conocimientos he logrado importantes objetivos para culminar el desarrollo de mi tesis con éxito y le estaré eternamente agradecida.

A MIS AMIGOS

En la vida conocemos a muchas personas y entre tantas siempre coincidimos con personas especiales con las cuales hemos compartido grandes momentos. Ustedes han sido más que mis compañeros de universidad, son mi apoyo, mi estabilidad cuando me pierdo, mi pañuelo en momentos difíciles, y mi equilibrio en momentos de plenitud.

Les doy las gracias por creer en mí, agradezco a la vida por cruzar nuestros caminos.

“Eres tan grande como te propongas serlo y puedes llegar tan lejos como te dé la gana. La vida es mucho más que vivir con miedo. La vida está hecha de lucha, de sudor y esfuerzo”.

Alejandro Ordóñez

MARÍA GUADALUPE FUENTES GUTIÉRREZ

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO 1. ADOLESCENCIA.....	8
1. Adolescencia.....	9
1.1 Aspectos biológicos y físicos.....	10
1.1.1 Características sexuales primarias.....	11
1.1.2 Características psicosociales.....	12
1.2 Aspecto psicológico.....	13
1.2.1 Enamoramiento.....	15
1.2.2 Amor en la adolescencia.....	16
1.2.3. Ligue.....	18
1.2.4 Noviazgo.....	19
1.3 La familia del adolescente.....	22
1.4 Aspectos sociales.....	24
1.5 Riesgos en la adolescencia.....	27
1.6 El suicidio de los adolescentes.....	29
1.7 Intereses.....	30
CAPITULO 2. SEXUALIDAD.....	32
2.1 Sexualidad.....	33
2.2 El adolescente y su sexualidad.....	39
2.3 El sistema reproductor masculino y femenino.....	42

2.4 Relaciones sexuales y/o coitales.....	45
2.5 Embarazo adolescente.....	48
2.6 Consecuencias del embarazo adolescente.....	52
2.7 El aborto.....	54
2.8 Métodos anticonceptivos.....	57
2.9 Enfermedades de transmisión sexual.....	67
CAPITULO 3. EDUCAR EN VALORES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA.....	75
3.1 ¿Qué son los valores?.....	76
3.2 Formación de valores y actitudes en la educación secundaria.....	82
3.3 Una relación sana basada en valores.....	89
3.4 La violencia como antivalor.....	91
3.5 Violencia en el noviazgo.....	93
3.6 Derechos sexuales de los adolescentes.....	96
CAPITULO 4. TRABAJO DE CAMPO: ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	104
4.1 Presentación del problema.....	104
4.2 Justificación.....	109
4.3 Metodología.....	111
4.4 Contexto.....	113
4.5 Instrumentos.....	114
4.6 Objetivos.....	116
4.7 Análisis de los resultado.....	116

CAPITULO 5. TALLER DE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA.....	132
5.1 Presentación.....	132
5.2 Recomendaciones para el taller con los adolescentes.....	133
5.3 Justificación del taller.....	134
5.4 Objetivos.....	136
5.5 Metodología del taller.....	136
5.6 Evaluación en términos generales.....	143
5.7 Perfil de ingreso y egreso.....	145
5.8 Malla curricular.....	146
5.9 Organización del taller.....	150
5.10 Bibliografía del taller.....	172
5.11 Conclusiones del taller.....	174
CONCLUSIONES.....	175
REFERENCIAS.....	178
ANEXO 1.....	184
ANEXO 2.....	187
ANEXO 3.....	189
ANEXO 4.....	199
ANEXO 5.....	201

INTRODUCCIÓN

La educación básica es un apoyo significativo en el crecimiento de niños y adolescentes en cuanto a su desarrollo integral. El conocimiento que le brinda el docente llega a modificar algunas conductas y habilidades que tienen los seres humanos para desarrollarse en diferentes ámbitos, por los que los docentes deben de contar con diversas estrategias al momento de enseñar un tema en específico frente a la clase.

Diversas asignaturas pueden resultar un tanto complejas para algunos alumnos a lo largo de su trayectoria académica, desde fórmulas en la materia de matemáticas hasta ortografía y redacción en español, sin contar las distintas materias que tienen como ciencias, geografía, historia, entre otras.

Existe un asunto que al trascender los años sigue resultando un tanto difícil para los docentes abordar con los alumnos y es educar sobre sexualidad; ya sea porque no conocen a la perfección el tema, no cuentan con los recursos didácticos o simplemente no lo abordan adecuadamente dentro del aula.

Se debe de incentivar la educación sexual para que los jóvenes tengan los conocimientos necesarios con el fin de evitar riesgos innecesarios como lo son un embarazo adolescente o enfermedades de transmisión sexual, por mencionar algunos.

En México más del 46% de la población se le dificulta acceder a los servicios de salud, así como tener un alto índice de embarazos adolescentes, de cada cuatro embarazos uno corresponde a una menor de edad (Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, 2018).

Actualmente se considera el embarazo adolescente como un problema de salud pública ocupando el primer lugar en nuestro país. En los adolescentes este tema llega a tener consecuencias en la salud de la madre adolescente, los ingresos económicos, así como responsabilidades a temprana edad.

Existen campañas de salud, talleres, libros y artículos científicos que no han llegado a reducir el número de embarazos en adolescentes, por lo que la problemática sigue en aumento.

El uso de las redes sociales, así como del Internet tampoco ayudan a mejorar o enseñar de una forma práctica la sexualidad, ya que existen páginas con información engañosa que pueden llegar a confundir a un individuo si no se tiene una práctica en realizar una búsqueda con información científica.

A menudo cuando se es un adolescente buscas un tema en la red y te vas con las primeras páginas que te aparecen sin realizar un previo análisis de la fuente para saber si es confiable o no.

Es transcendental seguir incrementando talleres en las escuelas que puedan ser una ayuda para los docentes contando con información científica y con actividades que logren ser acorde a la etapa de los adolescentes, adentrarlos al conocimiento sin que los temas como adolescencia, sexualidad, valores, el enamoramiento, entre otros no lleguen a fatigar a los estudiantes y se logre un buen aprendizaje.

La particular razón por la que decidí investigar el tema fue por la falta de conocimiento en sexualidad que tuve en la adolescencia tanto por parte de mi familia que fue un tema del que no se hablaba en mi hogar porque mi mamá o papá no sabían cómo explicar los temas.

En las escuelas (secundaria y bachillerato) se me proporciono una información muy básica como los cambios físicos en la adolescencia, la menstruación, enfermedades de transmisión sexual; en las que el aprendizaje consistía en lo aprendido en exposiciones por parte de mis compañeros y alguno que otro ejercicio del libro de Biología y Formación Cívica y Ética en el caso de la secundaria y Orientación en el caso del bachillerato.

De esta manera decidí aprender los temas por cuenta propia, buscando en internet, en libros, así como en páginas sobre educación sexual, llegando a tal punto que en universidad me causaba curiosidad enseñar a otras personas que estuvieran en la

misma situación y que buscara la manera de poder ayudarlas a comprender de una mejor manera los temas de sexualidad.

Para mí es de suma importancia poder contribuir a la enseñanza de la sexualidad, ya que en la actualidad en nuestro país existen problemáticas importantes que nos vuelven vulnerables como los feminicidios, la trata de personas, el abuso sexual infantil, los embarazos no deseados que en cualquier momento puede llegar a costarnos la vida, así como la falta de valores en la sociedad como el respeto, la honestidad, la equidad y la humildad.

Por ende, es necesario que los y las adolescentes tengan los conocimientos de una sexualidad integral, que no solo vaya a lo más específico sino enseñar que va más allá de ello, que vivimos en constante interacción sexual a diario, llamar a los genitales por su nombre y concentrarnos en tener una educación sexual integral sin mitos o restricciones que en algún momento de nuestra vida puedan costarnos.

Por consiguiente, es importante resaltar que algunas usuarias atendidas en México para el servicio de (Interrupción Legal del Embarazo, 2017) eran adolescentes en nivel secundaria con un 32.9% por debajo del nivel preparatoria con un 39.9%. El embarazo puede ser consecuencia de diversas problemáticas o situaciones que se encuentran en nuestra sociedad.

El presente trabajo, tiene el propósito de proponer a docentes y orientadores el taller denominado: “Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria” enfocado en la prevención del embarazo adolescente.

El diseño del taller fue resultado de un diagnóstico en la Escuela Secundaria No. 195 Tlamachihuapan, ubicada en la alcaldía Tlalpan de la Ciudad de México en el turno matutino, para indagar los conocimientos de los adolescentes respecto a temas de sexualidad.

Se utilizó una metodología con corte cualitativo con ayuda de un estudio exploratorio con el objetivo de descubrir los conocimientos que tienen los alumnos de tercer grado

de secundaria en el tema de sexualidad, se realizó un cuestionario con preguntas cerradas y abiertas a 41 estudiantes.

Con el objetivo principal de realizar una propuesta en la que se brinde información sobre educación sexual a fin de prevenir embarazos no deseados o infecciones de transmisión sexual, que permita contribuir al desarrollo integral del adolescente, con base en un estudio exploratorio.

La propuesta está diseñada para apoyar a los docentes y orientadores sobre temas de sexualidad, en el que puede llegar a ser parte del curriculum ya que abarca diversos temas que se ven en Formación Cívica y Ética, consta de 18 sesiones, con una duración cada una de 50 minutos.

Cada uno de los capítulos fue pensado meticulosamente contribuyendo a enriquecer el taller.

En el capítulo 1 titulado “Adolescencia” se plantean conceptos del mismo, así como los cambios físicos que se perciben en los hombres y las mujeres, características sexuales, aspectos psicosociales como la conformación de la identidad, riesgos a los que se encuentran, el aspecto psicológico, el desarrollo cognitivo que empieza a tener el adolescente, el sistema familiar y la figura de autoridad toman un rol importante durante la etapa.

En la adolescencia el ser humano empieza a tener la capacidad de reproducirse, pero esto no quiere decir que psicológica y socialmente pueda asumir la responsabilidad de criar a otro ser vivo. La adolescencia es relevante ya que el sujeto va definiendo su personalidad, identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad. Es una etapa de cambios y en la que la mayoría de los adolescentes definen características que los acompañaran en la adultez.

De igual manera es una etapa en la que se encuentra con gran cantidad de riesgos que surgen respecto a las conductas, hábitos y condiciones vitales de los propios adolescentes respecto a su estilo de vida.

Por otra parte, los amigos se vuelven un pilar importante en la vida de un adolescente y es en ese momento en donde se empieza a sentir atracción entre los pares, por lo que el enamoramiento toma un papel importante, así como el ligue y el noviazgo.

Los adolescentes tienen que encontrar el papel que juegan en la sociedad, y para ello tienen que reconocer y organizar sus necesidades e intereses de forma que puedan expresarlos socialmente. Deben inclinarse a un interés vocacional, de amistades, de género, actividades o plan de vida que tengan pensado para su etapa adulta.

En el capítulo 2 titulado “Sexualidad” se plantea el significado de sexualidad y las diversas posturas que se toman respecto a ella como el hecho de que no solo puede verse como un tema reproductivo, sino que abarca otras dimensiones como biológicas, psicológicas y sociales.

Se relaciona al adolescente con su sexualidad ya que puede tener su primera experiencia coital, el sistema reproductor masculino y femenino, así como sus características, relaciones coitales y sexuales como sus diferencias entre ellas y los temores que se pueden percibir en la primera relación coital.

El embarazo adolescente es un tema principal para la realización de la propuesta por lo que se debe tener claro cuáles son algunos factores que permiten que sigan existiendo cifras alarmantes en la problemática, así como las dificultades que se pueden encontrar al acceder a los servicios de salud.

El aborto y las enfermedades de transmisión sexual son un principal riesgo de no contar con la información adecuada para protegerse en el acto coital, por lo que conocer los métodos anticonceptivos y saber utilizarlos es una gran opción para evitar riesgos.

En el capítulo 3 titulado “Educar en valores para prevenir la violencia” se plantean diferentes definiciones del significado valores, así como algunos ejemplos.

La formación y actitudes en secundaria dado el caso que trataremos la sexualidad en la adolescencia, es necesario tener conocimiento de los valores que son importantes

en la etapa adolescente, ya que se encuentran escasos actualmente es buen momento para volver a retomarlos y generar una sexualidad responsable en los adolescentes y evitar problemas a futuro.

Las relaciones y la importancia de los valores dentro de ella, la violencia que puede llegar en cualquier momento de nuestra vida y que debemos de impedir que sea vista “normal” en las relaciones de pareja, así como entender los tipos de violencia como la física, sexual, psicológica, económica, entre otras.

Los derechos sexuales de los adolescentes también deben de ser importantes de aprender si se quiere o no empezar una a ejercer su sexualidad.

En el capítulo 4 titulado “Trabajo de campo” se describe la presentación del problema con diferentes cifras y estadísticas que muestran la problemática actualmente en México, el motivo justificado de trabajar el tema de sexualidad y que es pertinente comprender para llevar acabo la propuesta.

La educación sexual integral en secundaria ayudaría a prevenir el embarazo adolescente, así como enfermedades de transmisión sexual.

La metodología que se utilizó para demostrar el desconocimiento que tienen los adolescentes sobre su sexualidad, el contexto tanto interno como externo, los instrumentos que se utilizaron para recabar la información, los objetivos que se tienen con el taller propuesto y el análisis de los datos con su debida tabla e interpretación.

Esta investigación consistió en aplicar 41 cuestionarios con el propósito de indagar los conocimientos de los adolescentes respecto a la sexualidad.

Los resultados de esta investigación dieron pie a la propuesta general del taller “Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria” y a estructurar cada una de las sesiones con base en la problemática y contenido de los capítulos, por lo que se proponen actividades para fomentar los valores y las actitudes positivas para que el adolescente actué responsablemente al ejercer su sexualidad.

En el capítulo 5 se presenta el taller “Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria” cuya estructura está definida por los resultados de la investigación de campo.

Se detalla la justificación del taller, los objetivos que se esperan, la metodología que se utilizó como el aprendizaje significativo de Frida Díaz (2006), la evaluación de manera general, la malla curricular que consta de 16 temas elegidos de acuerdo a los resultados arrojados del capítulo 4 y la organización del taller por tema, contenido, dinámica con la descripción de cada actividad y recursos materiales.

Se encontrará algún apoyo didáctico en anexo 3 de acuerdo a la actividad que lo requiere.

CAPÍTULO 1. ADOLESCENCIA

Todos atravesamos por diferentes etapas: prenatal, infancia, niñez, adolescencia, juventud, adultez, vejez y muerte que conforman el ciclo de vida, sin embargo, enfocaré mi atención en la adolescencia.

La adolescencia es el periodo que va desde la pubertad a la maduración completa de un cuerpo. Es una etapa relevante, ya que el sujeto va definiendo su personalidad, identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad, decide qué orientación va a tener para constituirse como adulto, así como es una etapa en la que se encuentran con gran cantidad de riesgos que surgen respecto a las conductas, hábitos y condiciones vitales de los propios adolescentes respecto a su estilo de vida.

Los adolescentes serán los adultos del mañana y no podemos ignorar sus necesidades, es el tiempo en que se encuentran con contradicciones respecto a información que van adquiriendo de su casa y de su círculo social. En ocasiones no se sienten como adultos y por el otro lado a veces no quieren que los traten como niños.

Un área que impacta en la adolescencia es la ideológica por los cambios en valores que adquieren ya no solo son los que reciben en casa, sino en el contexto en el que se encuentran, con amigos o en la escuela teniendo cambios de comportamiento, con la familia cambian las relaciones afectivas, la interacción cambia para bien o para mal dependiendo de la comunicación que se tiene dentro de ella.

La libertad social es un factor importante para el adolescente, empieza a pensar en proyectos de vida, en ser independiente, entre otras cosas, pero la libertad que se le da en la familia puede generar en los adolescentes un sentimiento de abandono. Si esta rompe comunicación con este.

¿En este contexto se presentarán diversas situaciones por las que pasa el adolescente, para que se comprenda ¿quién es?, ¿por qué tiene actitudes contradictorias?, ¿qué necesidades tiene?

1. Adolescencia

Etimológicamente la palabra “adolescencia” proviene del verbo latino “adolecer” que significa crecer y desarrollarse.

Tradicionalmente es una etapa relevante de la vida del hombre, en la que el joven empieza a estar en condiciones de ejercer su función reproductiva y determinarse como individuo único, va definiendo su personalidad, identidad sexual y roles que desempeñará en la sociedad, como también, un plan de vida para decidir que orientación va a tener, de esta forma, cuando ya haya logrado estas metas, constituirse como adulto.

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta. La mayoría de los padres se preocupan por sus hijos cuando entran a la adolescencia, ya que la consideran como una de las etapas más difíciles de la vida del adolescente.

Esta etapa consiste principalmente en el proceso de formación de la identidad en los individuos. Los adolescentes tienen que encontrar el papel que juegan en la sociedad, y para ello tienen que reconocer y organizar sus habilidades, necesidades e intereses de forma que puedan expresarlos socialmente. Según Piaget (1985), “el carácter fundamental de la adolescencia es la inserción del individuo en la sociedad de los adultos”.

Por otro lado, La Organización Mundial de la Salud (2018) ve la adolescencia como una etapa del ser humano de los 10 a los 19 años siendo un momento único y formativo. Es un período crucial para desarrollar y mantener hábitos sociales, importantes para la etapa adulta, siendo importante desarrollar habilidades para las relaciones interpersonales y para hacer frente a problemas y regular eficientemente sus emociones. Los ambientes en la familia, la escuela y la comunidad en general también son importantes.

Calixto R. (2008) menciona que, debido a las variaciones de la clase y la cultura, los límites de la adolescencia no pueden universalizarse, a pesar de que La Organización Mundial de la Salud (OMS) los ha fijado entre los 10 y 19 años. Ser adolescente

significa, en nuestra cultura, ser considerado aún incompleto y en transición o calificado como un inmaduro, precoz, desorientado, etcétera.

Se dan numerosos cambios biológicos, emocionales y sociales que repercuten en su forma de vida y en su propia identidad. Con esto se integra su cuerpo y su pensamiento a las exigencias de la sociedad en la que se encuentra. Entre los factores que pueden contribuir al estrés durante la adolescencia están el deseo de una mayor autonomía, la presión para amoldarse a los compañeros, la exploración de la identidad sexual y un mayor acceso y uso de la tecnología.

Los cambios que presenta son de manera biológica, fisiológica, psicológica y social. Son momentos que el ser humano pasa por su etapa de crecimiento. Un ejemplo es la menopausia en las mujeres o la andropausia en los hombres y es necesario que los adultos conozcamos características importantes de los adolescentes para intentar comprender el proceso por el que pasan y cómo guiar esta situación sobre toda la gente que tiene hijos.

Los adolescentes demandan cada vez más información para comprender la realidad y el contexto en el que se desarrollan, siendo la sexualidad un foco importante por las implicaciones que tiene para su vida futura.

1.1 Aspectos biológicos y físicos.

La adolescencia es la etapa del crecimiento en la que se realizan los mayores cambios biológicos que se refiere principalmente al desarrollo físico que sufre el ser humano durante el proceso de maduración. El crecimiento corporal padece una notable aceleración, hasta el punto de que entre edades de 11 y los 16 se crece más que en años anteriores y posteriores.

Tiene un arranque con la pubertad, que es cuando se presentan cambios físicos muy significativos y se manifiestan las características sexuales primarias, es decir, que se adquiere la capacidad de procrear o reproducirse.

1.1.1 Características sexuales primarias.

Son las características anatómicas o fisiológicas que distinguen a los hombres de las mujeres. Son los órganos sexuales con los que nacemos y que nos hacen diferenciarnos entre género. En las mujeres los órganos externos son los que logran verse a simple vista e incluyen la vulva, monte de venus, labios mayores, labios menores, clítoris, entrada de la vagina, himen, ano, glándulas mamarias.

Los órganos internos no se logran ver a simple vista como la vagina, útero o matriz, trompas de Falopio y ovarios; mientras que en el varón se encuentran en los órganos sexuales externos el pene, escroto y los órganos internos son testículos, uretra, próstata, conducto eyaculador y las vesículas seminales.

Algunos cambios más notables en esta etapa son:

“CAMBIOS NOTABLES EN LA ETAPA ADOLESCENTE”

MUJER	HOMBRE
Crecimiento de las mamas.	Vello axilar.
Vello púbico.	Vello púbico.
Vello axilar.	Vello facial.
Cambios en la voz.	Cambios en la voz.
Cambios en la piel.	Cambios en la piel.
Aumento de la amplitud de la pelvis.	Aumento de la amplitud de los hombros.
Acumulación de grasa que da curvas a la figura.	Desarrollo muscular.
Inicio de periodos menstruales.	Aumento de estatura.
Aumento de estatura.	Crecimiento del pene, escroto y los testículos.
Secreciones vaginales claras o blanquecinas.	Eyaculaciones durante la noche.
Ensanchamiento de las caderas.	

Fuente: elaboración propia.

Las causas motivantes de estos cambios físicos tienen un origen interno con las hormonas, sistema nervioso, genética, etc., y externo con las condiciones de vida, ambiente social, alimentación, salud, entre otras.

Las mujeres alcanzan su estatura a los 15 y los hombres a los 17, y aunque unos siguen creciendo el cambio no es tan significativo. Pero lo fundamental es que se obtienen la capacidad reproductiva; la mujer inicia la ovulación, los ciclos menstruales, y en el hombre se generan los espermatozoides los cuales se muestran en la eyaculación.

Estos cambios acarrearán afectaciones en la esfera psicológica, ya que puede generar preocupación por la apariencia física y repercute en la esfera social, de igual manera se inicia la atracción de tipo sexual que se siente por otro sujeto.

1.1.2 Características psicosociales

El término psicosocial comprende a un individuo en características tanto a nivel intelectual como emocional, es decir cómo se da la relación con su medio social. Los riesgos psicosociales pueden afectar la salud, de acuerdo con La Organización Mundial de la Salud, desde 1946, es el “estado de completo bienestar físico, mental y social”.

Es durante la adolescencia cuando se definen muchos aspectos y se trazan caminos que van a durar toda la vida. En esta etapa se precisan los elementos necesarios para mantener una relación de noviazgo, vínculos afectivos y las relaciones sociales. En esa dinámica se pueden presentar algunos riesgos.

Existen diferentes tipos de riesgos psicosociales, algunos de ellos son más significativos en el desarrollo del individuo durante la adolescencia siendo una transición entre la infancia y la vida adulta, así como el desprendimiento de la relación del núcleo familiar de origen para encontrar la propia identidad y crear vínculos nuevos en las relaciones interpersonales.

Se realiza la conformación de la identidad del individuo con base en su forma física, se presenta un desarrollo corporal significativo, modificaciones internas y externas, que consiguen hacer sentir muy bien al adolescente o muy mal. Tales características logran volver vulnerables a los jóvenes y pueden verse afectados por diferentes necesidades y podrían encontrarse ante los riesgos psicosociales como los siguientes:

- Trastorno de alimentación.
- ¿Qué de la sexualidad?
- Adicciones.
- Violencia.

Alguna persona puede sufrir alguno de ellos y ser afectada dejándole daños irreversibles o incluso llevarlos a la muerte.

1.2 Aspecto psicológico.

Los cambios psicológicos durante la adolescencia forman parte de la etapa más difícil de sobrellevar. Aparece una mayor curiosidad por conocer el mundo que lo rodea. Los adolescentes acceden a una nueva forma de pensamiento, puede formular hipótesis, razonar acerca de ellas y extraer sus propias conclusiones.

El sujeto puede diferenciar lo real de lo posible, comienza a poner en tela de juicio todo aquello que hasta ahora era inamovible. Tiene opiniones propias y críticas sobre el amor, los estudios, los amigos, la familia, entre otros aspectos.

Con la adolescencia aparecen las primeras muestras de deseo de separación, de independencia, que le llevarán a la individualización adulta.

Esto genera satisfacción en el adolescente, pero igual un miedo e incertidumbre, ya que al haber estado siempre con la protección de los padres no sabe si podrá valerse por sí mismo fuera del cobijo familiar, y tendrá que aprender a tomar decisiones que otros no podrán por ellos.

Considero que en ocasiones no siempre se siente como adulto y a veces no quiere que lo traten al igual que un niño. Pasan por un duelo, puede sentir una invasión o pérdida del cuerpo con un cambio de modificaciones afectivas. Sienten que tienen mayores responsabilidades, necesitan un ideal a seguir que lo más aconsejable es un modelo dentro de su núcleo familiar que sirva de guía para su desarrollo personal y académico.

Empieza a observar y tener un desarrollo cognitivo, viendo cosas que no veía de niño. La comunicación que se da en la relación entre padres e hijos es fundamental para el adolescente y para un buen vínculo familiar.

El papel que antes tenía la familia, ahora lo tienen sus amigos y compañeros en el sentido de pertenencia, en el afecto, entre otros aspectos. En su grupo compartirá experiencias, tendrá vivencias, se sentirá protegido y comprendido por ciertas personas que están pasando por lo mismo que él, gozará de libertad para expresar todo lo que quiera sin miedo a sentirse injustamente evaluado.

Esta integración en su grupo es tan conveniente que los padres pueden tener la impresión de que para sus hijos la familia no existe, pero esto no es así.

Se comienza a buscar el propio “yo” en el sentido que se quiere depender de uno mismo, descubre ídolos (musicales, actores, de redes sociales, entre otros.) o líderes, establecer reglas propias en un diferente núcleo social para tener una forma de actuar, sentir, pensar y vivir. Con ello se generan elementos en la vida de cada individuo; el caso de un nuevo cuerpo, nuevas amistades, experiencias, así como nuevos factores de riesgo que son los psicosociales.

El deseo sexual aparece, de una forma clara, después de la pubertad. El sujeto se encuentra con la atracción física hacia otro individuo, con el deseo de disfrutar de su compañía, con sentimientos, deseos y conductas sexuales que son una novedad. Siente placer sexual consigo mismo y con otras personas. Durante este tiempo se va definiendo la orientación, los gustos y preferencias personales.

En la adolescencia la familia deja de ser el primer objeto amoroso y surge interés especialmente a los amigos y amigas, y hacia adultos idealizados: cantantes, modelos, jugadores de fútbol, profesores/as, entre otros. Estar enamorado es una de las vivencias más intensas durante la etapa, provoca grandes sentimientos y emociones como felicidad, euforia, alegría, confusión, tristeza.

1.2.1 Enamoramiento

El ser humano desde que nace, tiene la necesidad de amar y ser amado, en los primeros años de vida esas atenciones y manifestaciones de cariño son fundamentales para el buen desarrollo físico y psicológico. Este sentimiento del enamoramiento se da en la adolescencia e influye en esa etapa, en la formación de la personalidad, en el modo en que nos acercamos a los demás y en la manera de amar y ser amados.

De acuerdo con Alba Torres Marisol García (2006:5) en las etapas psicosexuales de Sigmund Freud menciona que “durante el llamado Complejo de Edipo se vive el primer “enamoramiento” el niño o de la niña con el progenitor del sexo contrario. Con ello se ve reflejada su pulsión sexual, llamada también de vida”.

En el enamoramiento se da un abandono emocional de sí mismo para dárselo al ser amado.

De acuerdo con Freud el enamoramiento es producto de una regresión, es decir de experiencias infantiles compartidas por lo regular con la madre. En la adolescencia, enamorarse contempla separarse de los padres y de su núcleo de amigos, para formar un nuevo grupo de una pareja amorosa.

Según Goleman (2001), contamos con dos mentes: la emocional y la racional; por la primera nos enamoramos, ya que esta controla los sentimientos. Explica que también existen distintas teorías que involucran al sistema biológico, menciona que las personas llaman la atención de otras por medio del olfato. Sin embargo, el verdadero enamoramiento significa dar como recibir, siendo un complemento recíproco.

El psicoanálisis imagina que nos enamoramos de quien nos recuerda a nuestra madre de la primera infancia, pero no existe prueba alguna sobre esta hipótesis. La persona enamorada busca y encuentra paz solo con el sujeto que le ha quedado plasmado en el corazón.

Nos enamoramos del sujeto que nos comunica con señales, símbolos, cómo crecer y realizar nuevas posibilidades, permitiéndonos ir en dirección a nuestras exigencias internas.

El enamoramiento empieza con una atracción física seguida por una personal por la persona (interés) llegando a sentir que puede haber reciprocidad en un sentimiento.

Cuando uno se enamora sufre las siguientes reacciones:

- Intenso deseo de intimidad y unión física con el individuo.
- Deseo de reciprocidad.
- Temor al rechazo.
- Frecuentes pensamientos del individuo que interfieren en su actividad diaria.
- Pérdida de la concentración.
- Tiene como único centro de atención al otro individuo.
- Idealización del individuo.

1.2.2 Amor en la adolescencia

Existen diferentes definiciones sobre el amor:

Rivera (2014): “el amor es algo extraño y a la vez sencillo. Extraño porque por más que lo busques, no sabes de dónde viene, ni a dónde se va. Sencillo, porque se da tan fácil como respirar, sale sin esfuerzo; naces de él”.

Para Fromm (2000) el amor es un arte: “el primer paso a dar es tomar consciencia de que el amor es un arte, tal como es un arte vivir. Si deseamos aprender a amar debemos proceder en la misma forma en que lo haríamos si quisiéramos aprender cualquier otro arte, música, pintura, carpintería o el arte de la medicina o la ingeniería”. (p.16)

El amor se necesita cuidar y cultivar, para poder tener un aprendizaje de lo que verdaderamente es amar. Fromm elaboró una teoría del amor focalizada en la necesidad profunda que todo ser humano tiene de superar el estado de separación para con los demás y acceder a una comunicación interpersonal con otro. No es difícil enamorarse, lo complicado es permanecer enamorado.

El amor, según Fromm, debe celebrarse todos los días como un acto liberador y enriquecedor. Porque quien logra aprender a amar de forma madura y consciente, entiende que el querer no sabe de posesiones o condiciones. El amor es por encima de toda la preocupación activa por la vida, es cuidado y el deseo firme de favorecer el crecimiento de aquellos a quienes amamos.

Varios autores han tratado el tema del amor: científicos, psicólogos, médicos y poetas. Todos hemos sentido alguna vez amor, lo siente o lo sentirá en algún momento de su vida.

Por otra parte, Fromm en sus teorías clasifica el amor dependiendo de la clase de objeto que se ama: el amor fraternal (de hermanos), materno, erótico (de pareja), a sí mismo y a Dios. En esta ocasión el “erótico” será el eje principal y respecto a esto dice: “... está el amor erótico, el anhelo de fusión completa, de unión con una única persona”.

Para Fromm el amor debe de ser un acto de voluntad y de decisión, dedicándole nuestra vida a la otra persona. Por otro lado, afirma que la mayoría de la gente tiene un problema con el amor, pues esperan ser amados, pero no en amar. Reconoce que el ser humano necesita sentir este sentimiento con alguien para sentirse bien, para poder recibirlo y posteriormente dar.

Explica que el amor implica cuatro elementos importantes: cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento. Así que, para vivirlo verdaderamente, tendríamos que sostener y mantener estos equilibrados.

Adler (2006) menciona que el amor es un aspecto vital importante para el ser humano como los amigos y el trabajo, lo define en términos de amor heterosexual: “consiste en una unión estrecha de mente y cuerpo, y la cooperación máxima entre dos personas del sexo opuesto”. (p.6)

1.2.3 Ligue

De acuerdo con Vargas y Rosado (2009) el ligue es un cambio de señales que una pareja comparte que consta de cinco etapas. Es importante conocer del tema, ya que en la adolescencia se da esta dinámica y puede ser riesgosa o placentera.

Esta situación surge debido a que es la etapa cuando empiezan a surgir cambios tanto en su cuerpo como en su forma de interacción, en el aspecto sentimental quieren descubrir experiencias nuevas encaminadas por la curiosidad, hacia el género opuesto y el deseo sexual.

Primera etapa es captar la atención, primero, hombres y mujeres marcan su territorio en el contexto que se encuentren, después realizan diferentes acciones, los hombres se estiran, meten la panza y exageran los movimientos de su cuerpo, las mujeres enfatizan más los movimientos de cadera, se agarran el cabello, se ponen rojas, levantan las cejas y sonrían.

Segunda etapa es el reconocimiento, el contacto visual es fundamental, ya que define el futuro del ligue y se puede responder de las siguientes maneras: sonreír o hacer evidente que cruzan miradas, desviar la mirada en el caso que te intimide o planear la estrategia cuando tienes claro que a la que está viendo es a ti, entonces piensas que harás para que se acerque o busquen el encuentro casual.

Tercera etapa es hablar y empieza con frases poco significativas o halagos, te dicen algo que necesita una respuesta para abrir el canal de comunicación. El tono de voz es fundamental porque revela la intención que tienes, tus emociones, tu educación, etc.

Cuarta etapa es tocar, que es el contacto físico y cuando intentan tocarse de forma rápida en alguna parte del cuerpo. Y la quinta etapa es sincronía del cuerpo que es cuando los dos se sienten con más confianza empiezan a hacer los mismos movimientos alineándose de manera que los hombros queden frente a frente.

Este movimiento puede darse antes o durante la plática, si pasas por las cinco etapas del lígúe puede ser que la pareja esté lista para dar el siguiente paso, un noviazgo, aunque no siempre pasa de esta manera, cada pareja es diferente y si no hubo atracción desde un inicio es muy probable que no se llegue a nada. Sin embargo, en el desarrollo de los adolescentes y en la construcción de la identidad este tipo de experiencia es importante en la conformación del yo. Así como el noviazgo.

1.2.4 Noviazgo

Los adolescentes por los cambios que están pasando, los que están descubriendo y sintiendo buscan iniciar un noviazgo.

El noviazgo “es un vínculo que se establece entre dos personas que se conocen, salen, se tratan e intercambian sentimientos y caricias”. Existen tres fundamentos claves en un noviazgo:

- La fortaleza: es cuando se empieza a consolidar la relación.
- Confianza: la pareja se conoce mucho mejor, pues los dos se muestran como realmente son. Es un momento importante, pues las bases de la relación se van haciendo cada vez más sólidas.

- Compromiso: la relación se hace más fuerte, el compromiso está presente y pueden hacerlo mucho más real con el matrimonio. Una relación perfecta se construye todos los días.

Cada relación amorosa es distinta y única, no existe una guía, ya que la construcción de una pareja varía dependiendo de ambos. La comunicación en una pareja es un fundamento clave, debemos de aprender a comunicarle a la pareja lo que sentimos, manteniendo un buen entendimiento entre ambos.

La confianza es fundamental, uno debe de confiar en el otro sin dejar de ser uno mismo. Si se mantiene una buena comunicación y confianza se tendría una relación sana y duradera. En el noviazgo ves a esa persona especial, te emocionas y quieres estar cerca de él, puedes sentirte atraída física y emocionalmente a alguien.

El amor es el más deseado de todos los elementos que complementan nuestra vida y partiendo de él podemos mantener vínculos que construyen nuestras emociones. Podemos mantener conexiones afectivas muy fuertes y estos lazos no solo son para la pareja, sino con nuestra familia, las amistades y personas cercanas.

Regularmente cuando se sienten atraídos a otra persona la necesidad de conocerle más, y si logramos confirmar que existe atracción y correspondencia, se quiere un novio o novia. Buscar a alguien a quien amar o a quien transmitirle nuestros sentimientos puede ser una de las razones por las que busquemos un noviazgo y compartir con las salidas, bailar, divertirse, gustos, música, etc.

No existe una edad para enamorarse y es común que durante la adolescencia sea una práctica constante. Que te guste un compañero o compañera de la escuela, de la colonia, de una fiesta, etc. De la atracción se puede pasar al enamoramiento y se puede iniciar una relación, la atracción que se puede dar en un inicio no deriva a sentir amor.

Existen algunas diferencias entre “free” y un noviazgo.

En un noviazgo se crea un compromiso, existen sentimientos, deseos y ganas de compartir actividades con la pareja de forma cotidiana y oficial, se encuentra todo tipo de emociones: amor, emoción, diversión, entrega e ilusión. Mientras que el salir o “un free” los sentimientos no son tan fuertes, porque solo se disfruta el gusto o el disfrute de un rato, sin ningún tipo de compromiso.

Algunos acuerdos entre dos personas que no tienen un noviazgo son:

- No hay obligación de llamarse por teléfono o buscarse por redes sociales.
- No existen el compromiso.
- No se rinden, ni se piden cuentas o se cuestiona a la otra persona.
- No existen planes a futuro, ni proyectos de vida juntos.
- No existen celos.
- Existe una plena libertad de salir con otras personas.
- Es una relación ligada a la atracción, al deseo y al gusto de estar juntos por un tiempo.

En algunas ocasiones salir con una persona puede convertirse en noviazgo y entonces la pareja realiza un acuerdo de relación. A veces no es bueno suponer lo que puede estar pensando la otra persona, pues puede crear falsas expectativas y es mejor hablar claramente y expresar nuestras preferencias.

Por otro lado, la sexualidad se encuentra desde que nacemos, pero en la adolescencia depende de la cultura o sociedad en la que se encuentra cada individuo. Forma parte del desarrollo normal del niño y el adolescente, desde la primera infancia el niño experimenta sensaciones placenteras al tocarse, al ser acariciado y besado, y observa las expresiones de afecto y las actitudes sexuales de los adultos que le rodean, que en ocasiones trata de imitar.

La sexualidad no solo tiene que ver con el acto de reproducirse, sino que representa la generación de deseos, sentimientos, fantasías y emociones, es decir, el desarrollo de una identidad sexual, que se puede definir como aquella parte de la identidad del individuo que le permite reconocerse y actuar como un ser sexual.

En la primera etapa de la adolescencia es frecuente la masturbación y las fantasías sexuales, en ocasiones con compañeros del mismo sexo, motivando dudas sobre la orientación sexual, con ansiedad y sentimientos de culpa.

El desarrollo sexual son etapas de cambios constantes, donde el deseo y los impulsos sexuales dominan a una parte racional que no está del todo desarrollada.

1.3 Familia del adolescente.

La relación con los padres durante la adolescencia puede hacerse difíciles al momento de comunicarse unos a otros, ya que ocurre a menudo que los adolescentes se sientan incomprendidos exigiendo más libertad y autonomía durante esta etapa.

De acuerdo con Estrada, Watzlawick y Minuchin (2004) definen a la familia como:

Un sistema en el que se encuentra un conjunto de personas en constante comunicación y/o interacción en los que, la conducta de cualquiera de sus integrantes provocará cambios o comportamientos diversos en el otro y en el resto del sistema, que podrá servir para el bienestar o malestar de la familia.

Es decir, que la familia como sistema es un conjunto de personas que se encuentra en constante interacción y en el que el movimiento de cualquiera de ellos provoca cambios en todos y cada uno de los integrantes del grupo familiar.

La familia es un sistema que se encuentra integrado por subsistemas: conyugal (esposa y esposo), parental (padre y madre) y filial (hijo e hija), entre estos existen límites claros, rígidos y difusos que tienen como objetivo proteger la diferenciación del sistema y facilitar la integración de los miembros. Cada individuo dentro del subsistema que pertenece tiene diferente nivel de poder.

Existe una estructura dentro del sistema que hace referencia a los acuerdos implícitos y explícitos que se presentan en una familia y que sostienen la estructura y dinámica interna, del cual se definen los roles, jerarquías y reglas de la familia.

Minuchin (2004), define los límites como un tipo de comunicación que se encuentra presente entre los integrantes de la familia, teniendo la función de proteger la diferenciación del sistema, existiendo tres tipos de límites dentro del grupo familiar: claros, rígidos y difusos.

Los límites claros establecen una comunicación clara y directa. Este tipo de comunicación favorece el entendimiento entre los integrantes de un sistema debido a que existe una característica fundamental: la negociación. Se llega a relacionar con familias que comparten una buena comunicación entre sus miembros.

Los límites rígidos transmiten con claridad el mensaje y hacia quien o quienes está destinado, pero en este tipo de comunicación no existe posibilidad de negociación y tiene como característica la lucha por el poder. Este límite genera violencia debido a que se procura someter a la persona, más que tratar de llegar a un acuerdo con ella. Se relaciona con familias desligadas o que comparten pocas cosas entre sus miembros.

Por último, los límites difusos generan una gran confusión en sus mensajes, dado que no definen con claridad que se quiere decir, ni para quien va dirigido el mensaje. Este tipo de comunicación promueve caos y confusión pues define roles, reglas ni jerarquías en el sistema. Son familias que no saben el rol que les toca dentro de su sistema familiar.

Es importante que tengan una figura de autoridad que en este caso debe ser una figura dentro de su núcleo familiar para enseñarle límites y reglas que debe de acatar. Esto porque el adolescente llega a tener un pensamiento egocéntrico (que él es más que los demás, se llega a sentir superior), siente que puede y es más importante.

El adolescente necesita “un ideal” o un espejeante para ver a quien seguirá formando su identidad. Se les debe de enseñar desde pequeños a quién pueden seguir, una

figura buena que pueda ser un ejemplo, se les debe de enseñar adecuadamente para tener un desarrollo satisfactorio. Los padres deben de dejar a los jóvenes que se equivoquen y se frustren, ya que esto no es malo y va a lograr tener una mayor tolerancia a la frustración que le servirá tanto de manera personal, social y académica.

La adolescencia es una etapa de equilibrio y desequilibrio, debe de considerar una perspectiva de la vida para planear su camino.

1.4 Aspectos sociales.

Se descubre "lo social", a la persona le importa pertenecer a un grupo y compartir ideas o gustos. Aparecen cambios en la capacidad de integración social, en el grupo de iguales se conforman una serie de normas y nuevos valores. Se sigue formando y consolidando la identidad sexual y afectiva.

El adolescente enfrenta la búsqueda de su nueva identidad y su camino en el mundo social; los jóvenes buscan límites, quieren saber hasta dónde pueden llegar, buscan experiencias no probadas, nuevas sensaciones no percibidas anteriormente, adrenalina, emociones fuertes, esto abre la puerta a que el adolescente acepte nuevos retos.

¿Buscar la pertenencia a un grupo, por qué no? Encontrar la estabilidad dentro de una tribu urbana que con su familia no encuentra.

Existen gustos por la comida, música, estilos, etc., pero también el adolescente busca diferenciarse de los demás. Siente la necesidad de diferenciarse y distinguirse principalmente de los adultos. La adolescencia es una forma de diferenciarse ante el mundo, implicando tener marcas de identidad, como otros signos de reconocimiento y de pertenencia. El atuendo suele ser una marca para comunicarse de manera "no verbal".

Algunas tendencias dentro de esta necesidad de diferenciación se encuentran los tatuajes y el piercing, siendo el atuendo esencial para dar la impresión de "ser alguien".

La adolescencia no puede evitarse, por supuesto. Vendrá, seguro, y luego acabará, también seguro. Pero sus efectos serán distintos según cuál sea la situación de partida, tras una infancia feliz y una relación padres-hijo satisfactoria, la adolescencia es una sacudida.

Los adolescentes buscan una uniformidad, existiendo un espíritu de grupo al que tan afecto se muestra el chico o chica. A veces se encuentra un proceso de identificación masiva, en donde todos se identifican con cada uno y que un proceso de separación del grupo puede parecer casi imposible, siendo que el individuo pertenece más al grupo de pertenencia que al grupo familiar. El ser humano es un animal social y necesita relacionarse con sus iguales para conseguir desarrollar esta faceta que nadie puede negar de la condición humana.

El chico se inclina a las exigencias del grupo, en cuanto a modas, vestimenta, costumbres, preferencias de distinto tipo, etc., estos aspectos se pueden notar en las características que distinguen a las tribus urbanas, ya que cada tribu tiene características particulares y que los diferencian de otros grupos sociales.

En los grupos de amigos el individuo adolescente encuentra un reforzamiento muy necesario para los aspectos cambiantes del yo que se producen en este periodo de vida.

El grupo logra una transición necesaria en el mundo externo para lograr una individualización adulta. El grupo resulta útil para las disociaciones, proyecciones e identificaciones que siguen ocurriendo en el individuo, pero con características diferentes.

En el fenómeno grupal, el adolescente busca un líder al cual someterse. El individuo siente que están ocurriendo procesos de cambio y el grupo viene a solucionar gran parte de esos conflictos que llega a tener tanto de manera personal como social.

Le resulta más fácil y menos vergonzoso consultar sus dudas y preocupaciones con sus amigos, dada la empatía que se siente al estar experimentando lo mismo que él.

Las conversaciones con sus amigos íntimos ayudan al adolescente a conocerse a sí mismo y a entender los cambios que le están sucediendo en esta etapa de su vida. Compartiendo y comparando las experiencias e ideas con alguien que se encuentra en la misma situación, le ayuda a descubrir nuevos valores y formas de ver la vida y, en definitiva, a construir su identidad.

Al igual que ocurre durante toda la vida, pertenecer a un grupo supone sentirse a veces presionado a hacer cosas o tomar decisiones que van en contra de nuestras propias convicciones y valores. En el caso del adolescente no es menos, más aún si tenemos en cuenta que se encuentra en un periodo de gran inestabilidad emocional, es más vulnerable y más sensible a esta presión, ya que necesita sentirse aceptado por aquellos que lo rodean.

Los motivos para acoplarse al comportamiento del grupo son varios: la necesidad de ser aceptado, el temor de que los demás se burlen de él o simplemente el querer probar algo nuevo.

En este punto los padres de los adolescentes pueden sentir la necesidad de querer ayudar a sus hijos a buscar buenas amistades que supongan una buena influencia a sus hijos. Pero algo muy importante es que si se le da mucha libertad puede sentirse abandonado en el núcleo familiar, se le deben de dar límites para darle una estabilidad y seguridad.

Piensa en proyectos de vida, al sentir más libertad para realizar y pensar en sus gustos. Se encuentra lo sociocultural, el re-despertar sexual, psicobiología y el “sí mismo” (el reformularse en sí mismo).

Se le deben de establecer límites tanto en la escuela como en la casa y enseñarle que no todo es regalado, se deben de crear acuerdos.

Las redes sociales, el internet, los llevan a tener poco nivel de tolerancia, van creando su personalidad mediante las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Por otro lado, se encuentra el enamoramiento, las emociones y los sentimientos, por lo que existen periodos de homosexualidad porque se encuentran en una etapa en la que prueban y experimentan nuevas relaciones con sus iguales.

Se presentan mecanismos de defensa para mantener un equilibrio, el adolescente busca estar solo (a veces porque así se encuentra a gusto o porque no tiene amigos). Se necesita que los adolescentes piensen sus decisiones antes de hacer cualquier cosa que no quieren o que llegan a realizar por moda.

De acuerdo a Piaget los adolescentes Tienen una actitud reivindicatoria buscando hacer cosas por los demás, esta ayuda a veces la realizan para generar un cambio. Por ello vemos a algunos jóvenes realizar actos de solidaridad, de ayuda y apoyo a los demás, recordemos el sismo del 2017.

Se desea de parte del mundo adulto que tengan bien definido lo que quieren y esto puede reflejarse en el proyecto de vida de cada adolescente, se encuentran las metas a corto o largo plazo y de acuerdo a esto, ellos mismos entenderán que necesitan dentro de su vida para llegar a esas metas e idealizarse un futuro estable que la mayoría de los adolescentes espera (un trabajo bien pagado, viajar y tener su propia casa).

1.5 Riesgos en la adolescencia

De acuerdo con Márquez (2002), en algunos medios existe corrupción, violencia, desigualdad, etc., ya no es garantía tener una carrera para tener un buen trabajo.

Los adolescentes le empiezan a dar valor a lo escolar porque tienen un pensamiento diferente, siendo que les da conocimientos, no inteligencia... emocional, empatía, tolerancia, etc. Ayuda a que tengan y conozcan diferentes relaciones o vínculos con personas.

La estabilidad con las familias no llega a ser muy favorable en algunas ocasiones con los adolescentes, pues llegan a tener problemas de comunicación y peleas, que conlleva a una mala relación entre padres e hijos y a una rebeldía de su parte.

Al tener un sentir de abandono familiar su comportamiento puede ser rebelde y empiezan a tomar, drogarse, irse de pinta o que pueden llegar a tener posibles riesgos como la anorexia, bulimia, violencia, embarazo adolescente, etc.

Necesidades del adolescente.

Por otro lado, los adolescentes tienen necesidades, como expresa Bartolomeis (1986), es necesario que sean satisfechas para que se logre un equilibrio y para satisfacer las demás necesidades es necesario tener un conocimiento sobre estas y así poder respetarlas.

Todas las necesidades son importantes y necesarias para el desarrollo de las personas. Maslow (1943) plantea la escala de necesidades dividiéndolas en cinco niveles:

1. Necesidad fisiológica: respirar, tomar agua, alimentarse, dormir, descansar, tener relaciones sexuales, etc.
2. Necesidad de seguridad y protección: seguridad física, de recursos, de salud, de empleo, etc.
3. Necesidad de afiliación y afecto: amistad, intimidad sexual, relacionadas con el desarrollo afectivo del individuo.
4. Necesidad de estima: incluye sentimientos como confianza, competencia, independencia, libertad, necesidad de atención, aprecio, reconocimiento, etc.
5. Necesidad de autorrealización: motivación de crecimiento, necesidad de ser alguien.

Existe la necesidad sexual que trata de saber quién soy, como voy a actuar, vestir, coquetear, para reafirmar quien soy. La sexualidad empieza a despertar en la adolescencia y nos demuestra quienes somos.

A veces cuando un adolescente no se siente aceptado dentro de su familia o socialmente busca la manera de llamar la atención. Por lo que si se logra equilibrar va a ser un individuo estable y satisfecho.

1.6 Suicidio de los adolescentes.

La adolescencia es un momento de contradicciones, crecimiento, duelos, fricciones con la familia por lo que se pueden presentar algunos riesgos. Por lo que pueden llegar a cometer un acto deliberado de quitarse la vida por pensamientos negativos como la depresión, impulsividad, baja autoestima, el núcleo familiar, etc.

Desde el punto de vista de Márquez (2002), el suicidio siempre ha estado presente en la historia de la humanidad. Y este mismo se refleja mediante una acción y efecto de matarse a sí mismo, la persona realiza una autoagresión, provocándose el mismo.

Siguiendo con la autora, en su libro “Adolescencia: espejo de la sociedad actual” (2002), hace diferencia entre adolescente suicida y suicida adolescente; en el primero hace referencia a un joven patológico que a toda costa desea terminar con su vida, desea la muerte, la busca y muchas veces la consigue, respecto a la segunda existe un suicida imaginario que se recrea con la fantasía de la muerte, piensa que no es tan malo querer morir, la buscan para vivir en momentos de dolor.

Este fantasma del suicidio es inevitable en la etapa adolescente y es algo natural, lo malo es querer lograr la muerte a toda costa. Tanto en hombres como en mujeres se incrementan los deseos del suicidio, ya que existe una libertad y depresión durante este período.

Algunas variables que pueden incidir en el suicidio de los adolescentes van desde el género, la edad hasta las interacciones sociales y familiares. La religiosidad también influye, pero quienes intentan el suicidio por lo regular son personas menos religiosas.

Y algunas variables familiares que influyen en querer realizar un suicidio es la desorganización familiar, la falta de comunicación con los padres, riñas familiares,

ausencia de una figura parental significativa, familia destruida, sentimientos de rechazo familiar y enfermedades psiquiátricas que se hayan presentado en la familia.

Por otra parte, un papel importante lo juegan los problemas en las relaciones amorosas, pérdida temprana del objeto amoroso (muerte, divorcio, separación), dificultades escolares y financieras, la soledad, el abandono, alcohol y drogas; siendo el suicidio una salida fácil para dejar de sentir.

Este tema es muy importante y se debe de poner mucha atención si un adolescente se encuentra en esta situación, ya que La Organización Mundial de la Salud (2018), estima que cerca de 800 000 personas se suicidan cada año, siendo la segunda causa principal de defunción en edades entre 15 a 29 años.

Por lo que debemos de poner mucha atención si nos encontramos cerca de un adolescente que presente alguna problemática que pueda llevarlo al suicidio y lograr una ayuda inmediata con él o ella.

1.7 Intereses

Los intereses guían nuestra vida en gran medida, ya sea que son las inclinaciones o aficiones que sentimos por las actividades que realizamos, las personas se van formando desde pequeños y pueden o no estar relacionados con la carrera que se desea estudiar.

Cuando se logra coincidir lo que más nos gusta hacer con lo que vamos a estudiar, estaremos sacando provecho de uno de los factores intrínsecos más poderosos, nuestros intereses.

Como plantea Bartolomeis (1986), el interés es un hecho psicológico que consiste en un atractivo hacia algo experimentado por el sujeto en virtud del cual asume una actitud que revela agrado, gusto, preferencia, por aquello que lo provoca.

El interés vocacional se refiere a una inclinación hacia determinadas profesiones, actividades, amistades, géneros literarios, deportes, forma de vida o modos de encarar situaciones. Esta inclinación suele ser la más aconsejable para realizar una carrera porque cuando realizas algo que te gusta con tu carrera profesional no se te hace pesado y lo disfrutas porque es algo que te agrada y puede llegar a apasionarte, en lugar de volverse tedioso o desesperante para ti.

El desarrollo de un plan de vida personal puede comenzar por la claridad en la identificación de los intereses, que finalmente representan a las preferencias personales que desarrolla cada individuo en el transcurso de su existencia y que son importantes en la clarificación de los modos de vida preferidos y en las actividades que desarrollará en una profesión.

Los intereses van desarrollándose conforme a la experiencia que se tenga en una determinada actividad, puesto que las oportunidades de contar con los conocimientos y experiencias dentro del ámbito laboral, propiciara una dificultad mayor para diferenciar entre varios y diversos campos laborales.

CAPITULO 2. SEXUALIDAD

Sexualidad es una palabra que todo mundo ha oído hablar en algún momento de su vida. En la vida diaria estamos constantemente en contacto con mensajes relacionados con ella, tanto en redes sociales, películas, canciones, anuncios y en el entorno. Pero ante esto seguimos teniendo dudas y preocupaciones respecto al tema y no se lleva más allá para poder hablar de manera directa y clara de la sexualidad.

La sexualidad sigue siendo un tema tabú en la actualidad, lo que provoca que se mantengan mitos y se siga desinformando a los individuos. En algunas ocasiones se deja en último lugar perdiendo importancia, provocando una sexualidad llena de temores, penas y conductas que pueden llegar a generar malas experiencias, como embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, violencia en el noviazgo, por mencionar algunos de los problemas contraproducentes.

Si entendiéramos que la sexualidad no solo es tener coito, sino que rodea varios aspectos de nuestra vida, podríamos evitar o comprender las necesidades que como humanos tenemos y que en algún momento de la vida ya sea a corto o a largo plazo van a experimentar los adolescentes; se podría vivir una sexualidad sana.

Al tener la información adecuada y una reflexión sobre la sexualidad, se podrían asumir actitudes responsables ante las relaciones coitales, que logran afectar a las personas que los rodean. La sexualidad debe de entenderse no solo como relaciones sexuales, ya que está vinculada al mismo la integridad del sujeto es decir que interactúan con el ser humano, como las emociones, afectos y no ser solo un tema coital.

Una razón que persiste en la sociedad respecto al tema, es que, si a los adolescentes no se les menciona de sexualidad y se quedan con dudas o desinformados, no van a tener interés por conocer o descubrirla; dando a entender que si se les habla de ella se promueve su ejercicio, siendo una idea errónea.

El aspecto sexual es tan fundamental como el intelectual y social, existiendo infinidad de libros y manuales sobre el tema, incluyéndolo en programas de educación básica y

media. Sin embargo, quedan considerables vacíos, siendo trascendente el trabajo que se puede realizar en la escuela y en la familia.

En el salón de clases se trata de formar personas con actitudes responsables tanto en sí mismos y con los demás. Los docentes tienen la oportunidad de facilitar el proceso de entender mejor la sexualidad con los alumnos, siendo parte de nuestra vida diaria, del desarrollo personal y emocional.

La sexualidad existe desde el nacimiento, pero nos enfocaremos en los adolescentes, ya que en este periodo se encuentran momentos importantes de las personas que llegan a afectar su período de madurez provocada por los cambios físicos, psicológicos y sociales tan significativos que tienen durante la adolescencia. Siendo una etapa de desarrollo, por lo que la sexualidad adquiere un nuevo sentido, surgen dudas, inquietudes e inseguridades alrededor de esta.

El adolescente busca respuestas a sus inquietudes por medio del internet o con amigos; sin embargo, sus contestaciones suelen estar cargadas de mitos o información mal formada.

Los libros y revistas científicas suelen ser una buena opción; por desgracia pocas veces dichos adolescentes, recurren a ellos por el uso de la tecnología, que les da información rápida y precisa del tema que traten, pero lamentablemente no todas las páginas web que encuentran tienen explicación científica sobre el contenido.

2.1 Sexualidad

La sexualidad es una parte fundamental del ser humano y un tanto compleja para la sociedad; se encuentra en cualquier momento de nuestra vida, cuando nos comunicamos, con las miradas, con la forma de ser y actuar, entre otros. Cada individuo tiene una propia sexualidad que lo hace ser único.

Cuando se logra hablar del tema entre un grupo de personas o en pareja, relacionan de manera inmediata la palabra con relaciones sexuales, pero la sexualidad va más

allá de ello abarcando distintos aspectos del ser humano. Al estudiar el concepto se encuentran diversos significados por varios autores.

Por su parte Calixto (2008) hace referencia que “la sexualidad no solo se limita a su función reproductiva, comprende dimensiones biológicas, sociales y psicológicas del ser humano”. No se encuentra en un único momento de nuestra vida, sino que nacemos y morimos con ella.

Para Álvarez (1986) “la sexualidad es un aspecto inherente al ser humano que se origina desde el periodo prenatal, y para algunos es una fuente de placer y aceptación”.

Así mismo y desde el punto de vista de Rubio (2014), menciona que la sexualidad es el resultado de la integración de cuatro potencialidades humanas que dan origen a los cuatro holones (o subsistemas) sexuales.

Rubio plantea un estudio sobre la sexualidad humana conformado por cuatro elementos llamados por el autor “los 4 holones de la sexualidad”, integrando el holon de la reproductividad humana, holon de género, holon de la vinculación afectiva interpersonal y el holon del erotismo.

Para la descripción de los diferentes holones a los que hace referencia el autor se retomará la información del artículo Potencialidades Humanas (Holones) del sitio web de la Asociación Mexicana para la Salud Sexual (AMSSAC), lugar en donde Eusebio Rubio presento su modelo.

- **Holon de la reproductividad humana:**

La reproductividad humana se manifiesta en el simple hecho de que somos seres vivos y podemos reproducirnos. Para Rubio (2014) la reproductividad es “tanto la posibilidad humana de producir individuos que en gran medida sean similares (no idénticos) a los que los produjeron, como las construcciones mentales que se producen acerca de esta posibilidad”.

La reproductividad es un holon sexual que se manifiesta de manera biológica, psicológica, y social. En la parte biológica se encuentra el estudio del DNA, la genética, los cromosomas, los aparatos reproductores y su funcionamiento, entre otros. Así pues, en el aspecto psicológico la reproductividad puede expresarse a través de la maternidad o paternidad o entre muchas otras actividades que realiza el ser humano.

Después en el aspecto sociológico la reproductividad se maneja estudiando significados sociales, políticas reproductivas, procesos sociales que conllevan a la reproducción humana y a un fenómeno demográfico; ya que los seres humanos comparten necesidades en un contexto social.

- **Holon de género:**

Rubio entiende que género es: la serie de construcciones mentales respecto a la pertenencia o no del individuo a las categorías dimórficas de los seres humanos (masculino y femenino). Es por medio del género los grupos sociales realizan varias interacciones y al tener un marco mental de referencia al género que pertenecen tienen una identidad única.

El género es visto como la identidad de nuestro ser de individuos en el plano psicológico, nos permite saber quiénes somos, que hacemos, que queremos y a dónde vamos.

La expresión pública de nuestra identidad se llama papel sexual o genérico (también llamados roles sexuales), las interacciones que realizamos como individuos en una sociedad son de acuerdo con la función que tiene el género relacionado con costumbres que dicta una determinada comunidad.

Como ocurrió con el primer holon, el género cuenta con tres características biopsicosociales. En el aspecto biológico se encuentra el proceso prenatal y postnatal de diferenciación sexual (genérica), las manifestaciones anatómicas que hacen la diferencia entre masculino y femenino.

En el aspecto psicológico el género es la conformación de una identidad de manera individual. Es el modo de saber quiénes somos, qué queremos y hacemos, cómo nos comportamos y hacia dónde vamos.

Se encuentran los roles sexuales de cada género, como lo son la forma de expresarte ante un grupo social o el comportamiento que se establece de acuerdo con una determinada costumbre y tradición, apareciendo los estereotipos en el modo de vestirse, caminar, hablar, entre otras.

- **Holon de erotismo**

De acuerdo con Rubio es un elemento de la sexualidad que nos remite a las prácticas más comúnmente identificadas como sexuales. Cuando se habla de experiencias sexuales, la mayoría se refiere a cambios corporales (individualmente vividas o en interacción con el otro).

Se presenta como la excitación sexual de las vivencias humanas, las construcciones mentales alrededor de estas experiencias. Cada individuo desarrolla su identidad erótica, siendo un aspecto biológico, psicológico y social, integrándose al resto de nuestra sexualidad y al de vida.

Rubio (2014) menciona que los erotismos son “los procesos humanos en torno al apetito por la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, sus resultantes en la calidad placentera de esas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias”.

Igual que los otros holones el erotismo se manifiesta de manera biológica, psicológica y social. El erotismo tiene niveles de manifestación biológica, pero son sus componentes mentales, especialmente en lo que se refiere a las representaciones y simbolizaciones. El deseo, los orgasmos y el apetito sexual son algunos aspectos que enriquecen el concepto.

- **Holon de la vinculación afectiva interpersonal**

Por vinculación afectiva Rubio menciona que es “la capacidad de sentir afectos intensos por otros, ante la disponibilidad o indisponibilidad de ese otro/a, así como las construcciones mentales alrededor de los mismos”.

En la sexualidad deben de considerarse las vinculaciones afectivas de los individuos para desarrollar una personalidad propia en el mundo que lo rodea. La vinculación más reconocida es el amor, ya sea de pareja o fraternal, pero no solo este sentimiento es una vinculación afectiva predominante, ya que también puede haber una afectiva de manera agresiva.

Se entiende que los seres humanos nos vinculamos por afectos provocados por los otros, el amor se ve como una forma ideal de vinculación. Derivados de la emoción se encuentra el enamoramiento, noviazgos, relación entre padres e hijos, relaciones entre amigos, etc.

El estudio de las vinculaciones efectivas entre los seres humanos tiene contenidos en todos los niveles en los que los otros holones sexuales se manifiestan. Las bases biológicas de estos fenómenos empiezan a identificarse, cuando menos en lo que se refiere a algunas formas de vinculación afectiva como el amor romántico, el enamoramiento y posiblemente la matriz del vínculo materno-infantil.

La experiencia subjetiva del amor y los modelos de vinculación (llamado por algunos autores patrones de apego), constituyen temas centrales en la psicología.

El establecimiento de la pareja humana, su formación, ciclo y disolución, la institucionalización de los vínculos efectivos a medio del matrimonio, su disolución a través del divorcio y otras formas de terminación de vínculo, así como la regulación institucional y legal de estos procesos, se estudian por métodos de la psicología de la interacción, la social, la sociología y la antropología.

Citando a Álvarez (1986) define a la sexualidad como un aspecto inherente al ser humano; para algunos es una fuente de placer y de aceptación; para otros, la mayoría, representa problemas y conflictos de diversa índole.

El sexo y el medio social condicionan la educación, costumbres y expectativas de vida; mismas que se reproducen en la existencia social, laboral y familiar.

Rubio y Álvarez hacen diferencia entre sexualidad y sexo y que en algunas ocasiones la sociedad las hace apreciar como sinónimos cuando son aspectos diferentes. Existe una infinidad de autores que cada uno tiene una definición o postura diferente por lo que produce que la sexualidad tenga diversas definiciones, siendo un tema amplio.

Para la Organización Mundial de la Salud (2014) “la sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual”. Menciona que está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos y religiosos.

Cuando se habla de sexualidad la sociedad muchas veces piensa inmediatamente en relaciones coitales, siendo un tema lleno de controversias.

Podemos entender la sexualidad como la manera de ser, comportarse, de expresarse y de hablar cuando nos comuniquemos con los demás. El ser humano desde que nace tiene un sexo y conforme va creciendo va desarrollando su sexualidad e identidad.

Habrà infinidad de definiciones que quieran otorgarle un significado a la sexualidad por el extenso contenido de estudio que presenta, pero debemos de tener en cuenta que la sexualidad se manifiesta en cualquier espacio de interacción humana; se encuentra en las relaciones cotidianas cuando nos comunicamos entre sí, en nuestras ideas o formas de pensar, en nuestros comportamientos, actitudes, emociones, conocimientos y valores que representa cada ser humano.

Para tener una mejor definición de sexualidad debemos de entender que es sexo, ya que es una palabra que logran relacionar con este concepto y tienen relación, pero con significado diferente.

Cabe mencionar que el sexo es una parte vital de la sexualidad, encontrándose en la esfera biológica entendida como el sexo de nacimiento ser hombre o mujer. Dividiéndose en cuatro aspectos: sexo cromosómico, sexo gonadal, sexo genital y sexo de nacimiento.

2.2 El adolescente y su sexualidad

Se tiene todavía una idea de que en las escuelas se deben de atender los aprendizajes y necesidades que tengan los alumnos, pero completamente no es así; la educación empieza en casa por medio de la familia, se les inculcan valores y un modo de pensar que ayudado, con la escuela debe de convertirlo en un sujeto autónomo con criterio propio.

La sexualidad no es un tema característico de la etapa adolescente, entendemos que se encuentra a partir del nacimiento, pero en esta etapa adquiere un significado distinto al que se conocía desde un principio. El adolescente experimenta cambios emocionales y sociales, así como a un nuevo impulso, el sexual que debe aprender a conocer y regular a lo largo de su vida.

De acuerdo con Monroy (2007) menciona que la sexualidad en la adolescencia en general requiere de mucho más conocimiento real, científico y actual en cuanto a motivaciones, actitudes, opiniones y prácticas para poder comprenderla mejor y así desarrollar políticas congruentes y programas educativos, de salud, socioculturales, económicos, laborales que impacten en las necesidades específicas de todos los adolescentes, padres y comunidades.

Como se mencionó anteriormente la sexualidad integra características biológicas, psicológicas y sociales que permiten comprender el mundo de hombres y mujeres.

Monroy menciona, aunque no se ha estudiado mucho al respecto en los medios de comunicación se encuentra la información más explícita de la sexualidad al alcance para los adolescentes. Se encuentran mesas redondas y programas científicos, escenas eróticas, material pornográfico, información sobre el sexo seguro, etc.

El desarrollo de la sexualidad depende de la satisfacción de las necesidades fundamentales del ser humano como el deseo, la intimidad, el placer, el amor, las emociones, entre otras.

De igual manera la información implícita para los adolescentes se encuentra en revistas, periódicos, radio, televisión, y videos, provocando que los jóvenes tengan gran cantidad de conceptos sin tener una madurez sólida que logre ser oportuna para tomar decisiones adecuadas por su edad; impulsando que se tenga una desinformación inadecuada de la sexualidad, roles sexuales claros, valores, entre otros.

Se debe de tener presente que el ser humano es un ser social quien se integra a otros grupos para satisfacer sus necesidades físicas, afectivas y sociales. La cultura se encarga de las normas, valores, creencias, etc.; moldeando el comportamiento de una sociedad con el fin de lograr una convivencia. Este moldeamiento incluye la conducta sexual siendo necesaria para la interacción social.

La sexualidad como indica Monroy “recibe influencias sociales, económicas y culturales, mismas que moldean la manifestación del sexo biológico en la conducta de relación con el medio ambiente y con nosotros mismos”.

La transición de la niñez a la adolescencia es un tanto conflictiva para los adultos, por desconocer comportarse ante tal situación desconocida y para los adolescentes en no saber cómo manejarla.

Se discute la sexualidad en la adolescencia desde aspectos problemáticos que la rodean, particularmente el embarazo, enfermedades de transmisión sexual y recientemente el SIDA, pero se debe de entender que, para resolverse, se deben de conocer los aspectos del desarrollo psicosocial y sexual.

Como se mencionó en el capítulo anterior el adolescente busca la independencia, autonomía y una identidad propia, manifestando su narcicismo ante la sociedad adulta. Tanto el lenguaje, la forma de vestir, de actuar y de hablar se modifica; se refugian en su grupo de amigos que pueden llegar a ser en algunos casos las tribus urbanas.

Ahora bien, el adolescente se desprende del ámbito familiar para buscar su objeto amoroso¹ fuera de él. Los adolescentes inician con cambios internos y externos, por ello la capacidad fisiológica de la excitación sexual y del orgasmo se encuentra presente tanto en los hombres como en las mujeres. Sin embargo, no se sabe cuándo estas respuestas se vuelven erotizadas.

Monroy (2007) da a conocer que existe la actividad autoerótica, en la cual se busca satisfacción y placer sexual, siendo una parte necesaria y natural del desarrollo, pues al conocerse a sí mismos en la propia respuesta sexual luego se puede compartir y disfrutar con otra.

Por otra parte, existe la curiosidad sexual y es muy evidente en la etapa adolescente, pues se tiene un gran interés por revistas, películas y videos eróticos, pornográficos, así como en el lenguaje y los chistes sexuales.

El adolescente en esta etapa de tantos cambios físicos, emocionales y sociales, requiere de un apoyo en su autoestima, en sus capacidades de comunicación, en el sentido de responsabilidad (importancia de los valores), su autonomía, el autocontrol, capacidad en la toma de decisiones y en la solución de problemas. Estos aspectos como define Monroy (2007) deben ser la base de la información sexual que reciben los adolescentes.

La decisión de cuando se deben de tener relaciones coitales es muy personal y respetable, existen personas que desde un inicio las disfrutaban y otras más que

¹ Fromm, Erich. *El arte de amar*, México, Paidós, 2000, p. 52-67. Un amor que se entrega a todo lo creado buscando vincularse y unirse sin perder la integridad ni la propia individualidad, existiendo distintos tipos de amor que el ser humano experimenta a lo largo de su vida.

necesitan un mayor conocimiento del tema. Pueden pasar días, semanas, meses o años, pero lo primordial es que no sea forzada o presionada sino una decisión libre.

Además, se debe tener en cuenta la comunicación que se tiene con la pareja, hablar con ella o él y acordar de qué forma se van a proteger para evitar un embarazo o enfermedad de transmisión sexual.

Debemos de considerar que una relación sexual no es sinónimo de coito, sino que como manifiesta El Gobierno del Distrito Federal (2008) tiene un objetivo primordial sentir placer, manifestar amor, convivir, por lo general, son dos personas las que participan: pueden ser un hombre y una mujer, un hombre con otro hombre o puede ser entre dos mujeres.

2.3 El sistema reproductor masculino y femenino

La reproducción desde la posición de Oliveira y Bóscaro (2007) “es el proceso a través del cual los organismos forman más organismos similares a ellos”.

Sistema reproductor femenino

Se encuentra ubicado en la zona baja del abdomen conocida como pelvis, los órganos sexuales se encuentran dentro del cuerpo. Pero el sistema reproductor se divide en dos partes: órganos internos y externos.

Los órganos externos son:

Vulva: ubicada entre las piernas, cubriendo la abertura que conduce a la vagina y otros órganos reproductores ubicados dentro del cuerpo. Cada lado de la vulva se conoce como “labios mayores”.

Monte de Venus: es una zona carnosa ubicada por encima de la parte superior de la apertura vaginal.

Labios menores: dos membranas que rodean la abertura vaginal. Puede tener un tamaño distinto y sobresalir más o menos de la vulva.

Clítoris: ubicado en la parte delantera superior de la vulva, donde se unen los labios menores. El clítoris se encuentra cubierto por un capuchón de piel conocido como “prepucio”. Se trata de un órgano extremadamente sensible cuya única función es proporcionar placer mediante su estimulación.

Uretra: es un pequeño orificio ubicado cerca de la abertura vaginal, que transporta la orina desde la vejiga hasta la parte externa del cuerpo.

Los órganos internos son:

Vagina: es un tubo muscular hueco que se extiende desde la abertura vaginal hasta el útero. La vagina de una mujer madura mide aproximadamente de 8 a 12 centímetros. Sus paredes musculares pueden expandirse y contraerse. Las paredes musculares de la vagina están recubiertas por membranas mucosas, que las mantienen húmeda y protegida. Por la vagina penetra el pene durante una relación sexual, y es el canal de parto por donde un bebé es dado a luz.

Himen: es una delgada membrana que recubre la abertura de la vagina. Puede tener uno o más orificios y en la mayoría de los casos, el himen se estira o rasga después de la primera experiencia sexual.

Cuello uterino: paredes fuertes y gruesas, su abertura es muy pequeña, pero puede expandirse durante el parto, para permitir el paso del bebé.

Útero: tiene paredes musculares y un recubrimiento grueso, posee algunos de los músculos más fuertes del cuerpo, que son capaces de expandirse y contraerse para albergar al feto y al crecimiento y después ayudan a empujar al bebé hacia fuera durante el parto. Cuando una mujer no está embarazada, el útero mide menos de 8 centímetros de largo y 5 centímetros de ancho.

Trompas de Falopio: conectan el útero con los ovarios. Existen dos trompas de Falopio, cada una de ellas unida a un lado del útero. Miden aproximadamente 10 centímetros de largo. En el extremo opuesto de cada trompa de Falopio hay una zona de bordes irregulares que tienen el aspecto de un embudo. Esta zona de bordes irregulares envuelve al ovario, pero no se conecta totalmente a él.

Ovarios: son dos órganos con forma de óvalo ubicados en la parte superior derecha e izquierda del útero. Producen, almacenan y liberan óvulos en las trompas de Falopio en un proceso que se denomina ovulación. Cada ovario mide, aproximadamente, de 4 a 5 centímetros en una mujer madura.

Sistema reproductor masculino

Los órganos reproductores del hombre se encuentran tanto dentro como fuera de la pelvis, aunque a diferencia de las mujeres, sus genitales son externos.

Testículos: son ovalados y crecen durante el desarrollo hasta alcanzar aproximadamente 5 centímetros de longitud por 3 centímetros de diámetro. Los testículos producen y almacenan millones de espermatozoides.

Sistema de conductos: Conformado por el epidídimo y el conducto deferente. El conducto deferente es un tubo muscular que pasa justo a los testículos y transporta el líquido que contiene los espermatozoides, denominado semen. El epidídimo es un conjunto de tubos en forma de espiral (uno en cada testículo) que se conecta al conducto deferente.

Glándulas accesorias: incluye las vesículas seminales y la glándula prostática, que proporcionan los fluidos que lubrican el sistema de conductos y nutren el esperma. Las vesículas seminales son estructuras similares a bolsas que están unidas al conducto deferente, a un costado de la vejiga. La glándula protática, que produce algunas partes del semen, rodea a los conductos eyaculatorios en la base de la uretra, justo debajo de la vejiga.

Uretra: es el canal que conduce el semen hacia el exterior del cuerpo, a través del pene. También forma parte del sistema urinario, porque es el canal a través del cual pasa la orina cuando sale de la vejiga y abandona el cuerpo.

Pene: está formado por dos partes: la diáfisis y el glande. La diáfisis es la parte principal del pene y el glande es la punta, también conocida como “cabeza”. En el

extremo del glande hay una pequeña abertura, por la cual, a través de la uretra sale el semen y la orina del cuerpo.

Escroto: el escroto cambia de medida para mantener la temperatura adecuada, ayuda para regular la temperatura de los testículos, ya que debe de ser menor a la temperatura corporal y que pueda producir espermatozoides.

Prepucio: es un pliegue de piel ubicado en el extremo del pene, que cubre el glande.

Zonas erógenas

Existen lugares del cuerpo que logran estimular al hombre y a la mujer, en el siguiente apartado daré algunas definiciones de las zonas erógenas logrando entender mejor el tema. De acuerdo con (autor y año) “se llama zona erógena a las partes del cuerpo que, al ser estimuladas, generan una respuesta de placer o excitación sexual”.

Algunas zonas comunes son las orejas, el cuello, la boca, los pechos, el pene, la vagina, entre otras. Sin embargo, no todas estas zonas pueden dar placer a las personas, ya que esto depende de experiencias personales, de que exploren y conozcan su cuerpo.

Es fundamental educar al adolescente en los cambios que presenta su cuerpo, ya que se encuentra con nuevos retos y transformaciones, dejando de ser un niño niña para convertirse en un adolescente.

2.4 Relaciones sexuales y/o coitales

Debemos de resaltar que las relaciones sexuales son parte de expresar nuestra sexualidad y que en algún momento vamos a asumir. No existe una edad correcta para tener relaciones, pero lo que si debe de estar seguro un hombre o una mujer es querer tenerlas y no estar obligado. Se debe de sentir seguro y responsable, del mismo modo debe de protegerse ante cualquier acto que le permita prevenir un embarazo o enfermedad de transmisión sexual.

Las relaciones sexuales se suelen relacionar con el coito, pero van más allá de eso, es decir que las caricias y otro tipo de contacto también son parte de las relaciones sexuales, pero la sociedad comúnmente ha relacionado como sinónimo de coito las relaciones sexuales o hacer el amor.

La mayoría de los adolescentes empiezan una relación de pareja por medio de “fajes” (besos, tocamientos, caricias, etc.), por lo que para muchos jóvenes entre 13 y 19 años de edad, las primeras experiencias sexuales son los “fajes”.

El asumir las relaciones coitales tiene que ver con el proceso de maduración (adquisición de responsabilidades, independencia, entre otras cosas). Se deben de reconocer los valores que tenemos y saber por qué o para qué las queremos tener, las ventajas y desventajas en algún momento de nuestra vida.

En la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (2009), seis de cada diez adolescentes no utilizaron ningún método anticonceptivo en su primera relación sexual y la edad mediana para el primer uso de anticonceptivos en las mujeres ocurre hasta los 21.7 años.

Uno de los grupos sociales que demanda especialmente el aprendizaje sobre métodos anticonceptivos y actividad sexual es la población adolescente. ENADID (2014) revela que los conocimientos que tienen los adolescentes entre 15 y 19 años de edad sobre métodos anticonceptivos, declaró el 98.2% del total de esta población conocer al menos un método.

La mayoría de las parejas se forman después de un proceso de enamoramiento, pero el sentimiento amoroso, por intenso que sea no es garantía para tener una buena relación sexual con un individuo.

Para tomar la decisión de tener relaciones coitales es fundamental preguntarnos por qué deseamos que suceda, para qué, cómo deseamos que fuera, cómo quisiéramos que fuera la persona con quien vamos a compartir esa experiencia, en qué momento, bajo qué circunstancias, cuáles son nuestros valores al respecto (si tiene más o menos

importancia valores educativos, sociales o religiosos), cuáles son nuestras expectativas, etc.

De acuerdo con El Gobierno del Distrito Federal (2008) existen temores frecuentes en los adolescentes al querer iniciar una relación coital que describiré a continuación en la siguiente tabla:

“LOS TEMORES MÁS FRECUENTES EN LOS Y LAS ADOLESCENTES EN MÉXICO”

LAS ADOLESCENTES	LOS ADOLESCENTES
Al dolor	A penetrar
A ser dañadas	A la sangre
A las consecuencias sociales	A no tener erección
A que se les note	A fracasar
Al embarazo	A no saber qué hacer
A ser señaladas como “chicas fáciles”	A no encontrar dónde
A que las penetren	Al ridículo
A ser sometidas	Al himen
A ser abandonadas después	A eyacular antes de penetrar o a eyacular muy rápido
Al rechazo	Al contagio de alguna enfermedad
A ser descubiertas por su familia	A hacer daño
Al contagio de alguna enfermedad	A embarazar
A no sentir nada	

Fuente: Tú futuro en libertad: por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad (2008).

Teniendo conocimiento de ello por eso existe todavía un freno en algunos adolescentes, en querer tener relaciones coitales con una pareja, por el temor de que les pase alguna de las situaciones que acabo de mencionar y pueden ser un tope, pero muchas veces durante un acto íntimo esto pasa a segundo término.

Welti (2003) menciona que” la presión del grupo social del que forma parte, o el chantaje sentimental de la pareja cuando ha establecido relaciones de noviazgo”. Lleva a tener coito en la adolescencia, puede ser obligada por determinados contextos que obligan a efectuarla, ya que si convive con sus propios pares, vecinos o familiares que han tenido esta experiencia puede convertirse en el principal objetivo para pertenecer a un grupo.

En el caso de las mujeres como afirma Welti (2007) la presión del grupo es menos frecuente, pero el amor es un concepto significativo para ellas siendo una justificación por haber tenido relaciones coitales con su pareja, a veces por la imposición del novio por querer “la prueba de amor”.

2.5 Embarazo adolescente

Por lo general en la adolescencia inician su vida sexual sin tener conocimientos sobre el tema, por lo que las consecuencias pueden ser un embarazo no deseado o alguna infección de transmisión sexual.

Recordemos que la adolescencia es la transición de la niñez a la adolescencia, en el cual pasan por diferentes cambios biológicos, psicológicos y sociales que lo hacen crecer y desarrollarse para la adultez; esta etapa es vital para definir la vida futura del sujeto, ya que en ella la reproducción se vuelve posible.

Calixto (2008) menciona que “los adolescentes y las adolescentes están muy mal informados acerca de cómo protegerse de los embarazos no deseados y de las enfermedades de transmisión sexual”. El embarazo en esta etapa es un problema que afecta a toda la sociedad en general y en especial a los adolescentes.

De acuerdo con La Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (2018), en México más del 46% de la población se le dificulta acceder a los servicios de salud, así como ser uno de los países con más de 1000 embarazos por día.

Los adolescentes deben de ser conscientes de todo lo que implica tener un bebé, no solo por el embarazo y las consecuencias, sino el asumir la responsabilidad de un hijo. Algunas problemáticas es que cambian radicalmente su proyecto de vida por responsabilidades que son ajenas a su corta edad.

La Organización Mundial de la Salud (2020) arroja datos y cifras alarmantes en cuanto al embarazo adolescente. Estima que unos 16 millones de muchachas de 15 a 19 años y aproximadamente 1 millón de niñas menores de 15 dan a luz cada año, la mayoría en países con ingresos bajos y medianos. Las complicaciones durante el embarazo y el parto son la segunda causa de muerte entre las adolescentes entre 15 a 19 años.

El Instituto Nacional de las Mujeres (2019) declara que el embarazo adolescente ha cobrado mayor importancia debido a que en México en los últimos años ocupa el primer lugar en el tema, con una tasa de fecundidad de 77 nacimientos por cada mil adolescentes de 15 a 19 años. Haciendo énfasis en que un 23% de las y los adolescentes inicia su vida sexual entre los 12 y 19 años, registrándose unos 340 mil nacimientos en menores de 19 años.

Se debe de tener en cuenta que el embarazo en las adolescentes es un gran riesgo tanto para la salud, como económicamente y a futuro, si no se tienen las capacidades laborales, los ingresos suficientes y la calidad en el desarrollo humano.

Sobre todo, por la sociedad actual que vivimos, necesitas desarrollarte en un mundo tan competitivo y globalizado, en donde cada vez tienes que estudiar más ya que en un trabajo lo mínimo de estudios que piden actualmente es la preparatoria.

Las cifras que se exponen en cuanto a los embarazos muestran que a pesar que se ha avanzado en la educación sexual, sigue sin ser un tema relevante y significativo para los adolescentes sin tener un arma fundamental para impactarlos de manera que logren ser más responsables respecto a su salud sexual reproductiva.

En la opinión de la psicóloga Olvera señala lo siguiente “un adolescente en cinta no solo tendrá cambios físicos importantes, también en muchos casos, interrumpirá su formación escolar o alterará su desempeño en el núcleo familiar... el varón casi

siempre puede continuar con su vida académica y/o social, su principal problema es la responsabilidad financiera...” (Gaceta., 2011)

Espinosa (2010) relaciona algunos factores por los que se ha tenido un embarazo es por falta de información, aunque actualmente en la Ciudad de México, existe ya una extensa referencia sobre métodos anticonceptivos, principalmente en el uso del condón. Las deficiencias de la educación sexual, limitándose a proporcionar información a los adolescentes de carácter biológico, dejando de lado el factor psicológico y el social.

Así pues, muchas familias no tratan los temas relacionados con las relaciones sexuales, lo que ocasiona que los adolescentes acudan y busquen diferentes medios para resolver sus dudas. La falla anticonceptiva del uso incorrecto del anticonceptivo, esta puede deberse al mal manejo del método, por ejemplo, no tomar las pastillas a la hora que indica un médico o la caja, abrir mal el condón, la caducidad, al momento de ponerlo, etc.

En algunas zonas tanto rurales como urbanas existen dificultades para acceder de forma libre a los anticonceptivos, que en este caso para los adolescentes sería el condón el método más accesible para ellos. Ya sea por escasos recursos económicos, por las etiquetas y miradas incómodas que los adultos hacen a los jóvenes, cuando los adolescentes van a comprar algún anticonceptivo a la farmacia o centro de salud, siendo esto parte del problema para prevenir un embarazo.

Así mismo otras razones que influyen en las adolescentes son porque desearon embarazarse por escases de afecto o relaciones problemáticas en la familia, esto influye para que existan casos de embarazo a temprana edad. Por lo que en algunas familias son desintegradas y pueden provocar una carencia de autoestima, provocando una necesidad de sentirse querida y protegida.

El contar con una información errónea por sus amigos o las redes sociales y que algunas veces puede estar cargada de mitos.

Espinosa (2010) menciona que “los adolescentes que tienen relaciones sexuales, lo hacen a escondidas de sus padres, por tal motivo existe el temor de que los sorprendan comprando condones u otros anticonceptivos”.

Lo mejor sería que ninguna mujer se embarace si no lo desea, pero existen varias limitantes por las cuales esto no es así. Una es que en México carecen de programas consistentes de educación sexual para las y los adolescentes que proporcionen la información científica necesaria para resolver todas sus dudas, para formarlos con un buen criterio, existan valores dentro de la sexualidad y actitudes favorables respecto a su sexualidad y todos los factores que lo rodean.

También ha faltado capacitación que ayude a los profesores de cualquier nivel educativo a desarrollar habilidades para tratar el tema de sexualidad dejando el concepto libre de tabúes y mitos.

De igual manera existen razones profundas por las cuales los y las adolescentes se embarazan sin planearlo como “se me olvido el condón, pero no pasa nada” o la “calentura del momento” que demuestran que la sexualidad se vive de forma contradictoria porque constituye fantasías, deseos, entre otras que no siempre son racionales.

Existen conductas intimas que pueden llevar a la mujer a embarazarse, aunque no se haya tenido una penetración como las que menciona Hiriart (2010):

- Cuando una pareja se encuentra sin ropa, el riesgo aparece cuando no se tiene cuidado de evitar el riesgo de un embarazo. Si el hombre eyacula cerca de la entrada vaginal, la lubricación provocada por la mujer puede ayudar a los espermatozoides a entrar y subir hasta el útero hasta encontrar el óvulo.

El riesgo es menor, pero se debe de tener la precaución de que el semen no se encuentre cerca de la entrada vaginal.

- Si existe un contacto directo del pene con la vagina durante la excitación, el líquido preeyaculatorio, las gotas transparentes que salen antes de la

eyaculación y que puede tener espermatozoides, podrían entrar en la vagina haciendo posible la fecundación.

Si se tiene contacto directo entre genitales también se tiene la posibilidad de que exista un contagio de una enfermedad de transmisión sexual.

- Si se tiene sexo anal, la única manera en que puede ocurrir un embarazo es si el semen escurriera hacia la entrada vaginal y subiera con ayuda del líquido vaginal. Si se desea prevenir un embarazo se puede esperar antes de iniciar tu vida sexual, pero sino tener la precaución de protegerse de una fecundación o enfermedad de transmisión sexual.

La escuela no puede ignorar la sexualidad porque es una dimensión fundamental del ser humano, en general tiene una función que es mejorar las condiciones de vida para la sociedad a través del conocimiento.

2.6 Consecuencias del embarazo adolescente

El embarazo adolescente posee efectos que dañan el entorno individual y social, la joven embarazada tiene cargas emocionales negativas como la forma en la que se enfrenta a una nueva etapa (la de ser madre), generando sentimientos encontrados acerca de su embarazo, sentirá un enojo por asumir la maternidad, siendo un sacrificio para la ella abandonar actividades que son parte del desarrollo normal de los adolescentes.

Las consecuencias en las emociones de las adolescentes embarazadas es que se encuentran en un proceso de identidad, el cual tendrán que acelerar inesperadamente.

A veces son pocas las personas que las ayudan como algunas amigas cercanas y miembros de la familia. Además de asumir miedo cuando recibe regaños por parte de sus padres o familiares por embarazarse y pueden tener enfrentamientos de culpa.

Un aspecto primordial de las adolescentes que se embarazan recibe una “carga” al tener sentimientos de culpa, remordimientos y baja autoestima por haber fallado a sus padres. Surgirán problemas de autoestima y frustraciones por tener la necesidad de abandonar sus estudios o bajar su rendimiento, posibles burlas o etiquetas realizadas por sus compañeros y las personas que la rodean, así como un cambio en su proyecto de vida.

El hombre durante el embarazo no modifica su forma de vida, puede seguir estudiando y realizando sus actividades normales, como salir con sus amigos, realizar ejercicio, etc. Se empiezan a hablar sobre temas de la atención médica, los hospitales, solvencia económica, la pareja, familia y amigos.

La Organización Mundial de la Salud reporto que cada año cerca de 360 mil mujeres mueren durante el embarazo y parto de las cuales el 13% son chicas menores de 20 años.

Las consecuencias que menciona (Pick et al., 1995) respecto al embarazo adolescente se relacionan con:

Aspectos físicos: las mujeres que se embarazan antes de los 15 años tiene probabilidad de presentar un aborto, partos prematuros que terminan en una cesárea, entre otras. Se puede desarrollar una preclamsia, la cual daña el sistema nervioso o causar la muerte. Los bebés de embarazos a temprana edad suelen tener peso y tallas bajas al nacer.

Se estima que la edad ideal para que una mujer se embarace fluctúa entre los 20 y los 30 años.

Aspectos psicosociales: presentan baja autoestima dándose frecuentemente por el rechazo inicial ante la familia, amigos, novio, de la escuela y de la sociedad en general.

Aspectos económico-culturales: los adolescentes se deben de adaptar a un nuevo papel, enfrentándose a varias decisiones; por ejemplo, si el hombre adolescente se convierte en padre, tal vez necesite salirse de la escuela para mantener a su hijo,

obteniendo un salario bajo debido a que sus conocimientos son escasos provocando que no sea competente para aspirar a un trabajo con buen sueldo.

Hiriart (2010) plantea algunas formas de cómo no puede haber embarazo y cómo sí puede haber que son importantes de señalar, ya que la propuesta está dirigida a los y las adolescentes y por consiguiente todavía se encuentran rodeados de información errónea o llena de mitos que pueden llevarlo a tomar una mala decisión por falta de información científica.

Cómo no puede haber embarazo

- Las fantasías sexuales y el autoerotismo o masturbación.
- Los besos, los abrazos y las caricias mutuas son prácticas que pueden generar un alto nivel de excitación.
- Al practicar sexo oral o anal, pero lo que si puede ocurrir es contraer alguna enfermedad de transmisión sexual.

Cómo sí puede haber embarazo

- El embarazo es posible cuando hay penetración en la vagina con o sin eyaculaciones.
- Si puede embarazarse en su primera relación sexual y el hecho de que ya haya tenido varias relaciones sin protección no le da la seguridad de que no le pueda suceder en la siguiente relación.
- Cuando se eyacula cerca de la vagina, por medio de los fluidos vaginales, los espermatozoides pueden llegar a alcanzar el óvulo.
- Al tener relaciones durante la menstruación.

2.7 El Aborto

El aborto como afirma (Pick et al., 1995) “es la interrupción del embarazo antes de que el embrión o el feto puedan sobrevivir de manera independiente fuera de la matriz”. Existen dos tipos de aborto el inducido o provocado y el espontáneo.

El aborto inducido puede provocar gravemente la salud de la mujer, teniendo consecuencias como una infección o hemorragia hasta esterilidad y muerte. El aborto es más riesgoso cuando en muchos países está penalizado y se practica de manera clandestina en condiciones insalubres, realizado por personas sin práctica ni conocimiento sobre el tema.

Existen abortos autoprovocados que se realizan por material (como agujas de tejer, ganchos, etc.) no esterilizado que se introduce dentro de la vagina causando daños en el embrión provocando la expulsión del producto. Igualmente se utilizan remedios naturales como tés o infusiones, actividad física fuerte, entre otros; produciendo un aborto, pero que en la gran mayoría deja residuos de membranas o tejidos de los cuales puede provocar una infección grave.

Uno de los riesgos que se pueden presentar cuando una adolescente se embaraza es el aborto debido a la inmadurez de su cuerpo, una mala alimentación ya sea porque son muy delgadas, falta de un seguimiento médico y que tal vez no se pudo haber detectado algún problema, el uso de sustancias tóxicas o remedios para abortar, ejercicios rudos o caídas, entre otras.

En la Ciudad de México a partir del año 2007 se validó el Programa de Interrupción Legal del Embarazo (ILE), considerando que muchas adolescentes buscan acabar con su embarazo de forma clandestina, en lugares sin higiene y colocando en riesgo su salud o incluso perdiendo la vida.

El Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México aborda estadísticas de la Interrupción Legal del Embarazo (ILE) de abril 2007 al 9 de mayo del 2017 y observo que la Ciudad de México se encuentra en primer lugar por pacientes atendidas por lo que es fundamental para la investigación que realice siendo este el lugar donde se desarrollará.

Algunas cifras en México de adolescentes y jóvenes que fueron atendidas en el ILE del 2007 al 2017 son reflejadas en la siguiente tabla:

“ESTADÍSTICAS DE PACIENTES ATENDIDAS PARA LA INTERRUPCIÓN LEGAL DEL EMBARAZO DE ABRIL 2007 AL 9 DE MAYO DEL 2017”

Interrupción Legal del Embarazo 2007-2017	Cifras
Nivel educativo de usuarias atendidas	Primaria (7.9%) Secundaria (32.9) Preparatoria (39.9) Educación superior (17.3) Técnico (0.3%) Ninguna (1.7)

Fuente: Sistema de Información de Interrupción Legal del Embarazo, CDMX,
<https://www.inmujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/uploaded-files/ILE-Estadisticas-2007-2017-9de-mayo2017.pdf>.

El 53.3% de las mujeres que se realizan un aborto son solteras y jóvenes entre 11 a 17 años la interrupción de un embarazo es del 5.6% encontrándose por debajo de las jóvenes de 18 a 24 años en donde el porcentaje aumenta con un 47.1%, dando a que la prevención puede ser adecuada en secundaria para la prevención.

De acuerdo con El Gobierno del Distrito Federal (2007) antes de los 19 el embarazo se considera de alto riesgo

Existe la necesidad de que los adolescentes adquieran la información y medios adecuados que les lleve a procurar el auto cuidado, para así garantizar la responsabilidad en su comportamiento sexual.

La ILE señala que se permite siempre y cuando sea:

- ❖ En caso de una violación.
- ❖ Cuando la salud de la mujer está en riesgo.
- ❖ Cuando el feto o producto presenta malformaciones genéticas.
- ❖ Cuando el embarazo es producto de inseminación artificial no consentida.

Algunas veces si una adolescente toma la decisión de interrumpir su embarazo puede tener diversas causas como el miedo a afrontar el embarazo, no querer tener una maternidad a corta edad, no querer enfrentar a sus padres, cuando es forzada por sus padres o pareja o cuando es producto de una violación.

De acuerdo con la OMS (2020) las complicaciones del embarazo y el parto son la segunda causa de muerte entre las mujeres de 15 a 19 años en todo el mundo. Cada año se practican unos 3 millones de abortos que peligran a las adolescentes lo que contribuye a la mortalidad materna y problemas de salud.

En la Ciudad de México las mujeres tienen la opción de decidir y elegir de manera libre, informada y responsable si desean interrumpir su embarazo hasta las 12 semanas de gestación, sin que sea considerado un delito.

La decisión de interrumpir un embarazo no es fácil se debe de tomar con libertad y responsabilidad sin ninguna presión por parte de familiares, amigos, pareja o cualquier otro sujeto.

Existen muchas razones por las que una pareja decide abortar, ya sea por el rechazo familiar y social, la falta de madurez y preparación, baja economía para cubrir las necesidades del bebé y las propias. Por estas razones se deben de analizar las consecuencias antes de tomar la decisión de tener relaciones coitales.

2.8 Métodos Anticonceptivos

Existen diferentes métodos para la anticoncepción unos más seguros que otros, pero la mayoría se utilizan para evitar un embarazo no deseado. Aunque el criterio para administrarlos en un adolescente es diferente al de un adulto.

De acuerdo con (Pick et al., 1995) en la vida sexual de los jóvenes hay que tomar en cuenta factores como la frecuencia de actividad sexual, el desarrollo físico y emocional, el tipo de pareja (si es estable o no), la actitud y la motivación para la utilización de métodos anticonceptivos.

En la adolescencia los comportamientos sexuales son frecuentes y suelen tener gran riesgo al no contar con los conocimientos adecuados y que se encuentran con información confiable y puede estar apegada a mitos erróneos.

Para contar con el mejor método para cada hombre o mujer (que en este caso la mayoría son para las mujeres) deben de tener en consideración algunas características importantes como lo son la eficacia para evitar un embarazo, la seguridad, la facilidad de su uso, los costos y tomar en cuenta al sujeto que lo requiere de acuerdo con sus necesidades que describiré a continuación.

Factores dependientes del usuario:

Edad: Contar con el grado de maduración biológica, para que no afecte el desarrollo del adolescente.

Actividad sexual: tener conocimiento si existen prácticas coitales o no, edad en la que inicio, frecuencia, estabilidad de la pareja y número de parejas sexuales.

Aceptabilidad: el método se decidirá de acuerdo con las creencias, valores y normas de la usuaria.

Impacto sobre la economía: la mayoría de los adolescentes no cuentan con una estabilidad económica y eso opta porque él o la adolescente no quiera utilizarlos por precios costosos y en centros de salud por el morbo no llegan a tenerlos con facilidad.

Se debe de relacionar el anticonceptivo con los gastos habituales que tiene un adolescente y crearle una consciencia de que es una inversión para su seguridad y tranquilidad (Peláez, 2016).

Los métodos anticonceptivos nos permiten decidir cuándo tener hijos o no tenerlos, sirven para evitar un embarazo y para cuidar la salud tanto del hombre como de la mujer. No existe un método anticonceptivo adecuado para todas las mujeres, puesto

que cada una tiene necesidades diferentes y por ello deben acudir con un especialista que determine que método es el más recomendable para cada individuo.

Para la descripción de los diferentes métodos se retomará la información del sitio web de ¿Cómo le hago? (2015).

Condón femenino:

Efectividad: 75 a 95%

Está hecho de plástico (poliuretano), tiene dos aros flexibles en cada extremo. El extremo cerrado es el que se introduce dentro de la vagina y el abierto es el que recubre los labios menores y mayores.

Si son alérgicos al látex esta puede ser una mejor opción, se puede usar con lubricantes a base de agua o aceite.

¿Cómo funciona?

Lávate las manos, checa la fecha de caducidad y las instrucciones antes de abrir el empaque usando la yema de tus dedos (mala idea: dientes, uñas y cualquier otra cosa que no sean tus yemas). Colócate en una posición cómoda e introduce el lado cerrado del condón dentro de tu vagina. El lado abierto quedará afuera.

Algunas ventajas es que es fácil de usar cuando se aprende a utilizar, protege de embarazos y ETS, se puede utilizar junto con otros métodos anticonceptivos (menos el condón masculino), se mantiene en su lugar aun cuando el hombre pierde la erección, se puede colocar hasta 8 horas antes. Algunos contras es que puede causar irritación y puede ser difícil de recordar utilizarlo cuando se está bajo los efectos de alguna sustancia tóxica.

Condón masculino

Efectividad: 82 a 98%

Está hecho de látex que se adapta a la forma del pene, existe diferente material si se es alérgico al látex como por el condón poliuretano o el condón femenino.

¿Cómo funciona?

- 1. Checa que esté en buen estado.** La cartera, la bolsa del pantalón o la carcasa del celular son pésimos lugares para guardar un condón. Usa una cajita o un desodorante vacío para poder llevarlos contigo bien protegidos. Evita maltratarlos.
- 2. Revisa la fecha de caducidad.** Está escrita en el empaque. No te confíes, antes de usarlo checa que no se haya vencido.
- 3. Higiene, por favor.** Lávate las manos antes de abrirlo.
- 4. Ábrelo con cuidado.** No uses dientes, uñas, tijeras, llaves, ni... nada que pueda romper el condón. Usa sólo la yema de los dedos.
- 5. Úsalo desde el principio.** Colócalo ANTES de la penetración. No vale ponerlo a la mitad de la relación o justo antes de la eyaculación.

Algunas ventajas es que protege de un embarazo no deseado, ETS, es fácil de usar, lo puedes obtener gratis de algún centro de salud y es más accesible de conseguir que otros métodos, ayudan en caso de eyaculación precoz y se puede utilizar junto con otros métodos (nunca doble condón).

Los contras son que puede generar alguna reacción alérgica, algunos hombres se quejan de que el condón reduce sensibilidad, es difícil de recordar en algunas situaciones como pueden ser bajo los efectos de sustancias tóxicas y se debe de tener en cuenta que el condón de látex no se puede usar con lubricantes a base de aceite.

Pastillas anticonceptivas

Efectividad: 91 a 99%

Contienen hormonas combinadas o simples.

¿Cómo funcionan?

Las hormonas impiden que el ovario libere óvulos, ayudan a espesar el moco cervical para bloquear la entrada de los espermatozoides.

¿Cómo se usa?

Tienes que acudir a los servicios amigables para que valoren si eres candidata a usar la pastilla. Se toma la primera pastilla en los primeros cinco días de la menstruación, toma una pastilla diaria a la misma hora hasta completar 21 pastillas, de preferencia después del alimento. al terminar las 21 pastillas, se dejan pasar siete días sin tomarlas, se empieza el siguiente paquete al octavo día. Si es de 28 pastillas, al terminar el paquete debe reiniciar un nuevo ciclo sin interrupción.

Algunas ventajas es que es fácil de usar, generalmente disminuye el sangrado menstrual y los cólicos, puede disminuir o quitar el acné, regula el ciclo menstrual. Las desventajas pueden ser que no protege contra ETS, es fácil de olvidar tomársela, sangrado leve entre periodos menstruales, sensibilidad en las mamas, náuseas y vómito, entre otros.

Parche Anticonceptivo

Efectividad: 91 a 99%

Es una hoja de plástico color piel que se adhiere a la piel que mide aproximadamente 5 centímetros.

¿Cómo funciona?

El parche contiene hormonas que se absorben a través de la piel, funcionan evitando la ovulación y haciendo que el moco del cuello del útero sea más espeso.

La aplicación del parche debe hacerse después del baño cuando la piel está limpia y seca, pegándolo al estómago, nalga o espalda o en la parte superior del brazo. Debe ponerse durante los primeros 5 días de la menstruación para tener protección contra un embarazo. Cada parche dura una semana, así que se deberá cambiar siempre el mismo día.

No protege contra ETS, otras consecuencias es que existe un sangrado leve durante la menstruación, sensibilidad en las mamas, náuseas y vómito, puede causar irritación, se te puede olvidar cambiarlo y causar dolor de cabeza.

Algunas ventajas son que es fácil de usar, puede proteger contra embarazos no deseados, disminuye el sangrado menstrual y los cólicos, puede disminuir o quitar el acné, regula el ciclo menstrual, etc.

Inyección anticonceptiva

Efectividad: 94 a 99%

Contiene hormonas que pueden ser combinadas o simples. Las inyecciones pueden protegerte contra un embarazo durante uno, dos o tres meses.

¿Cómo funciona?

Impide que los ovarios liberen óvulos, por lo que no puede ocurrir un embarazo. Las hormonas hacen que el moco del cuello del útero se haga más denso, impidiendo la entrada de los espermatozoides. La primera inyección debe de ser a los primeros cinco días de la menstruación.

Es ideal cuando se tiene una vida sexual activa, es fácil de usar, si la aplicas a tiempo no te preocupas por embarazos no deseados, disminuye el sangrado menstrual, hace que tu periodo dure menos y algunas veces no tienes periodo, puede disminuir o quitar el acné, puede ser una opción para las mujeres que no pueden tomar estrógenos o las que están lactando, es discreta, etc.

Las desventajas es que no protege contra ETS, sangrado irregular sobre todo los primeros 6 a 12 meses, cambio en el apetito por lo que algunas mujeres aumentan de peso, sensibilidad de mamas, dolor de cabeza, no se recomienda para personas con osteoporosis.

Implante Subdérmico

Efectividad: 99%

Es una varilla flexible de plástico aproximadamente de 5 centímetros que contiene hormonas que se inserta por debajo de la piel del brazo. Es de larga duración que ofrece protección por 3 a 5 años.

¿Cómo funciona?

Suelta poco a poco hormonas que impide que los ovarios liberen óvulos, espesa el moco cervical impidiendo el paso de los espermatozoides. Debe de hacerlo un especialista en un centro de salud, pero antes deben de hacerte una valoración para considerar si eres candidata al implante, la protección empieza pocas horas después de haberlo puesto.

¿Cómo se usa?

El implante debe ponerse en los primeros siete días del ciclo menstrual. Idealmente dentro de los primeros 2 días. Te colocarán un poco de anestesia en la parte interna del brazo, luego insertarán el implante utilizando un aparatito que parece una jeringa.

Algunas ventajas es que te protege de 3 a 5 años contra un embarazo no deseado, se puede usar durante la lactancia y por mujeres que no pueden utilizar estrógenos, disminuye el sangrado menstrual y los cólicos, en varios casos las mujeres dejan de menstruar, es seguro para fumadoras, hipertensas y diabéticas.

Algunos contras son que no protegen contra ETS, sangrado irregular durante los primeros 6 a 12 meses, sensibilidad en las mamas, náuseas, vómito y dolor de cabeza, cambios en el apetito, cambios de humor, acné.

Anillo vaginal anticonceptivo

Efectividad: 91 a 99%

Es un pequeño aro transparente y flexible de 5 centímetros de diámetro aproximadamente que se introduce en la vagina una vez al mes. Suelta hormonas que hace que los ovarios no liberen óvulos, las hormonas hacen que el moco sea más espeso evitando la entrada a los espermatozoides.

¿Cómo se usa?

La primera vez que lo uses lo tienes que poner dentro de los primeros 5 días de la menstruación. Una vez colocado déjalo dentro de la vagina 3 semanas.

Cuando terminen las tres semanas retíralo por una semana completa para permitir el sangrado. Coloca un nuevo anillo el mismo día de la semana que te quitaste el anterior (Si te quitaste el anillo un lunes, el nuevo lo debes de colocar el siguiente lunes).

Para colocarlo:

- 1.- Lava tus manos antes de sacarlo del empaque. *IMPORTANTÍSIMO
- 2.- Comprime el anillo entre los dedos índice y pulgar.
- 3.- Empújalo suavemente con tus dedos hacia adentro de tu vagina como si fuera un tampón.
- 4.- No importa la posición en la que quede, mientras estés cómoda.

Para retirarlo:

- 1.- Engancha con tu dedo el anillo y retíralo cuidadosamente de la vagina.

Algunas ventajas es que puede usarse fácil como un tampón, estarás protegida contra un embarazo, disminuye el sangrado menstrual y los cólicos, puede disminuir o quitar el acné, regula el ciclo menstrual. Los contras es que no protege contra ETS, puedes tener sangrado leve entre los periodos menstruales, sensibilidad en las mamas, náuseas y vómito, aumento de flujo vaginal.

Dispositivo Intrauterino (DIU)

Efectividad: 99%

Es un método de larga duración que puede durar entre 3 a 10 años dependiendo del tipo que te pongas. Es una pequeña pieza de plástico o cobre en forma de T, que se coloca en el útero.

¿Cómo funciona?

El DIU de cobre cambia las condiciones del útero, haciendo que sea menos probable que los espermatozoides puedan fecundar al óvulo. El DIU con hormonas o medicado, además suma el efecto de las hormonas, impidiendo que el óvulo se libere y haciendo más denso el moco cervical, lo que no permite el paso de espermatozoides.

¿Cómo se usa?

En la clínica o centro de salud verificarán que la vagina y útero estén en perfecto estado. Puede que realicen pruebas para detectar Infecciones de Transmisión Sexual u otras infecciones, para garantizar que la colocación del DIU sea segura.

Se coloca en un consultorio, por lo que te pedirán que te recuestes en una camilla. Luego introducirán un espejo vaginal para poder observar el cuello del útero y facilitar la introducción del DIU. La colocación del DIU toma sólo unos minutos y puede ser incómoda y producirte un poco de dolor.

Algunas ventajas es que el DIU con hormonas puede disminuir el sangrado y cólicos, es seguro para fumadoras, diabéticas e hipertensas, puede interrumpir por completo la menstruación, se puede usar durante la lactancia y por mujeres que no pueden utilizar estrógenos, el DIU de cobre no cambia los niveles hormonales.

Las desventajas es que no protege contra ETS, puedes tener un sangrado leve entre periodos y puede aumentar el flujo menstrual y los cólicos.

Espermicidas

Efectividad: 72 a 82%

Vienen en diferentes presentaciones: cremas, geles y óvulos. Contienen un químico que impide la movilidad del espermatozoide, impidiendo fecundar los óvulos, bloqueando el cuello del útero.

¿Cómo se usa?

- 1.- Insertar el espermicida, con los dedos o con un aplicador, de la misma forma como te pondrías un tampón.
- 2.- Colócalo en el fondo de la vagina para que impida el paso de los espermias a través del cérvix hacia tu útero. Sólo son efectivos por una hora.

Las ventajas es que es fácil de usar, no afecta niveles hormonales y puede usarse durante la lactancia. Algunas consecuencias serían que no son fáciles de conseguir, puede causar irritación en la vagina o el pene o tener alergia al espermicida.

Método del ritmo

Efectividad: 76 a 88%

Está basado en no tener relaciones coitales los días fértiles del ciclo menstrual, registrando tus ciclos menstruales para determinar qué días puedes tener relaciones sexuales con menor riesgo de embarazarte.

¿Cómo funciona?

- 1.- Se marca en un calendario, el día que inicia tu menstruación y el día que termina. El ciclo menstrual de la mujer comienza el primer día de su menstruación y termina el día antes de su siguiente menstruación, en otras palabras, el primer día de tu ciclo es el primer día de tu menstruación.
- 2.- Una vez señalados tus 12 períodos menstruales, cuenta cuántos días hay desde el primer día de sangrado o menstruación hasta el día anterior del siguiente sangrado en todos tus ciclos. Si eres una chica, que sus ciclos son regulares, es decir, que tengan una duración constante (28, 30 o 32 días), podrás predecir los días que estarás ovulando.
- 3.- El día probable de ovulación es justo a la mitad de tu ciclo (si dura 28 días el día 14 de tu ciclo, si dura 30 el día 15 de tu ciclo). Como el día de la ovulación no es exacto debes evitar tener relaciones sexuales desde 5 días antes hasta 5 días después del

día probable de ovulación. Otra manera de hacerlo es tomar el último día de tu ciclo y restarle 20 días, este será tu primer día fértil y deberás dejar de tener relaciones durante una semana a partir de ese día.

No es común que las adolescentes tengan ciclos regulares, porque su cuerpo sigue creciendo y adaptándose a estos cambios. Si ya empezaste a tener relaciones sexuales o planeas hacerlo utiliza otro método.

Algunas ventajas es que no tiene ningún costo, no tiene efectos secundarios, no tiene costo y ayuda a que conozcas más tu cuerpo. Las desventajas son que puede ser complicado de seguir, no funciona muy bien con mujeres que tienen periodos irregulares (la mayoría de las adolescentes), requiere de una planeación, orden, autocontrol y experiencia, entre otros.

Como se ha mencionado anteriormente con los riesgos del embarazo adolescente, podemos encontrar alternativas para evitar riesgos de enfermedades de transmisión sexual o un embarazo que pueden ayudar a proteger su cuerpo de una experiencia coital. “Muchos métodos logran tener una confiabilidad elevada, pero gran parte de su eficacia depende de que sean utilizados adecuadamente” (Álvarez Gayou, 2004, p.49).

Sabemos que la información sexual que tienen los adolescentes no es completa y muchas veces no viene de fuentes confiables. Las informaciones sobre los métodos anticonceptivos en los centros de Salud deben de ser específicamente acorde a sus edades, teniendo accesibilidad a estos métodos.

2.9 Enfermedades de Transmisión Sexual

El inicio de relaciones sexuales sin protección y el cambio frecuente de parejas, es un problema ya que las relaciones en la adolescencia son inestables. Monroy (2007) menciona que la posición del coito y el sexo seguro deben de ser promovidos desde la preadolescencia. Esto evitará no solo los embarazos no deseados ni deseables, sino las enfermedades de transmisión sexual y el SIDA.

Las ETS se pueden propagar por medios no sexuales, por ejemplo, las transfusiones de sangre o productos sanguíneos; en particular, la clamidia, la gonorrea, la hepatitis B primaria, el VIH y la sífilis—, pueden transmitirse también de madre a hijo durante el embarazo o el parto. Una persona puede tener una ETS sin manifestar síntomas de enfermedad, sin embargo, algunos síntomas comunes incluyen flujo vaginal, secreción uretral o ardor en los hombres, úlceras genitales y dolor abdominal.

Son padecimientos que se contraen por realizar una práctica coital, anal u oral sin tener la higiene y protección adecuada con persona ya infectadas.

La siguiente información de enfermedades se retoma de un programa de educación sexual para los y las adolescentes por varios autores. Pick et al., (1998) menciona algunas enfermedades conocidas:

Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA)

Es causada por un virus de inmunodeficiencia humana llamado VIH y puede ser tipo 1 o 2, teniendo un período de incubación de 6 meses a 7 años después de adquirirla. Las personas infectadas por VIH inicialmente son “seropositivo” (presentan en su sangre anticuerpos contra el virus), no significa que tengan SIDA ni que puede que lo tengan, pero pueden transmitirlo.

Existen algunos factores que ayudan al desarrollo y evolución de la infección como son: inadecuada alimentación, mala condición física, el uso de sustancias tóxicas, exposición frecuente a fluidos seminales, vaginales y sanguíneo.

Algunos síntomas son: incremento en la frecuencia y severidad de infecciones virales, tales como catarrros y resfriados, erupciones o cortadas que tardan tiempo en sanar, fiebre, sudor nocturno, fatiga crónica, y profunda, tos seca, diarrea, inflamación de los ganglios linfáticos en el cuello, axilas o ingle y/o manchas blancas poco usuales en la boca.

Se transmite por coito ya sea oral, anal o vaginal sin protección por medio del semen, flujo vaginal o sangre; por una transfusión sanguínea o trasplante de órganos por

medio de una persona infectada, de la madre al feto durante el embarazo o al momento de nacer, por medio de la leche materna o por compartir agujas con una persona infectada.

No se puede transmitir por tomar del mismo vaso, usar el mismo baño, usar los mismos cubiertos, un abrazo o beso, nadar en albercas, ni por algún tipo de contacto casual con personas infectadas.

No existe un tratamiento único para el SIDA, pero se puede utilizar medicamento para hacer lenta la invasión del virus.

Sífilis

Es causada por una bacteria (espiroqueta) llamada *Treponema Pallidum*, cuyo periodo de incubación es de 3 semanas aproximadamente después del contacto con una persona infectada.

Los síntomas que pueden presentarse son: aparece en el lugar de la penetración de la bacteria una lesión llamada chancro (es como una úlcera), que puede pasar inadvertida porque no produce dolor ni secreción. Si no se pone atención a ella se puede desarrollar la sífilis secundaria que los síntomas son pérdida de cabello en áreas específicas, úlceras en la garganta y glándulas inflamada.

Si aún en esta etapa la sífilis no es tratada se puede convertir en sífilis tardía provocando trastornos en la piel, los huesos, el corazón y a nivel del sistema nervioso central.

Las consecuencias que se pueden desarrollar son daños cerebrales y en la médula espinal, deformaciones y trastornos en las encías. Durante el embarazo puede pasar a través de la placenta al feto, provocando abortos al principio de la gestación y cuando el embarazo es avanzado deja alteraciones al bebé en los dientes, cicatrices, lesiones en huesos, nariz, paladar, y en casos extremos ceguera y sordera.

Su transmisión se puede dar principalmente por contacto coital, por contacto directo con mucosas como la boca y el recto o heridas infectadas con la bacteria. El tratamiento es una aplicación de penicilina de larga duración u otros antibióticos.

Gonorrea

Es causada por bacterias, teniendo un período de incubación de 2 a 10 días posteriores al contagio. Los síntomas que se presentan son: en las mujeres el flujo purulento que puede estar acompañado de irritación vaginal o dolor al orinar. En los hombres se presenta ardor acompañado de una secreción que sale del conducto uretral al orinar.

Al principio la secreción es amarillenta, pero si no se atiende a tiempo la secreción se vuelve verde, se presentan inflamaciones y ardor en el bajo vientre.

Las consecuencias pueden ser enfermedades pélvicas inflamatorias, esterilidad, artritis, problemas cardiacos, del hígado y meningitis; en los bebés produce ceguera. Su transmisión es por contacto directo con mucosa infectada con el útero, cérvix, ano, garganta y ojos. El tratamiento es por medio de antibióticos durante una o dos semanas aproximadamente.

Herpes Genital o Herpes simple tipo II

Es causada por un virus y su período de incubación es de 3 a 20 días después del contagio inicial, teniendo molestias durante 2 a 4 semanas. Los síntomas son: sensación de ardor en el sitio de contagio, pequeñas ampollas rojas que se pueden convertir en llagas húmedas y dolorosas, fiebre, dolor de cabeza e inflamación de los ganglios.

La transmisión es por contacto directo con las ampollas o úlceras abiertas que se encuentran infectadas. La consecuencia que se pueden sufrir son recaídas durante varios años, en el caso de tener pocos meses de embarazo, el embarazo tiene mayor probabilidad de aborto, así mismo puede contagiar al bebé durante el parto. En el caso del tratamiento no existe uno específico para eliminarlo, pero se da un tratamiento para

controlar el dolor, con analgésicos, una buena higiene sexual, uso de preservativos, etc.

Vaginitis

Es causada por hongos y su período de incubación es variable. Los síntomas que presenta son: en la mujer sufre comezón en la vulva y flujo constante con apariencia de levadura y resequedad vaginal; en el hombre puede provocar inflamación en el pene.

Su forma de transmisión es porque el hongo puede colocarse en la boca, vagina o recto sin causar molestias o por contacto directo, ya sea con una persona o con ropa infectada. Las consecuencias en la mujer son infecciones secundarias por bacterias y en el caso de los bebés puede provocar infecciones en la boca y garganta.

El tratamiento usualmente se hace con cremas, ungüentos o supositorios, se prescriben medicamentos orales en casos resistentes del hongo.

Clamidia

Es causada por una bacteria, teniendo un periodo de incubación de 1 a 4 semanas después del contagio. Los síntomas pueden ir de no presentar ninguno a una inflamación pélvica, fiebre, dolor durante el coito, dolor abdominal, ardor al orinar, flujo vaginal y sangrados. En el hombre puede existir dolor al orinar y secreción acuosa del pene.

Su forma de transmisión es por contacto sexual ya sea vaginal, oral o anal. Las consecuencias de esta es que puede causar esterilidad en los hombres, puede producir artritis e inflamación de los testículos; en la mujer puede afectar el cuello del útero, trompas, ovarios y uretra, así como transmitirla al bebé durante el parto provocándole infección en los ojos y causarle pulmonía. El tratamiento usualmente es con antibióticos para detener la infección.

Tricomoniasis

Es causada por parásitos que pueden vivir hasta 7 horas fuera del cuerpo humano, teniendo un período de incubación de 4 a 28 días. Los síntomas que se presentan son: flujo vaginal verduzco acompañado de mal olor, dolor al orinar, inflamación en la vulva, vaginal y dolor abdominal. En el caso de los hombres se presenta secreción en el pene y malestar. A veces suelen no presentarse síntomas.

La transmisión es por contacto sexual y a través de objetos como toallas de baño, sábanas, entre otros que se compartan con personas infectadas. Algunas consecuencias es que se puede producir inflamación y obstrucción de las trompas, lo que conlleva a ser estéril y si alcanza al aparato urinario se puede expandir hasta allí. El tratamiento es a base de medicamentos locales y orales para combatir la enfermedad.

Hepatitis tipo B

Es causada por un virus, teniendo un período de incubación aproximadamente de 8 a 30 días después del contacto. Los síntomas son: dolor muscular, fiebre, cansancio, pérdida del apetito y dolor de cabeza. Algunas veces se puede presentar la orina de color oscuro, palidez, ojos amarillo y malestar en el hígado.

La transmisión es por medio de un contacto sexual ya sea anal, oral o vaginal, usando agujas infectadas y transfusión sanguínea. También si las personas infectadas no se lavan las manos después de defecar o a través de alimentos. Las consecuencias es que puede ser altamente contagioso en los primeros días y lo puede transmitir la madre al bebé durante el embarazo o parto.

El tratamiento es que el médico realice una valoración para dar el tratamiento adecuado al paciente, también existe una vacuna contra el virus.

Pediculosis

Conocido también como piojo púbico o ladilla, causado por parásitos de diminuto tamaño que habitan en la región vellosa del cuerpo, especialmente en el pubis. Tiene un período de incubación de una a 4 semanas.

El síntoma general es que se tiene una comezón intensa, su contagio puede ser por medio de un contacto sexual como con el acercamiento en camas, la ropa, sanitarios y toallas que haya usado las personas infectadas.

El tratamiento es lavar el área infectada con una preparación insecticida que destruye a los piojos y sus huevos. De igual manera se deberán mantener limpias las camas, sábanas, toallas y ropa.

El adolescente debe de tener presente que, si tiene un contacto sexual, corre el riesgo de contraer una Enfermedad de Transmisión Sexual, por lo que debe considerar tener una higiene adecuada, relación coital con una sola pareja (ya que si se tiene con más de una existe una mayor probabilidad de contraer alguna enfermedad), usar preservativos para relación anal, oral o vaginal, aunque tenga una pareja estable, entre otras medidas.

Lo primordial es contar con una adecuada higiene, lavarse bien los genitales, tener una ventilación y transpiración adecuada del cuerpo, utilizar ropa de algodón y evitar la de nylon. Se debe de tener el hábito de lavarse los genitales diario con agua y tener autoexamen cada cierto tiempo para revisar que sus genitales no tengan alguna alteración y se encuentren en buen estado, para evitar contraer alguna enfermedad que daña a las personas de forma física y psicológica.

Uno de los temas que se encuentran llenos por mitos y creencias erróneas es la sexualidad, el autor Álvarez Gayou (2004) menciona que la principal fuente de información de un adolescente incomunicado con los adultos son sus propios amigos y compañeros de su misma edad, llevando a que tengan graves consecuencias para su vida.

Como menciona Calixto Raúl (2008) Uno de los obstáculos para impartir educación de la sexualidad es la creencia de que al dar información a los muchachos éstos acelerarán sus experiencias, ampliarán su curiosidad y querrán poner en práctica sus conocimientos.

Se cree que con los talleres o manuales enfocados a la sexualidad del adolescente se propicia a que tengan relaciones coitales, una vida sexual activa, siendo no esté el objetivo. Los temores y prejuicios siguen existiendo.

El autor Fernando Barragán (1991) citado por Calixto Raúl (2008) explica... aunque no se tenga una educación sexual el impulso sexual se encuentra presente y la información que se obtiene en lugar de perjudicar, fomenta una vida sexual sana. Menciona que una persona bien informada tiene la posibilidad de conocerse mejor, sabe que es lo que quiere, busca y espera; siendo la sexualidad como parte de su vida.

CAPITULO 3. EDUCAR EN VALORES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA

La importancia que tienen los valores dentro de la sociedad, en la actualidad es un tema de gran valor. Sabemos que es algo que nos inculcan desde pequeños en el núcleo familiar, pero que se están perdiendo en la sociedad actual. Los adolescentes carecen de valores como el respeto, igualdad, honestidad, tolerancia, etc., que han llegado a crear una cifra alta en violencia entre pares.

Esto provoca que dentro de las escuelas se deba de fomentar la educación en valores que previamente debieron iniciar en el núcleo familiar. Los seres humanos somos personas moldeables por lo que podemos adquirir nuevos comportamientos de conducta que seremos capaces de reproducir a lo largo de nuestra vida.

Los valores son parte de los comportamientos y actitudes que expresamos diariamente dentro de un contexto y la sociedad en general, nos caracterizan entre una cultura, religión, tribu, tradiciones, etc.

Pueden ayudarnos a elegir unas cosas en lugar de otras como, por ejemplo: en conversaciones con amigos logramos observar diferentes puntos de vista, pero respetamos que las personas no tengan los mismos intereses que nosotros y evitar un conflicto en gustos personales.

También los valores logran etiquetar el tipo de persona que soy dentro de una sociedad, podemos tratar a los sujetos con respeto y tener buenos comportamientos, como saludar, ceder un asiento, pedir permiso y dar las gracias, etc.; la gente pensara que soy un sujeto educada, de lo contrario si muestro acciones que no están ligadas a un valor pueden etiquetarme como maleducado o irrespetuoso.

Esto logra darle valor a una persona tanto en una comunidad, grupo social o en el entorno familiar. Por consiguiente, los valores son importantes para interactuar con las personas que nos rodean y decidir en diferentes situaciones lo que está bien o mal de acuerdo con los valores universales que tenemos.

Dado el caso que trataremos la sexualidad en la adolescencia, es necesario tener conocimiento de los valores que son importantes en la etapa adolescente, ya que se encuentran escasos actualmente es buen momento para volver a retomarlos y generar una sexualidad responsable en los adolescentes y evitar problemas a futuro.

3.1 ¿Qué son los valores?

Los valores son ideales que orientan la conducta humana, existen valores universales o humanistas y valores propios de cada sociedad, los cuales responden a valores laicos o religiosos que nos ayudan a tomar decisiones congruentes. Los seres humanos cambiamos nuestra escala de valores de acuerdo con las personas que conocemos, libros, cultura, familia, amigos, etc.

El término “valor” se relaciona con la propia existencia de la persona, el cómo afecta a su conducta, configura y moldea sus ideas y condiciona sus sentimientos (Carreras et al., 2006).

Los valores representan las guías de nuestras acciones al momento que ejecutamos una acción. Constituyen un modelo de realización personal que se intenta lograr a través de la vida, así como algo que dirige a la persona y que la lleva actuar en forma repetida y consistente.

Negrete (2014) considera que los valores universales son “el conjunto de normas de convivencia válidas de un tiempo y época determinada”. Un objeto decisivo encontrado dentro de los valores es la actitud que es una tendencia adquirida que predispone a una persona a reaccionar de un modo determinado ante un objeto, persona, suceso o situación que lo ayuda a actuar en consecuencia.

También nos son transmitidos primero por la familia, por los grupos sociales en los que nos desenvolvemos y pertenecemos, siendo un concepto determinado para decidir entre diferentes opciones. Serrano (1999) menciona que “los valores influyen en la

imagen del individuo, por lo tanto, en las metas y objetivos que se esperan obtener en la vida”.

María, R. (2019), define los valores como características, cualidades y propiedades de una persona que poseen gran importancia dentro de un contexto. Influyen en el comportamiento de las personas en diferentes sociedades, definiendo lo que se puede considerar correcto o incorrecto permitiendo la buena convivencia.

Para Allport (1971) clasificación de los valores:

- **Teórico:** búsqueda de la verdad mediante la investigación de un proceso lógico, siendo el conocimiento la meta. Por ejemplo, un investigador valora la verdad, buscando el conocimiento, ideas e información para sí mismo y para la sociedad.
- **Económico:** dar importancia a la utilidad de las relaciones y de las cosas. Implica ser práctico, materialista, ahorrador de energía, espacio y tiempo. Hace suyo el conocimiento para obtener provecho de las cosas. Por ejemplo, un economista valora los bienes, recursos, finanzas de una institución.
- **Estético:** busca la satisfacción personal mediante la contemplación o la producción de la belleza, que es su meta. Por ejemplo, un artista visual valora la belleza de una obra de arte.
- **Social:** busca la compañía de otros, vive su experiencia con sus semejantes, gran gusto por ser servicial y ayudar a los demás. Por ejemplo, un psicólogo es un servidor continuo ayudando a las personas.
- **Político:** utiliza el conocimiento para la obtención de poder, manifestando una voluntad de mando y deseo de dirigir a los demás. Por ejemplo, un político valora el poder y lo ejerce.
- **Religioso o ético:** se tiene una tendencia a participar con los demás en estas actividades éticas o religiosas, ya que todo ser humano debe reunir ciertos valores de este tipo.

Cada uno de nosotros tiene diferentes valores y que logran definirnos como personas "buenas o malas". Son necesarios para adquirir y forjar nuestro propio proyecto de vida, nos ayudan a alcanzar una meta y nuestra superación. Para interactuar con las personas con las que convivimos. Así mismo, para que nuestra superación sea correcta y profunda debe de estar cimentada en valores sólidos y estables, puesto que nos darán la pauta para conducirnos en la vida.

Se relaciona con un concepto de ética y moral (conjunto de costumbres o normas que dirigen el comportamiento humano en una comunidad).

Ejemplos de valores universales de acuerdo con Negrete (2014):

- **Amistad:** afecto o estimación entre personas que se les permite establecer vínculos más estrechos de convivencia.
- **Amor:** es un principio de unión entre los elementos que forman el universo, siendo una manifestación de los hombres hacia el bien y la belleza absoluta.
- **Bondad:** es una cualidad de una cosa o sujeto que la voluntad considera como un fin deseable tendiendo a lo bueno.
- **Confianza:** actitud de esperanza hacia una persona o cosa, teniendo un sentimiento de seguridad hacia en uno mismo como acto de fe.
- **Fraternidad:** es la unión entre los hombres.
- **Honor:** sentimiento profundo de la propia dignidad moral del hombre.
- **Honradez:** es la cualidad que nos hace seguir con rectitud e integridad.
- **Justicia:** es dar a cada quien lo que se merece, según sus obras.
- **Libertad:** es realizar lo que uno desea sin dañar a nadie.
- **Paz:** conjunto de actos que hacen posible la convivencia armoniosa entre los miembros de una sociedad o familia.
- **Respeto:** es la consideración especial hacia las personas en razón de reconocer sus cualidades, méritos, situación o valores particulares.
- **Responsabilidad:** es el deber de asumir las consecuencias de los actos que uno ejecuta sin que nadie le obligue.

- **Solidaridad:** responsabilidad mutua que efectúan varias personas haciéndonos colaborar ante la causa de otros.
- **Tolerancia:** actitud abierta hacia posturas u opiniones diferentes a la propia.
- **Valentía:** es la cualidad que nos hace enfrentar con decisión y sin dudar todos los actos de nuestra vida.
- **Verdad:** conformidad o acuerdo de lo que se dice con lo que se siente, se piensa o se hace.

Cuando pensamos en la palabra valor, lo primero que llega a nuestra mente es algo valioso opreciado que vale para un sujeto o grupo en general, Oscar B., (2015) hace referencia a Ortega y Gasset (1961) mencionando en cuanto a los valores “el ser humano tiene la capacidad de percibir los objetos que son realidades que le rodean, los compara y analiza, y que esos mismos objetos organizados, se acompañan de valores que son virtudes”.

En la vida cotidiana existen acciones motivadas por los valores como los deseos, el enojo, la atracción, etc., Ortega y Gasset (1961) muestran que los valores tienen una validez antes e independientemente de que funcionen como metas de nuestros intereses y sentimientos, por lo que pasan a ser cualidades en los seres humanos.

Villoro (1997) define el valor de la siguiente manera: “Podemos entender por valor las características por las que un objeto o situación es término de una actitud favorable”. Lo que caracteriza a dicho concepto de acuerdo con el autor es la carga afectiva hacia un objeto o situaciones involucrada.

Para Villoro los valores se identifican como cualidades, atributos o características de las acciones, situaciones o personas. Sirven para formar juicios morales que ayudan a orientar nuestra conducta, el valor que logra aliviar una privación y que ayuda a aplacar los deseos.

La Agencia de la ONU para los Refugiados (2017) menciona que los valores humanos son “el conjunto de ideas que tienen la mayor parte de las culturas existentes sobre lo que se considera correcto”. Los valores éticos y morales ayudan al ser humano a saber

lo que es correcto y lo que no. Conocerlos nos aporta beneficios como personas y en la interacción con los demás.

Nos permiten conocernos mejor a nosotros mismo (lo que nos gusta o no, de acuerdo con diferentes situaciones en nuestra vida), ayudan a vivir con integridad (siendo personas leales, honradas, morales, etc.), en la toma de decisiones de acuerdo con nuestra forma de pensar para poder actuar de buena o mala manera.

De acuerdo con la ACNUR (2017) existen siete valores importantes que son esenciales en nuestra vida:

- **Honestidad:** debemos de decir siempre la verdad acompañando nuestras acciones con el respeto Significa ser objetivo, hablar con sinceridad, y respetar las opiniones de los demás.
- **Sensibilidad:** debemos de ser sensibles ante otras personas, ayudando, siendo compasivos, ser empáticos, y entender el dolor ajeno. Cuando una persona es sensible comprende a la otra persona más allá de las palabras y sabe cuándo la otra persona necesita algo.
- **Gratitud:** debemos de ser personas agradecidas con lo que tenemos y dar “gracias”.
- **Humildad:** saber que tenemos defectos y aceptarlos, no sentirnos superiores a otras personas sin importar clase social, educación, género, raza, etc.
- **Prudencia:** saber evaluar los riesgos y controlarlos en la mayor medida posible. Es primordial ser prudente cuando no se conoce al otro sujeto o no se sabe cuáles son las circunstancias de su caso.
- **Respeto:** se relaciona con la honestidad, conlleva atención y consideración hacia otra persona. Fomenta la buena convivencia entre personas que no tengan el mismo modo de pensar.
- **Responsabilidad:** considera el cumplimiento de las obligaciones, tener cuidado a la hora de tomar decisiones o llevar a cabo una acción. Es una

cualidad que poseen las personas que son capaces de comprometerse y actuar de forma correcta.

Negrete (2014) menciona que al inicio del siglo XXI existió la necesidad de llegar a un acuerdo mundial para lograr el manejo de los valores y principios éticos que sirvieran de base para fomentar una educación para la paz, ayudando a una sana convivencia entre individuos, familias, comunidades, etnias, naciones y culturas.

Los valores se adquieren desde la niñez, el niño adopta ciertos mensajes que recibe en casa, en la escuela y con los amigos. Al llegar a la adolescencia los valores aprendidos sufren modificaciones, usualmente los adolescentes suelen cuestionar o rechazar los valores adquiridos en su niñez como una forma de autodefinirse independiente.

De igual forma los valores se van modificando de acuerdo con la época y cultura en la que se vive, así como la influencia que ejercen los medios de comunicación y las redes sociales actualmente, pueden provocar una confusión en los adolescentes.

Es conveniente que para evitar crisis en los valores durante la adolescencia es indispensable orientar al adolescente respecto a su importancia, para tener una actitud crítica.

En la actualidad la sociedad y el mundo en general enfrenta cambios importantes, están ligados a lo científico y lo tecnológico, por lo que se ha modificado la cultura y la educación. Se debe de enseñar que la soberbia, la mentira, el egoísmo, la indiferencia, la desigualdad, entre otras son antivalores que se deben de tratar de erradicar para la sana convivencia e interacción entre los individuos.

Los valores son importantes por lo que significan y representan, siendo la base para vivir en comunidad, permitiendo regular la conducta para el bienestar colectivo formando personas razonables.

En la adolescencia existe infinidad de valores, pero no quiere decir que cuentan con los que deberían de tener presentes para la vida cotidiana o las relaciones personales, la influencia de la sociedad como de los amigos influye en los adolescentes.

La sexualidad en la adolescencia desempeña un papel primordial existiendo vínculos afectivos, teniendo la capacidad para dar y recibir amor. Ceballos (2008) plantea lo siguiente respecto al tema: "la relación se ve terriblemente afectada si entre la pareja no hay respeto, si hay lucha de poder ya que sin amor y afecto la atracción hacia el otro no puede proporcionar felicidad", es responsabilidad de los padres y los maestros hablar con los adolescentes ya que tienen que aprender a decidir, cuándo, cómo y con quien tener relaciones sexuales, porque esta decisión no se toma a la ligera, así mismo debe ser con base en valores.

3.2 Formación de actitudes y valores en la educación secundaria

Se dice que una persona que esta educada o que tiene educación cuando posee un grado de formación suficiente para entender y juzgar de modo eficiente y personal, cuando por su preparación y experiencia tiene conocimientos bien adquiridos y consistentes. Haciendo referencia a lo anterior podemos decir que a lo largo de nuestra vida hemos estado rodeados de valores que modifican nuestro comportamiento en lo que realizamos como personas. Nos ayudan a elegir unas cosas en lugar de otras.

La filosofía ayuda a explicar y dar sentido a nuestra vida (como debo de actuar, vivir, etc.), la cultura es la parte que nos apoya a observar cómo nos comportamos, es un modo de vida humano dedicado a reproducir de dónde venimos y a dónde nos dirigimos dentro de una institución, de las normas o leyes dentro de una sociedad.

Dewey (1997) sostiene que la sociedad logra transformar a los individuos según el ideal esperado mediante la educación ayudando a cultivarlos socialmente. El medio ambiente social forma la disposición mental y emocional en la conducta personal, por lo que se debe de aprender a ejercitar la razón, a elegir y observar cuál es el punto de equilibrio de acuerdo con nuestras posibilidades por medio de la razón.

La educación es una formación amplia para el ser humano y se pueda sentir una persona culta, prometiendo un modo de vida propio relacionado con la cultura. Se educa para la vida teniendo una finalidad, dar forma a nuestra vida y vivir bajo el dominio de nuestra racionalidad.

Todo lo que me puede causar placer no está bien, por lo que debe de encaminar cada acción del ser humano a un adecuado razonamiento que pueda moderar la acción. Teniendo un fin... vida adecuada del ser humano.

Touriñán (2008) señala que “el objetivo fundamental de la educación en valores, como tarea, es el desarrollo de destrezas, hábitos, actitudes y conocimientos que capacitan a las personas para estar, moverse, intervenir, actuar, aprender e interrelacionarse”, para que el educando tenga las herramientas necesarias para la construcción de sí mismo y de su formación.

La escuela puede enseñar valores a los adolescentes al mismo tiempo que enseña otras materias, el incremento de problemas sociales demanda que la institución contribuya a solucionar o minimizar el índice de dificultades que afectan a los adolescentes.

El mundo en general necesita priorizar los valores, por lo que la escuela puede ayudar a mejorar la actitud en la interacción de las personas. Debemos de aprender a elegir y capacitarnos para realizar nuestro proyecto de vida.

Somos personas sociables y como tal interactuamos en diferentes ámbitos, por lo que la escuela nos enseña tanto a aprender como a convivir familiar y socialmente, tratando de hacer a las personas sensibles a la realidad en la que viven por medio de la enseñanza de valores.

Como señala Vázquez “una Educación en Valores es necesaria para ayudarnos a ser mejores personas en lo individual y mejores integrantes en los espacios sociales en los que se desarrolla” (2013, p. 44). El estudiante requiere tener aprendizaje científico, así como uno cultural en el que se muestren los valores a ser una mejor persona tanto para sí misma como para los demás.

Las acciones que realizaran los adolescentes teniendo como guía los valores que se le inculcaron, lo favorecerá para que realicen mejores actos para generar un mundo mejor.

Los adolescentes viven situaciones diferentes a las que se vivían en la niñez, actualmente los pocos valores en nuestra sociedad y en el mundo es algo que se observa en la vida cotidiana. Todos los días vemos noticias sobre bullying, violencia familiar, social, de pareja, sin importar la clase social.

Los valores nos ayudan para vivir en sociedad. De acuerdo con los valores adquiridos desde la niñez en el núcleo familiar y en el ámbito escolar actuaremos de una forma y tomaremos decisiones que nos lleven a ser mejores personas o malas de acuerdo con la relación y lo que mostremos como personas.

Actualmente con la poca comunicación en las familias cada vez se inculcan menos los valores. La escuela tiene la tarea de reforzar esos valores aprendidos en casa, pero no se pueden cambiar al 100 por ciento actitudes que no se definieron con los padres.

En los espacios que tienen los adolescentes fuera de casa como el grupo de amigos donde interactúan, el comportamiento para encajar debe de ser parecido al del grupo para lograr una convivencia.

Cortés (2001) menciona que los propósitos de la Secretaría de Educación Pública en el año 1910 en cuanto a los alumnos de escuela secundaria eran:

1. El fomento consciente de la salud de los educandos.
2. El seguimiento del proceso de educación iniciado en la primaria.
3. Preparación del estudiante para actuar de manera eficaz como miembro de la familia y la sociedad.
4. El diagnóstico y preparación para la vocación.
5. La preparación del individuo para el cumplimiento de los deberes.
6. La capacitación para hacer uso adecuado del tiempo libre.
7. Formación del carácter ético.

Tales propósitos logran encaminar las escuelas, los planes y programas de estudios, así como la actividad que realizan los maestros para fomentar los ideales. En 1932, se llevó a cabo la primera revisión de los programas de estudio, dando lugar en 1945 a la revisión de planes y programas con un fin educativo.

La escuela y las aulas se convierten en una gran oportunidad de educar para la paz, al enseñarle y promoviendo los valores que fortalecen el respeto hacia las personas por el proceso de socialización que ocurre entre sus pares dentro del ámbito educativo.

Empleando las palabras de Cortés (2001) “las transformaciones de los planes y programas de estudio, a lo largo de la historia de la educación secundaria mexicana, han marcado épocas con características propias y mayor o menor congruencia con las necesidades de la sociedad” (p.7). Cada época ha tenido su momento de cambio de acuerdo con los sexenios y el desarrollo político establecido en esos tiempos.

La educación secundaria debe de preparar a los adolescentes para la vida adulta e incorporarse en el ámbito laboral y social. En el ciclo escolar 1999-2000 el plan de estudios fue modificado para incorporar la asignatura de Formación Cívica y Ética en lugar de Civismo en primer y segundo grado. A partir de ciclo 2000-2001 se empezó a impartirla en tercer grado en lugar de Orientación Educativa.

Cortés (2001) señala que la Secretaría de Educación Pública reforzando la necesidad de valores en los adolescentes, tratando que con la asignatura de Formación Cívica y Ética se tuvieran las capacidades y los saberes para enriquecer al ser humano. “La asignatura de Formación Cívica y Ética tuvo como objetivo general: *que los alumnos aprendan a considerar y asumir su entorno social como un ambiente propicio para el ejercicio de actitudes comunitarias cívicas*”. p.8

La asignatura transmite conocimiento y forma a los estudiantes para que adquieran conocimiento y desarrollen actitudes y habilidades con un criterio propio para que se desenvuelvan libremente y transformar su sociedad.

Cortés cita a la maestra Sylvia Schmelkes dando su punto sobre la formación en valores:

“una verdadera formación valoral sólo se logra cuando las conductas son congruentes con los juicios” ... Continúa la cita: *“No se niega que los espacios curriculares específicos sean necesarios. Sin embargo, no son suficientes. Cuando existen, cumplen una importante función de información y logro de conocimientos sobre los valores. Pero no son capaces de formar en valores. Para la vivencia de valores, en el ámbito escolar, el currículo todo-en sus contenidos, en sus métodos, en el proceso de enseñanza y aprendizaje-así como todos los espacios de la escuela donde hay procesos de interacción, son los que forman valoralmente”.*

Lo anterior nos muestra que se tiene la necesidad de convertir a la escuela y al ámbito extraescolar en espacios en donde se puedan dar vivencias en valores, así como educarse de manera que uno aprenda los contenidos en la escuela y en el ambiente social poder realizar acciones que sean el resultado de lo aprendido.

Se dice que el aprendizaje va más allá que un salón de clases, el conocimiento se encuentra en todos lados por lo que el ser humano aprende a cualquier hora del día.

Cortés (2001) señala que para apoyar la enseñanza-aprendizaje de la asignatura de Formación Cívica y Ética se desarrolla un modelo pedagógico para el proceso de formación de actitudes y valores que la escuela debe de enseñar, a continuación, se muestra la fundamentación teórica del modelo:

Los contextos importantes que influyen en las actitudes y valores son: el socio-cultural, el familiar y el escolar. La conformación de actitudes, a partir del contexto socio-cultural sigue tres caminos: la interiorización, la identificación y la aceptación.

- Interiorización: mediante ella las personas hacen suyo el sistema de valores existente.
- Identificación: la persona asimila los valores y la conducta de los otros.
- Aceptación: es de manera consciente o inconsciente, directa o diferida.

El contexto social influye constantemente en las actitudes y valores que se afirman o se modifican. El contexto familiar en el proceso influye en el individuo desde su

nacimiento, pero más cuando se es niño, al proporcionarle actitudes y acciones, con base en diferentes valores, que conformarán su comportamiento adulto. Por último, en el contexto escolar el conjunto de elementos que proporciona a los alumnos son moldeadores de actitudes y valores, configurando la interacción con el profesor y sus semejantes.

De acuerdo con el modelo pedagógico para la asignatura de Formación Cívica y Ética son convenientes dos funciones principales para desempeñar las actitudes:

- **Función cognitiva:** las actitudes se forman al interior de nuestra mente para comprender el entorno, para hacernos una imagen del mundo que nos rodea.
- **Función adaptativa:** o de ajuste social, se desarrollan actitudes positivas hacia determinadas conductas demostrando si tienen aceptación social o son negativas.

El conductismo en la formación de actitudes se hace principalmente a través del llamado condicionamiento clásico. Dentro del paradigma conductista se señala que se aprende algo porque está en constante reforzamiento. Cuando se refuerza algo positivo después de una respuesta acertada, dicha respuesta se consolida y de igual forma la actitud positiva.

Por ejemplo, en la vida real los hijos son premiados cuando adoptan actitudes correctas definidas por los padres o por la sociedad y son castigados cuando estas actitudes son reprobadas por ellos.

En secundaria muchas veces se usa este modelo para reforzar los valores dentro del salón de clases, es común que entre pares existan etiquetas sobre el aspecto físico de un compañero o compañera y en lugar de llamarlo por su nombre lo llaman por el apodo o etiqueta que le asignan.

Por ejemplo, si un compañero tiene sobrepeso es común que le digan “gordo”, cuando es delgado lo llaman “flaco”, cuando tiene acné en la cara le llaman “cara de cráter”, siendo una ofensa que no se puede permitir llegando a faltar el respeto de su compañero, así como generando una baja autoestima por su aspecto físico por lo que

un castigo severo se le debe de aplicar al alumno que promueve la etiqueta de su compañero.

Otra corriente encontrada en la formación de actitudes es el modelo de imitación de Bandura, en el cual se desempeña por medio de lo que aprendemos por observación de los demás, observando acciones acertadas o erróneas.

Para Bandura no es necesario que una conducta se vea reforzada para que sea aprendida. Adquirimos patrones de conducta y con ello actitudes que los acompañan, la actitud se define como “una predisposición aprendida para responder consistentemente en un modo favorable o desfavorable con respecto a un objeto social dado”.

Cortés (2001) menciona distintas técnicas de formación y cambio de actitudes que se pueden implementar en la educación secundaria como la participación activa, la didáctica, discusión en grupo, juego de roles, cooperación en el aula, juego-concurso, grupos de investigación, entre otros., por medio del aprendizaje cada individuo va conformando un sistema de valores.

Bandura pensaba que se aprende una conducta, por ejemplo, al observar cómo se comportan los demás, notamos las acciones que reflejan de acuerdo con diferentes situaciones. Así mismo, se supone que ese es el comportamiento normal para cada situación, de manera que cuando se está en esa misma situación la reacción es similar a lo que se observó anteriormente.

Las actitudes son parte de la conducta, pero a veces el adolescente hace cosas solo para congeniar con su grupo de pares, siendo una actitud la opinión que tenemos de las cosas, como de las personas con sus ideas y creencias.

Por ejemplo, “los mirreyes” son una tribu urbana de jóvenes de clase alta que tienen una forma particular de vestirse que tienen la necesidad de presumir y aparentar, queriendo ser protagonista en cualquier lugar que llegue, por lo que llegan a tener actitudes prepotentes con la gente que les rodea y llegan a ser groseros, dejando a un lado el valor del respeto y la humildad.

Dejando claro que la situación social influye sobre los valores, ya que se tiende a seguir las normas de la cultura en la que se dio la crianza (la familia) y a los grupos a los que se pertenece (tribus urbanas).

La educación es vista como una ayuda exterior que trata de desarrollar y de perfeccionar las disposiciones y aptitudes del ser humano hacia fines adecuados o hacia valores socioculturales como formación y configuración intrínseca de la persona. La educación es una acción encaminada a un desarrollo o perfeccionamiento.

La escuela prepara a los alumnos para enfrentar la vida, pero no se puede olvidar que tiene que darle una formación como persona, requiere que sea un alumno independiente y autónomo. La sociedad demanda personas inteligentes y capaces de desarrollar sus habilidades como seres humanos.

Para lograr tener alumnos con buenos valores se deben de conocer, saber cuáles son los valores que tienen arraigados desde casa que los guían para enfrentar la vida. Se debe de tener en cuenta los problemas del mundo actual y saber qué posición tomar ante ello.

3.3 Una relación sana basada en valores

Como hemos visto en el capítulo anterior la sexualidad forma parte natural del adolescente, pues desde la primera infancia el adolescente logra experimentar sensaciones placenteras al explorar su cuerpo, al ser acariciado y besado. Observan al mundo que les rodea, especialmente las actitudes sexuales que los adultos a su alrededor muestran y que en algunas ocasiones logran imitar.

Al iniciar la pubertad existe una preocupación constante por la sexualidad. Es frecuente la masturbación y las fantasías sexuales generalmente es motivada por la curiosidad. En la etapa adolescente suelen tener los primeros contactos físicos (los besos y caricias) que realizan entre pares, llegando al punto de querer descubrir las relaciones sexuales que incluyen el coito.

El amor y la sexualidad no fueron siempre importantes para las relaciones amorosas en épocas anteriores, no se lograba vincular la atracción con la pareja, ya que existieron arreglos matrimoniales o se tenía un amor a la antigua con cartas, dedicatorias, paseos y que la virginidad era primordial para la mujer si quería llegar al altar.

El adolescente hoy día, por lo general, mantiene relaciones en pareja intensas y apasionadas, pero, que a diferencia de los adultos tienen una duración más corta.

En la actualidad la virginidad en las relaciones de pareja actualmente se ha dejado en último término, ya que el valor que tenía en épocas anteriores dejó de serlo en la época moderna. Quitándole el valor de mujer “pura y casta” para poder contraer matrimonio con su pareja, ya que han existido relaciones de pareja que tienen una relación coital en el noviazgo que no llegan a desmeritar a la mujer.

La decisión de los adolescentes por querer tener relaciones sexuales con otra persona son las actitudes y valores respecto a la sexualidad que pueden estar influenciadas por familiares, amigos o la sociedad.

En un estudio realizado con 1600 adolescentes se mostró que la mujer está más influenciada por factores familiares por ejemplo en la comunicación con los padres, mientras que los hombres están influenciados por factores individuales como autoestima, religión, edad, etc. La mujer tiene una sexualidad menos centrada en los aspectos genitales que el hombre, valorando más los sentimientos de la relación².

En la actualidad los valores se han ido perdiendo porque no se logran cultivar en la sociedad por el gran índice de violencia que se vive en el mundo. Son muchos los factores que influyen en ello como la televisión, las redes sociales, la familia, el contexto, el internet, entre otros, que muchas veces logran difundir información negativa.

² <http://www.elalmanaque.com/Medicina/consejos/report23.htm>

3.4 La violencia como antivalor

¿Dentro de una relación puede llegar la violencia? en cualquier momento y por cualquier motivo, aunque sea mínimo. Por eso es necesario conocer a la persona que es o será tu pareja y sabe que valores refleja, ya que con la falta de ello han existido relaciones de pareja con gran índice de violencia.

Pero como se puede identificar la violencia, el Gobierno del Distrito Federal (2008) menciona que “la violencia es causar daño a una persona u obligarla a algo a través de la fuerza, mediante golpes, empujones, ofensas, imposición de normas y valores”. Las personas suelen hacerse violentas por medio de la familia, sociedad, el ambiente, la educación, la religión, cultura, etc.

La violencia puede ser aprendida desde casa cuando se crece en un ambiente violento con los padres son situaciones que pueden lograr imitar con personas externas a la familia y causar un daño.

Tanto hombres como las mujeres repiten actitudes que aprenden que llegan a ser negativas. Sin embargo, estas actitudes pueden cambiarse por relaciones en las que el respeto, la comunicación y la igualdad de derechos sean valores importantes.

Existen diferentes tipos de violencia que pueden presentarse en la familia, el trabajo, la escuela, con la pareja, entre otras, siendo importantes identificarlas para no permitir ningún maltrato:

“TIPOS DE VIOLENCIA”

Violencia	Ejemplo
Física	Empujones, bofetadas, puñetazos. Este tipo de violencia muchas veces deja cicatrices, lesiones, enfermedades e incluso puede causar la muerte.

Sexual	<p>Actos sexuales impuestos, sin consentimiento de la persona:</p> <p>Prácticas sexuales no deseadas o que generen dolor.</p> <p>Exhibición de los órganos sexuales externos sin consentimiento del espectador.</p> <p>Tocamientos íntimos o roces sin consentimiento.</p> <p>Penetración sin consentimiento por la boca, vagina o ano.</p>
Feminicida	<p>Es la máxima expresión de la violencia de género, siendo un proceso de diferentes tipos de violencia que pueden llegar al asesinato de mujeres por el solo hecho de serlo.</p>
Psicológica	<p>Son prohibiciones, coacciones, condicionamientos, amenazas, intimidaciones, actitudes discriminatorias.</p>
Verbal	<p>Insultos, gritos, palabras hirientes u ofensivas, descalificaciones, humillaciones, amenazas o "piropos ofensivos.</p>
Económica	<p>Castigo sutil a través del control del dinero o de los bienes materiales.</p>

Fuente: Tú futuro en libertad: por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad (2008).

Como hemos observado, la violencia se puede expresar de diferentes formas, pero podemos contribuir para erradicarla y crear una sana interacción entre semejantes. Las relaciones autoritarias llegan a producir desigualdad y violencia en la relación ante el poder dominante ya sea del hombre o de la mujer.

3.5 Violencia en el noviazgo

Recordemos que los adolescentes viven relaciones por lo regular pasajeras y sin un fuerte compromiso, pero los celos y el control dentro de la relación existe al querer controlar al novio o novia con las amistades que tiene y algo que se ha vuelto muy de moda es intervenir en sus redes sociales o demostrando que esa persona es de su propiedad, como si fueran objetos y que pueden ser reemplazables cuando lo deseen.

La adolescencia es una etapa en la que los y las adolescentes sienten la necesidad por descubrir y empezar a explotar su sexualidad en todos los sentidos, por lo que es de suma importancia enseñarles en esta etapa los valores que se relacionan con las relaciones de pareja para lograr tener una relación exitosa y que sepan escoger a una persona que tenga los mismos valores que ellos, así como en su círculo social que los y las respeten.

En la etapa del enamoramiento muchas veces existe una actitud ciega hacia actitudes de violencia que logran manifestar la persona que nos atrae, más allá de la violencia física, puede existir primero la violencia verbal que pueden llegar a tolerarse y sin darle la importancia que debería.

El Gobierno del Distrito Federal hace mención de que el amor tendría que ser un actor de respeto; porque naturalizar la violencia, es decir, juzgar como “natural” o “normal” los gritos y las amenazas, es una forma equivocada de comprender el amor. (2008, p.36) Justificar la violencia puede llegar a la muerte sino se pone un alto desde un principio. Las personas no deben de acostumbrarse a este tipo de vivencia.

Los noviazgos no deben de ser violentos, así como los celos no ser parte de la relación, sobre todo porque los celos son fragmentos de las inseguridades que tienes como persona y que llegas a transmitirla con tu pareja. Te hacen dudar de tu novio o novia y pueden convertirse en una obsesión constante con tu pareja llegando a un que logras disfrazarlo con la palabra “te celo porque te amo”, como si de eso se tratara el amor.

Los celos llegan a convertirse en cuestionamientos que tienes sobre tu pareja, por ejemplo, llegas a dudar de cada persona con la que cruza la vista, la llamas constantemente para saber en dónde se encuentra y con quien.

En el noviazgo la violencia puede estar disfrazada sutilmente por bromas de mal gusto, golpes leves, pellizcos, prohibiciones o manipulaciones que ocurren desde el principio de la relación. Al tener claro los valores que tienes no se puede permitir ninguna violencia tanto en una relación como en la interacción que mantenemos con otras personas.

Prevención de la violencia en el noviazgo

Una buena relación está basada en el respeto, la igualdad, la negociación, la equidad y las responsabilidades compartidas. El gobierno del Distrito Federal (2008) muestra cómo prevenir la violencia sexual en el noviazgo o en las relaciones afectivas, siendo conveniente tenerlas en cuenta:

- 1. NO OBLIGUES** a nadie a tener relaciones sexuales contigo, aunque haya iniciado un juego sexual o conozcas que haya tenido relaciones sexuales con otra persona.
- 2. OBLIGAR A ALGUIEN A BESARTE**, tocarte o peor aún, la penetración, es una ofensa y una violación que atenta la dignidad de las personas.
- 3. NO LE MIENTAS A NADIE** para lograr tener relaciones sexuales contigo. Actuar de esta forma sería un acto de manipulación.
- 4. SI ESTAS EBRIO O EBRIA** o bajo el influjo de otra droga, evita el sexo, es mejor evitarlo en caso de que la otra persona igual lo esté. Puede que olvides medidas preventivas para evitar un embarazo o Enfermedades de Transmisión Sexual.
- 5. NO SOLAPES UNA VIOLACIÓN** esta acción es denigrante y extremadamente violenta.
- 6. LAS RELACIONES SEXUALES NO SON BATALLAS** que se ganan, sino experiencias que se construyen. Evita presumir experiencias sexuales, ya que

en lugar de ser un acto sentimental y amoroso podría terminar siendo un acto de hombría.

- 7. NO ASUMAS QUE SABES LO QUE LA OTRA O EL OTRO QUIERE.** *Mejor pregunta hasta dónde quiere llegar porque es más importante respetarse que cumplir los deseos de otro.*
- 8. NO, SIGNIFICA NO,** *valora la palabra de la mujer y del hombre, cada quien sabe lo que quiere.*
- 9. “EXPRESA TUS DESEOS Y SENTIMIENTOS”** *la comunicación afectiva han sido precarias en nuestra cultura y hay que hacer un esfuerzo por mejorarlas, porque expresar los sentimientos no te hace más sensible, sino que logra abrir nuevas experiencias amorosas que pueden ser únicas.*
- 10. HABLA CON RESPETO DE TUS EXPERIENCIAS SEXUALES** *y no permitas que tus amigos o amigas se burlen de tus relaciones de pareja.*

Para tener una buena relación con respeto e integridad se requiere que las parejas se encuentren bien informadas sobre la sexualidad, adquirir los conocimientos sobre el tema. Se deben de compartir dudas, inquietudes, gustos y deseos (esta parte es fundamental de la comunicación que exista dentro de la relación).

De acuerdo con la Fundación Eroski Consumer³ los valores de una sexualidad responsable son los siguientes:

- *La sexualidad es una dimensión natural y sana de la vida.*
- *Todas las personas son sexuales.*
- *La sexualidad incluye dimensiones físicas, éticas, espirituales, sociales, psicológicas y emocionales.*
- *Todas las personas tienen valor y dignidad en sí mismas.*
- *Los jóvenes deberían de verse a sí mismos como seres únicos y valiosos.*
- *Los individuos expresan su sexualidad de formas variadas.*
- *Los niños deberían de obtener su educación sexual primaria en la familia.*

³ <https://sexoysalud.consumer.es/etapas-de-la-vida/valores-de-una-sexualidad-responsable>

- *Dentro de una sociedad, las personas deben respetar y aceptar los diversos valores y creencias sobre la sexualidad.*
- *Las relaciones sexuales nunca deben de explotadoras.*
- *Todas las decisiones sexuales tienen consecuencias.*
- *Todas las personas tienen derecho y la obligación de tomar decisiones responsables respecto a su sexualidad.*
- *Las familias y la sociedad se benefician cuando los niños son capaces de hablar sobre la sexualidad con sus padres y/u otros adultos de confianza.*
- *Los jóvenes exploran su sexualidad como parte de un proceso natural de llegar a la madurez sexual.*
- *Involucrarse de manera prematura en conductas sexuales implica riesgos.*
- *Los adolescentes que tienen relaciones sexuales deben tener acceso a información sobre servicios de salud y prevención del embarazo y las ETS/VIH.*

3.6 Derechos sexuales de los adolescentes

La sexualidad es parte fundamental de las personas en el aspecto biológicos, psicológico y social, los hombres y las mujeres tienen el derecho de decidir cómo ejercer su sexualidad de acuerdo con información que recolectamos de manera formal o informal.

Los derechos sexuales son un pilar de los valores que se enseñan en la infancia y adolescencia o en la vida adulta como es el respeto, la libertad, la empatía, la igualdad, la autoestima, etc.

En la actualidad, los adolescentes tienen derecho a una educación sexual integral para que puedan tener información respecto a su sexualidad y poder tomar decisiones acertadas con las acciones que realizan. Los derechos sexuales son indispensables para los adolescentes sin importar edad, sexo, género, identidad, discapacidad, etnia, religión, orientación sexual, etc.

En México los derechos sexuales son derechos humanos, es decir, cualquier persona tiene derecho a ejercer de manera plena y responsable aspectos de su sexualidad debido a que los adolescentes y jóvenes están protegidos por tratados internacionales y nacionales.

Tener el conocimiento de los derechos implica que las personas puedan exigir a las instituciones información civil, científica, acceso a los servicios, etc., por ejemplo, en el caso de los adolescentes tener acceso a métodos anticonceptivos como el condón, pastillas anticonceptivas, el DIU o implantes de manera gratuita en los Centros de Salud Pública.

En la actualidad el comité promotor de la “cartilla” revisó y modificó los derechos con la finalidad de favorecer el reconocimiento y el ejercicio de los Derechos Sexuales, siendo que, en la edición del 2016⁴, se observan 14 derechos que a continuación se describen:

1. Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad.

La libertad y la autonomía son derechos esenciales que hacen referencia a las condiciones indispensables de toda persona. Se encuentra el derecho a la vida, a la integridad personal, y a la libertad de ideas, a la seguridad de la intimidad personal, familiar y a la propia imagen.

Así como al matrimonio consensuado y a la no violación de domicilio y de las comunicaciones.

2. Derecho a ejercer y disfrutar plenamente de nuestra sexualidad.

De vivir cualquier experiencia, siempre que sea con pleno respeto a los derechos de las personas involucradas y acorde a nuestras facultades de evolución, teniendo una práctica de vida emocional y sexual plena, protegida y placentera.

⁴ Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes Segunda Edición. México, 2016:
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/235068/Cartilla de derechos sexuales Blog.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/235068/Cartilla_de_derechos_sexuales_Blog.pdf)

Este derecho debe de ser libre de presiones, discriminación o castigo alguno por actividades relacionadas con el conocimiento, exploración y disfrute de nuestro cuerpo y sexualidad.

3. Derecho a manifestar públicamente nuestros afectos.

Derecho a ejercer la libertad individual de expresión sin prejuicios, discriminación ni violencia. Las expresiones públicas de afecto contribuyen a la promoción de una cultura armónica, afectiva, libre de violencia y de respeto a la diversidad sexual.

El Estado debe garantizar que se tenga la posibilidad de expresarse libremente los afectos sin que se llegue a discriminar, extorsionar o agredir de manera física, verbal o psicológica.

4. Derecho a decidir con quién o quiénes quedarnos afectiva y socialmente.

Relacionado con decidir y ejercer las prácticas sexuales, elegir las diferentes formas de relacionarse, elegir con quien compartir la vida, la sexualidad, las emociones, los deseos, los placeres y/o afectos, de manera libre y autónoma.

El Estado debe de tomar las medidas necesarias contra matrimonios forzados, la trata de adolescentes y jóvenes con fines de explotación, incluyendo la sexual.

5. Derecho a que se respete nuestra privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente nuestra información personal.

Ayudando en todos los ámbitos de nuestra vida, incluyendo el sexual, sin importar la edad, con énfasis en los adolescentes.

El cuerpo, la sexualidad, los espacios, las pertenencias y la forma de relacionarnos con las demás personas son parte de nuestra identidad y privacidad, por lo que debe de respetarse por igual en todos los espacios escolares, familiares, sociales, digitales, laborales y los servicios de salud.

El Estado tiene la obligación de resguardar la información personal de forma confidencial por lo que, en el ámbito escolar, digital, de salud y laboral debe estar protegida y cualquier persona que tenga acceso a ella está obligada a no difundirla sin nuestra autorización.

6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.

Ninguna persona o autoridad en el ámbito familiar, laboral, escolar y de salud, puede ejercer ningún tipo de violencia incluyendo el sexual, físico, psicológico, patrimonial, económico, ni ninguna acción que tenga como finalidad lesionar o dañar nuestra vida, dignidad, integridad y/o libertad.

Ante la violencia sexual, el Estado tiene la obligación de promover asesoría legal e información y atención médica y psicológica oportuna que incluya el tratamiento y exposición de VIH y otras ETS, anticoncepción de emergencia y aborto legal (en todo el país el aborto en casos de violación es legal) y seguro, así como el acceso a la justicia.

El Estado debe de garantizar espacios y servicios públicos, incluyendo los escolares y los de salud.

7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva.

Si deseamos tener o no hijos, cuántos, cada cuándo y con quién, sin que nuestra orientación sexual, estado de salud, identidad de género, edad, estado civil o cualquier otra condición o característica personal sea un impedimento para ello.

Las decisiones relacionadas con la reproducción son determinantes para la vida presente y futura, por lo que se deben de tomar de manera libre, informada y autónoma.

El Estado debe de garantizar y promover el acceso a la información y a los servicios de salud, garantizando el derecho a la confidencialidad, incluyendo el

derecho a todos los métodos anticonceptivos, la atención de un embarazo saludable y servicios de aborto legal y seguro.

8. Derecho a la igualdad.

Derecho a vivir libres de prejuicios y estereotipos de género que limiten nuestras capacidades, prácticas y ejercicio pleno de los derechos. Tenemos diversidad de características y necesidades específicas, pero ante la ley todos somos iguales y tenemos los mismos derechos, teniendo igualdad de oportunidades, un trato digno y equitativo.

9. Derecho a vivir libres de discriminación.

Tenemos diferentes formas de expresar nuestra identidad sexual y cultural, diferentes formas de vivir y ejercer la sexualidad, sin que se nos discrimine por nuestra edad, el origen étnico o nacional, el color de piel, la cultura, el sexo, las discapacidades, la condición social, la identidad, la lengua, el idioma, la condición social, económica, salud (incluyendo embarazo, VIH o ETS), religión, las preferencias sexuales, el estado civil, o cualquier otro motivo.

Cualquier acto discriminatorio atenta contra nuestra dignidad humana, por lo que el Estado debe de garantizar la protección contra cualquier forma de discriminación y tomar las medidas adecuadas para prevenir, atender y sancionar las conductas discriminatorias.

10. Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.

Los temas relativos a la sexualidad deben incluir todos los componentes de ésta para tomar decisiones libres sobre nuestra vida: el género, el erotismo, los vínculos afectivos, la reproducción, el placer y la diversidad. Esta información debe de estar libre de estereotipos, prejuicios, mitos o culpa, deberá ser laica y estar basada en evidencia científica.

El Estado debe de garantizar el acceso a la información de manera continua y con pertinencia intercultural a través de los sectores e instituciones competentes, especialmente en los servicios de salud y educativos. Dado que la información debe de impartirse de acuerdo con nuestras necesidades particulares y atendiendo a la evolución de nuestras facultades.

11. Derecho a la Educación Integral en Sexualidad.

Que fomente la toma de decisiones libre e informada, la cultura de respeto a la dignidad humana, la igualdad de oportunidades y la equidad.

La educación integral en sexualidad es necesaria para el bienestar físico, mental y social, y para su desarrollo humano en general. Sus contenidos deberán de estar actualizados, ser laicos, estar basados en evidencia científica, desde un marco de derechos humanos, con perspectiva de género y estar libres de estereotipos, prejuicios, mitos y culpas, teniendo en cuenta la evolución de nuestras facultades.

El Estado debe de implementar, fortalecer y actualizar los programas y estrategias de Educación Integral en Sexualidad involucrando a distintas instancias sobre todo las educativas y de salud, incluyendo la formación del personal en todos los niveles.

12. Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.

Que los servicios sean amigables para adolescentes y jóvenes, confidenciales, de calidad, gratuitos y oportunos. Considerando la evolución de nuestras facultades, tenemos derecho a recibir atención y a que no se nos niegue el acceso a los servicios por ausencia de madre, padre o tutor legal. Estos servicios deben de incluir consejería con información, orientación y apoyo educativo, acceso a métodos anticonceptivos, aborto legal y seguro, atención durante el embarazo y parto, detección oportuna y atención de ETS incluyendo el VIH, detección y atención de violencia, entre otros.

Los servicios de atención sexual y reproductiva deben de estar libres de todo tipo de violencia y discriminación.

El Estado debe de garantizar el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, que promueva la toma de decisión de forma libre, informada y autónoma, así como la capacitación y sensibilización permanente del personal para atender adolescentes y jóvenes.

13. Derecho a la identidad sexual.

A decidir y expresar nuestra identidad de género, orientación sexual e identidad. Contar con una identidad jurídica que corresponda con nuestra identidad sexual, nos posibilita el pleno acceso a todos los Derechos Humanos, la participación social y la inclusión en la vida económica, política y cultural del país.

El Estado debe de garantizar que nuestra identidad sea reconocida en los documentos legales como elemento fundamental para contribuir activamente a la comunidad y construir una buena ciudadanía.

14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

Es nuestro derecho incidir en cualquier iniciativa de ley, plan o programa público que involucre los Derechos Sexuales, así como en la ejecución del presupuesto público.

Tenemos derecho a expresarnos, manifestarnos y asociarnos con otras personas adolescentes y/o jóvenes para dialogar, crear y proponer acciones positivas que contribuyan a nuestra salud y bienestar.

El Estado tiene la obligación de garantizar espacios para la participación juvenil, en condiciones de igualdad, así como para la transparencia y la rendición de cuentas.

La cartilla se realizó para la población adolescente y juvenil (10 a 29 años), de acuerdo al Gobierno de la Ciudad de México (2016) el Estado tiene la obligación de promover, respetar, proteger, y garantizar nuestros Derechos Sexuales.

De acuerdo con lo mencionado en el capítulo se puede concluir que los valores permiten regular nuestra conducta para la interacción personal y colectiva, favoreciendo la sana convivencia. En la sociedad los valores son base del comportamiento que deben de tener los integrantes que conforman un grupo determinado de personas y de ello depende el buen desenvolvimiento de una persona en cualquier contexto.

Los valores son fundamentales en la vida del ser humano ya que sin ellos tendríamos un mundo con un alto índice de violencia, las personas deben de considerar los valores como parte de ellos para tener una amistad, una familia, un trabajo, considerando el respeto como un valor fundamental en la vida diaria.

Incentivar el uso y conocimiento de los valores tanto en la familia desde pequeños, así como en la escuela ayudando a favorecer e incrementar los valores personales como el respeto al prójimo, tener humildad, ser una persona honesta y justa, entre otros valores que en la actualidad es fundamental tener y no perder.

Aplicar los valores en la vida cotidiana habla de la persona que eres y por ello es primordial tenerlos en cuenta, al momento de elegir a una pareja saber qué es lo que debo de buscar, que educación y actitudes son importantes que tenga y sobre todo para alejar a las personas que no aporten nada en nuestra vida.

Es importante saber que tenemos Derechos Sexuales y como tal ninguna persona debe de juzgar el que un adolescente o joven quiera conocer lo que rodea la sexualidad, el derecho de brindarnos apoyo e información sobre el embarazo, relaciones coitales, así como brindarnos métodos anticonceptivos de acuerdo con nuestra edad sin necesidad de responder preguntas del ¿para qué lo quiero? o aguantar actitudes negativas del personal en Centros de Salud, en la escuela, la familia, farmacias, etc.

CAPITULO 4. TRABAJO DE CAMPO: ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1 Presentación del problema

Años atrás no contaba con la información necesaria para la prevención de un embarazo y la materia de Formación Cívica y Ética no era la más adecuada sobre el tema. En mi casa tampoco tuve información sobre sexualidad, métodos anticonceptivos, embarazo, Infecciones de Transmisión Sexual, etc. Aunque he tenido una comunicación muy satisfactoria con mis papás no hablamos en ningún momento de estos temas. Por lo cual trataré el tema relacionado con los métodos anticonceptivos en los adolescentes en mí trabajo recepcional.

En las instituciones de salud pública no he tenido información sobre prevención y cuidado del cuerpo, me di cuenta que en la Cartilla Nacional de Salud de adolescentes entre 10 a 19 años del Instituto Mexicano del Seguro Social viene un apartado de Salud Sexual y Reproductiva, supuestamente deben de dar la información pertinente para la prevención, pero muchas veces las propias enfermeras al verte “joven” o todavía como una “niña” cuestionan por qué deseas esa información, no digo que sea en todas las instituciones pero por donde vivo, así me ha tocado.

Según la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (2018), en México más del 46% de la población se le dificulta acceder a los servicios de salud, así como ser uno de los países con más de 1000 embarazos por día.

Los embarazos adolescentes en lugar de disminuir, aumentan considerablemente, algunos de ellos por falta de comunicación con los padres y una inadecuada información que se les da a los jóvenes sobre educación sexual.

En consecuencia, de ello las repercusiones de las prácticas sexuales sin protección que enfrentan los adolescentes son los embarazos no deseados y el incremento de las infecciones de transmisión sexual.

La Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (2009), la edad mediana para la primera relación sexual de las mujeres en edad fértil de (15 a 49 años) ocurre a los

17.8 años, así pues, el inicio temprano de las relaciones sexuales, la falta de acceso a métodos anticonceptivos, así como la información son uno de los factores más importantes en el incremento del embarazo en la adolescencia.

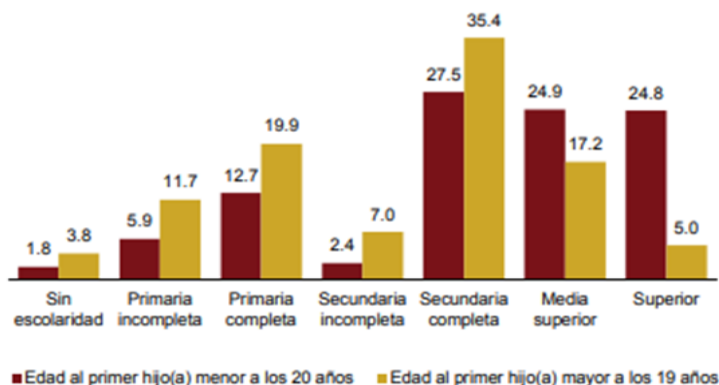
De acuerdo con ENADID (2009), seis de cada diez adolescentes no utilizaron ningún método anticonceptivo en su primera relación sexual y la edad mediana para el primer uso de anticonceptivos en las mujeres ocurre hasta los 21.7 años.

Teniendo en cuenta información actual de ENADID (2014) indica que la cúspide de fecundidad es temprana, tiene su punto máximo entre mujeres de 20 y 24 años.

La maternidad adolescente tiene una vital influencia en el desarrollo futuro de las adolescentes. Por ejemplo, la edad promedio al abandono escolar de las mujeres en edad fértil puede darse si hay condición de embarazo adolescente; mientras que el promedio de edad de abandono escolar en mujeres que tuvieron su primer hijo o hija después de los 19 años, es de 18 años, las que fueron madres durante su adolescencia abandonaron la escuela antes, 15.4 años en promedio.

Estos resultados se muestran en la siguiente tabla del INEGI:

“Distribución porcentual de las mujeres en edad fértil con al menos un hijo nacido vivo, por condición de antecedente de maternidad adolescente según nivel de instrucción 2014.”



Fuente: INEGI. Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014. Base de datos.

Uno de los grupos sociales que demanda especialmente el aprendizaje sobre métodos anticonceptivos y actividad sexual es la población adolescente. Según ENADID (2014) respecto a los conocimientos que tienen los adolescentes entre 15 y 19 años de edad sobre métodos anticonceptivos, declaró el 98.2% del total de esta población conocer al menos un método.

El interés cada vez mayor de las personas adolescentes por el sexo opuesto es parte del desarrollo biológico y de la búsqueda de la individualidad social, sin embargo, al encontrarse aún limitados en la toma de decisiones, las jóvenes se encuentran vulnerables a asumir conductas sexuales riesgosas (Díaz, Sugg y Valenzuela, 2004), como el no procurar el uso de métodos que les impidan concebir un embarazo y evitar infecciones de transmisión sexual.

La Organización Mundial de la Salud (2012) estima que para las mujeres de 15 a 19 años el riesgo de morir por el embarazo es el doble que una mujer de mayor edad. El acceso a servicios de salud reproductiva es un factor que incide directamente en los casos de embarazos no deseados.

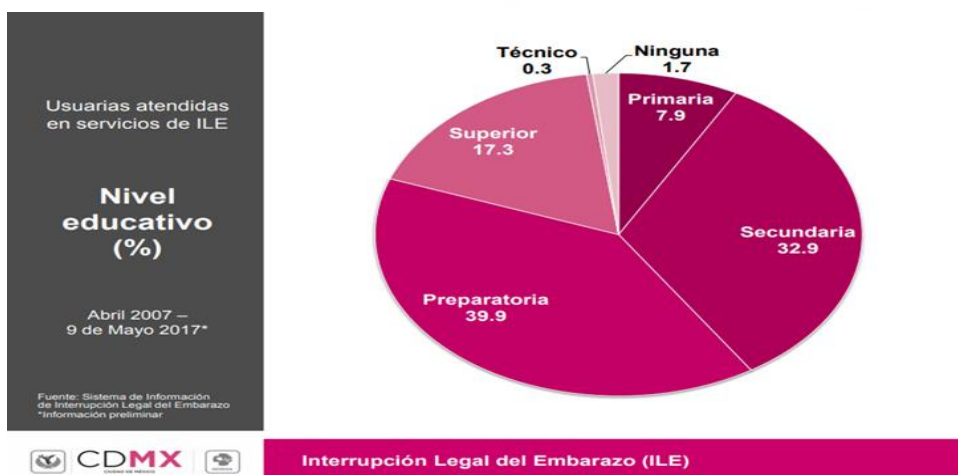
Considerando que existe actualmente un alto nivel de embarazo en México, el tema de sexualidad es necesario en el sistema educativo, la escuela es una institución que forma a los adolescentes y al haber en México un crecimiento de embarazos en esta etapa trae consecuencias dando como resultado la deserción escolar a temprana edad.

Por otro lado, el Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México aborda estadísticas de la Interrupción Legal del Embarazo (ILE) de abril 2007 al 9 de mayo del 2017 y observo que la Ciudad de México se encuentra en primer lugar por pacientes atendidas por lo que es importante indagar cuáles son las razones por las que las chicas abortan.

Existe la necesidad de que los adolescentes adquieran la información y medios adecuados que les lleve a procurar el auto cuidado, para así garantizar la responsabilidad en su comportamiento sexual.

Contemplé que algunas usuarias atendidas para el servicio de Interrupción Legal del Embarazo eran adolescentes en nivel secundaria con un 32.9% por debajo del nivel preparatoria con un 39.9%, esto quiere decir que no están tan alejadas de ese problema ya que si revisamos bien esos dos niveles son los que podríamos decir tienen más embarazos.

“Nivel educativo de las usuarias atendidas en servicios de ILE”



Fuente: Sistema de Información de Interrupción Legal del Embarazo, CDMX, <https://www.inmujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/uploaded-files/ILE-Estadisticas-2007-2017-9de-mayo2017.pdf>.

El 53.3% de las mujeres que se realizan un aborto son solteras y jóvenes entre 11 a 17 años la interrupción de un embarazo es del 5.6% encontrándose por debajo de las jóvenes de 18 a 24 años en donde el porcentaje aumenta con un 47.1%, dando a que la prevención puede ser adecuada en secundaria para la prevención.

La más reciente encuesta nacional en vivienda realizada por Parametría (2016) acerca del uso y conocimiento de métodos anticonceptivos, arroja información sobre los métodos de prevención más y menos conocidos por los mexicanos, así como su opinión sobre que la educación sexual sea impartida desde las escuelas públicas.

De acuerdo con los tres métodos anticonceptivos más identificados por las personas son: el condón masculino, mencionado por un 87% de la información de los

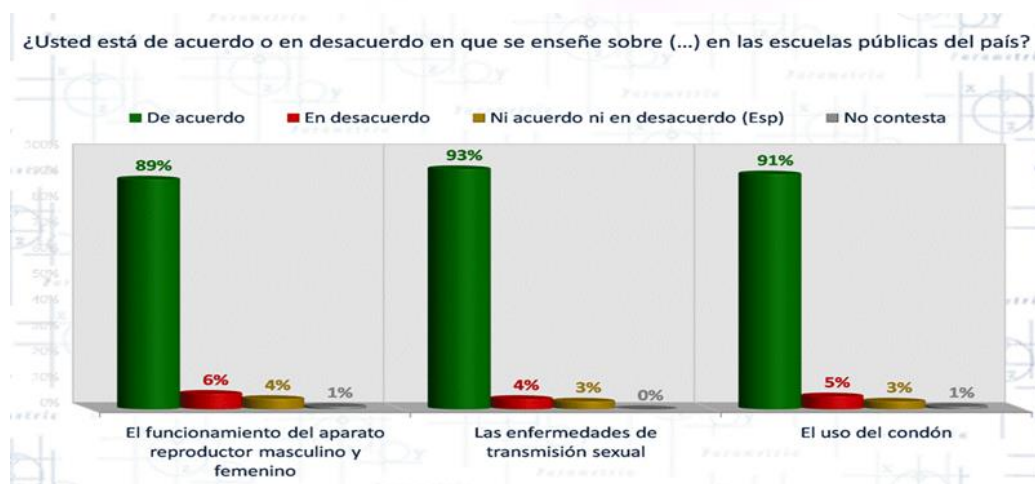
entrevistados; las pastillas anticonceptivas (79%) y el dispositivo intrauterino (DIU), con el 58% de las personas que afirmaron conocerlas.

Respecto a los contenidos de educación sexual para enseñar en las escuelas públicas del país, observe que la mayoría de los entrevistados está de acuerdo con instruir a los niños acerca de estos temas.

En la encuesta nacional en vivienda realizada por Parametría (2016), el 89% de las personas está a favor de enseñar sobre el funcionamiento del aparato masculino y femenino en dichas instituciones, nueve de cada diez mexicanos están de acuerdo (93%) con que se instruya sobre las enfermedades de transmisión sexual y 91% también apoya el enseñar sobre el uso del condón en las escuelas del país.

El 70% de personas considera que la educación sexual debe ser obligatoria en los colegios públicos y sólo 1 de cada 10 personas dice saber “mucho” sobre este tema (13%), y la mitad de los entrevistados afirma saber “algo” (51%), sumando ambos grupos se observa que un 64% de los mexicanos afirma saber “mucho” o “algo” acerca de la sexualidad.

“Uso y conocimiento de métodos anticonceptivos”



Fuente: ENCUESTA NACIONAL DE VIVIENDA Del 16 al 20 de enero de 2016.

A pesar del apoyo para que la educación sexual se difunda desde las escuelas, son relevantes las cifras acerca del desconocimiento de los mexicanos sobre sexualidad.

Solo 1 de cada 10 personas dice saber “mucho” sobre este tema (13%), y la mitad de los entrevistados afirma saber “algo” (51%), sumando ambos grupos se observa que un 64% de los mexicanos afirma saber “mucho” o “algo” acerca de la sexualidad. Ahora bien, 35% de los entrevistados acepta saber “poco” o “nada” sobre el tema. De estos un 32% afirma conocer “poco” y solo un 3% dijo no saber “nada” de este tópico.

4.2 Justificación

Debe de entenderse la educación sexual como una educación integral reforzando el tema de la responsabilidad en torno al cuidado y prevención de la salud sexual y reproductiva.

Es un derecho recibir información sobre salud sexual y reproductiva en la etapa adolescente y el único medio que actualmente en nuestra época puede proporcionarla sin crear prejuicios de nosotros o sin vernos es el internet, por eso muchos jóvenes actualmente las dudas que tienen sobre su cuerpo y su sexualidad la buscan en este sitio. Los contenidos en internet y series de televisión, pueden generar mayor desinformación entre los menores.

Iniciar las relaciones coitales a una edad temprana, sumado a la poca planeación de este evento, expone a la población adolescente a tener una mayor probabilidad de embarazarse o adquirir alguna enfermedad de transmisión sexual (Menkes, Suárez, 2003).

Los y las jóvenes deben de tener información sobre los riesgos al iniciar sus relaciones sexuales ya sea en el momento que ellos/as decidan, deben de protegerse para evitar un embarazo o una enfermedad de transmisión sexual.

El tema del embarazo en la adolescencia debe de considerar al hombre y a la mujer, ya que esto permite tener una visión completa de las características y condiciones que tienen durante la adolescencia, si existiera un embarazo como los cambios físicos,

psicológicos, relaciones personales y sexuales (que al día de hoy es un tema de todos los días y que está en constante movimiento con los adolescentes).

En la orientación juvenil existen cuatro líneas de ayuda a los adolescentes: educativa y vocacional, psicosocial, para la salud y psicológica. Entre estas el tema de sexualidad se encuentra en orientación para la salud que consiste en una cultura de prevención y auto cuidado para el desarrollo de hábitos en vidas saludables.

El tema de este estudio está relacionado con la orientación psicosocial para mejorar las relaciones interpersonales del alumno con su medio social, así como prevención y manejo de la violencia entre iguales. Generando una buena interacción entre las personas, grupos, familia, etc., en donde se relacionan los adolescentes.

En el Nuevo Modelo Educativo (2017) la pedagogía en las escuelas debe de renovarse, cambiar la pedagogía tradicional por otra que se centre en generar aprendices activos, creativos, interesados por aprender y lograr los aprendizajes de calidad que demanda la sociedad actual.

La falta de educación de la sexualidad presenta diferentes factores socioculturales que influyen para que se presente un embarazo en la adolescencia. Por otro lado, el embarazo altera el proyecto de vida de los jóvenes por lo que debe ser considerado como un problema de la sociedad.

La educación para la sexualidad, debe mostrar de manera objetiva el respeto al cuerpo humano, las preferencias sexuales, cuidado y métodos anticonceptivos.

Por eso el tema de sexualidad es de suma importancia en la adolescencia, pues la propuesta pedagógica que realice será importante debido a que en la etapa adolescente ocurren cambios importantes tanto físicos como psicológicos que llegan a tener impacto en sus decisiones.

Es un error común confundir la educación sexual con la mera información sobre el funcionamiento de los genitales y de las relaciones sexuales, se debe incluir también en la educación valores y orientación de la identidad sexual, esto es muy importante

para poder erradicar el machismo y la homofobia en las aulas haciendo que en muchas ocasiones se evite el bullying y posibles casos de maltrato. Es primordial que se concientice a todo el mundo de la importancia que este tipo de educación supone para las futuras generaciones.

La razón por la cual me intereso la educación sexual son los problemas actuales en México sobre la tasa alta de embarazos en niñas menores de 18 años, las infecciones de transmisión sexual y el bajo acceso a métodos anticonceptivos cuando eres menor de edad.

Se ha convertido en un problema social y económico a nivel nacional además que es un tema de mucho valor para los adolescentes porque implica problemas de salud, económicos y familiares debido a que podrían ser muchas las consecuencias que se presenten.

La educación de la sexualidad es una responsabilidad de la sociedad en su conjunto, se inicia desde el nacimiento dentro del grupo familiar y transcurre durante toda la vida en los sucesivos vínculos que establecen las personas al interactuar con diferentes grupos. Hoy se aprecian importantes cambios de conductas, actitudes y valores en lo referente a la sexualidad de los jóvenes y adolescentes de distintos sexos.

El grado de vulnerabilidad del adolescente y joven está en función de su historia anterior, sumada a la susceptibilidad o fortalezas inducidas por los cambios de algunos factores sociales, demográficos, el microambiente familiar, las políticas socioeconómicas, así como el grado de conocimiento que poseen sobre Salud Sexual y Reproductiva.

4.3 Metodología

En la presente investigación se utilizó una metodología de corte cualitativo por medio de un estudio exploratorio y un cuestionario, permitiendo comprender el fenómeno desde el interior con el objetivo de describir los conocimientos que tienen los alumnos

de tercer grado de la secundaria No. 195 Tlamachihuapan, del turno matutino, respecto a la educación sexual.

Rodríguez, Gil y García (1996) señalan que la investigación cualitativa “estudia la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas”.

La investigación cualitativa es adecuada para la investigación, permitiendo tener datos descriptivos, basados en las propias palabras escritas de las personas y de opción múltiple.

La información cualitativa de acuerdo con Álvarez (2003) busca una subjetividad, explicar y comprender las interacciones y los significados subjetivos individuales o grupales. Se busca la comprensión que pueda llevar a entender el objeto de estudio, aportan información sobre las motivaciones profundas de las personas, cuáles son sus pensamientos y sus sentimientos.

Las técnicas cualitativas nos proporcionan una mayor profundidad en la respuesta y así una mayor comprensión del fenómeno estudiado. Permiten abordar problemas complejos como son el estudio de creencias, motivaciones o actitudes de la población, aspectos que serían de difícil abordaje por medio de las técnicas cualitativas.

De acuerdo con Teijlingen y Hundley (2001) el estudio exploratorio es una pequeña versión de una investigación mayor, siendo un estudio de menor escala que permite descubrir problemáticas en la recolección de información. Con la clase de investigación cualitativa el diagnóstico fue la técnica de investigación adecuada.

García (2003) menciona que el cuestionario es una técnica de investigación que puede abarcar aspectos cuantitativos y cualitativos, se puede usar como instrumento de investigación y de evaluación. Su finalidad consiste en obtener de manera sistemática y ordenada la información sobre los sujetos con los que se trabaja, aplicándose de diferentes formas, ya sea presencial o por correo.

Se optó por esta metodología ya que se pretende conocer sobre educación sexual, con la finalidad de comprender el fenómeno del porque teniendo tanta información al respecto tanto en la materia de Formación Cívica y Ética, como en las redes de comunicación (ya sea la televisión, el radio, el internet, etc.) existe un alto índice de embarazo en adolescentes menores de 18 años. De igual manera se utilizó para facilitar la investigación de forma flexible para conocer los hechos.

4.4 Contexto

El trabajo se realizó en la Secundaria No. 195 Tlamachihuapan con alumnos de tercer grado de secundaria del turno matutino.

Contexto externo:

De acuerdo con lo que se observó la institución educativa se encuentra a 10 minutos de la Universidad Pedagógica Nacional Ajusco, para llegar a esta es de fácil acceso ya que se encuentra una calle transitada de transporte público y es fácil acceder a ella.

Secundaria No. 195 Tlamachihuapan

- Dirección: Calle Tizimin esq. Celestun S/N, Tlalpan, Jardines del Ajusco, 14200 Ciudad de México.
- Nivel: Secundaria
- Turno: Matutino
- Pública
- Teléfonos: 5556301298
- Localidad: Tlalpan
- Entidad: Ciudad de México
- Número de alumnos: 708
- Total, del personal: 60

La infraestructura escolar cuenta con 3 edificios con 17 aulas para clase, áreas deportivas o recreativas, patios, una sala de cómputo, sanitarios, energía eléctrica, servicio de agua, internet, señales de protección civil, rutas de evacuación y zonas de seguridad.

La mayor parte de la población constituyen a familias de clase media a baja, en el ambiente y relación educativa dentro de la escuela observe que tienen profesores jóvenes, poseen atención los alumnos, la institución mantiene un control en cuestión de problemas entre pares. Se encuentra sobre calles pavimentadas y rodeada de casas, es una calle cerrada por lo que se puede notar que está libre la entrada y salida de carros.

La situación de los alumnos es de un carácter muy liviano, la mayoría de los jóvenes muestran una actitud relajada y que tienen pocas responsabilidades o que se preocupan por temas de juegos, novios, amigos, escuela, etc. La escuela trata de ser un vínculo con los jóvenes muy importante porque se encuentran temas que vemos como problemáticas: escuela para padres, convivencia, apoyos para los alumnos, motivaciones, etc.

Se observó que tienen un trabajo colaborativo y un buen ambiente los propios trabajadores se observa que tienen comunicación, así como el apoyo de la directora. Lo único que destaco es que tienen salones con más de 40 alumnos y no son muy grandes para tener esta capacidad, por lo que no mantienen un espacio cómodo considerable entre alumnos dentro del salón.

4.5 Instrumentos

El cuestionario que se realizó consiste en una serie de preguntas que debe de responder el sujeto, el cuestionario fue tomado de una tesis de la UNAM sobre el tema “Derechos sexuales y reproductivos en la escuela secundaria: una propuesta para la prevención del embarazo adolescente”.

Hubo modificaciones en cuanto al material tomado, este consistía en 33 preguntas cerradas y abiertas de temas como cambios físicos en la adolescencia, autoexploración, amor, noviazgo, relaciones sexuales y coitales, métodos anticonceptivos, embarazo adolescente, ciclo menstrual, enfermedades de transmisión sexual, derechos sexuales y reproductivos y plan de vida.

Como consistía en varias preguntas y no se iba a tener el tiempo necesario para responderlo sin apresuramientos por parte de la institución se decidió modificarlo quitando la autoexploración y derechos sexuales y reproductivos, así como eliminar algunas preguntas repetitivas que podían ser tediosas para los adolescentes dejando preguntas importantes por cada tema.

Para la investigación, se diseñó el cuestionario tipo mixto para los alumnos, el cual contiene preguntas cerradas y abiertas.

La mayoría de las respuestas del cuestionario eran cerradas, ya que solicitaba respuestas breves, específicas y delimitadas. El cuestionario tiene pocas preguntas abiertas los alumnos pudieron formular las respuestas sin ningún tipo de respuesta específica dando libertad de expresarse individualmente por su forma de pensar, por lo que va construyendo su propia respuesta.

Se consideró el uso del cuestionario para recopilar datos de los adolescentes porque tiene la facilidad de ser aplicado en poco tiempo a los alumnos de tercer grado de secundaria, tiende a ser más fiable, puesto que es anónimo y puede usar una muestra más amplia que la entrevista.

Por otra parte, fue pertinente para alumnos en nivel secundaria, ya que mostraba el conocimiento de métodos anticonceptivos que fue el tema central del cuestionario, de igual manera ayudo para saber que tanto conocen los cambios que presenta su cuerpo en la adolescencia y con 2 preguntas muy importantes al final relacionadas con qué es importante para una mujer en su vida y cómo se veían dentro de 4 años.

El cuestionario constó de 15 preguntas, cuyo objetivo principal fue indagar en el conocimiento y las actitudes de los adolescentes en secundaria respecto a la sexualidad y en particular a los métodos anticonceptivos.

En este cuestionario se cambiaron dos preguntas modificando el lenguaje haciéndolo apropiado para evitar burlas y bromas en doble sentido. Esto lo realicé por indicaciones de la orientadora.

Se realizaron 41 cuestionarios en tercero de secundaria, de los cuales 22 (54%) eran hombres y 19 (46%) mujeres.

4.6 Objetivos

General:

- Realizar una propuesta en la que se brinde información sobre la educación sexual a fin de prevenir embarazos no deseados o infecciones de transmisión sexual, que permita contribuir al desarrollo integral del adolescente, con base en un estudio exploratorio.

4.7 Análisis de los resultados

En este apartado se dan a conocer los resultados obtenidos con el instrumento que se utilizó en este caso es el cuestionario.

La actividad se llevó a cabo el día 12 de septiembre del 2018, se dio espacio entre clases para responder el cuestionario. Se dio un tiempo estimado de 20 minutos para responder y se inició a las 10:30 en el grupo de tercero D.

El grupo lo asignó la orientadora que es quien mantuvo comunicación conmigo. Hubo un tiempo estimado de 8:30 a 11:00 para realizar la práctica. El cambio que se hizo respecto a disminuir las preguntas del cuestionario permitió aplicarlo en 20 minutos que fue el tiempo que dio la secundaria para su aplicación. El motivo fue porque la

orientadora no sabía que grupo dar me para aplicar el cuestionario, por lo que se perdió tiempo y no se respetó el tiempo estimado para la práctica.

Al momento que se realizó el cuestionario note que sentían inquietud, pena, algunos divertidos por las preguntas, por lo que es un tema que sigue sin estar tan abierto a la plática o viéndose de una manera inapropiada a la edad que tienen. Esto también puede mostrar que tal vez no ven el tema de sexualidad en la secundaria con la importancia que debe de tener, tienen la materia de Formación Cívica y Ética.

Se presentan las gráficas sobre los resultados de cada pregunta para facilitar el análisis.

La primera pregunta del cuestionario fue abierta siendo la siguiente: **menciona los cambios en tu cuerpo que se presentan durante la adolescencia** de manera física, por lo que se notó que no tienen claro cuáles son los cambios físicos que perciben sobre su cuerpo durante la adolescencia Anexo 1.

Los hombres no perciben qué cambios puedan tener las mujeres en la adolescencia y de igual manera las mujeres no conocen los cambios que puedan tener los hombres, en esta etapa y toman como respuesta que por ser mujer u hombre no conocen los cambios del sexo opuesto, como si fuera algo que no pudieran percatar o que no se les haya enseñado.

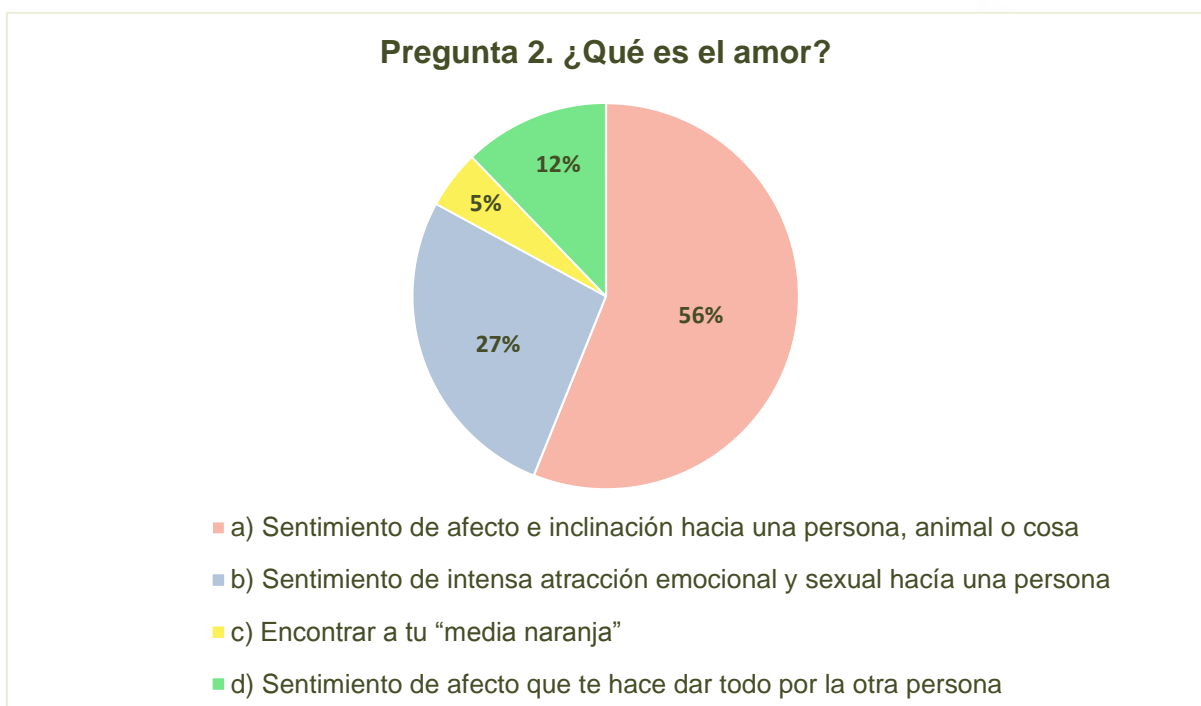
Lo único que perciben en cambios tanto del hombre como de la mujer son: cambio en la voz, crecimiento de vello (en axilas, bigote y parte íntima), maduración de órganos sexuales, aumento de peso y estatura, ensanchamiento de caderas y espalda, menstruación, crecimiento de senos.

No existe gran conocimiento entre los 41 alumnos que respondieron el cuestionario solo 9 hombres y 9 mujeres mencionaron cambios físicos tanto de los hombres como de las mujeres, dejando a 23 alumnos con respuestas solo de su género.

Los cambios físicos es uno de los temas que más enseñan en los distintos grados escolares siendo principal para el conocimiento de los adolescentes. Algunos cambios

físicos que no mencionaron los alumnos en el cuestionario son cambios en la piel, secreción vaginal, desarrollo muscular, crecimiento del pene, escroto y de los testículos, así como eyaculación.

Es primordial que los adolescentes conozcan todos los cambios que se desarrollan durante su adolescencia y conocer no solamente los propios, sino de igual manera del sexo opuesto para tener mayor conocimiento y detectar cuando se tenga alguna anomalía o infección en el cuerpo que ponga en riesgo su salud.



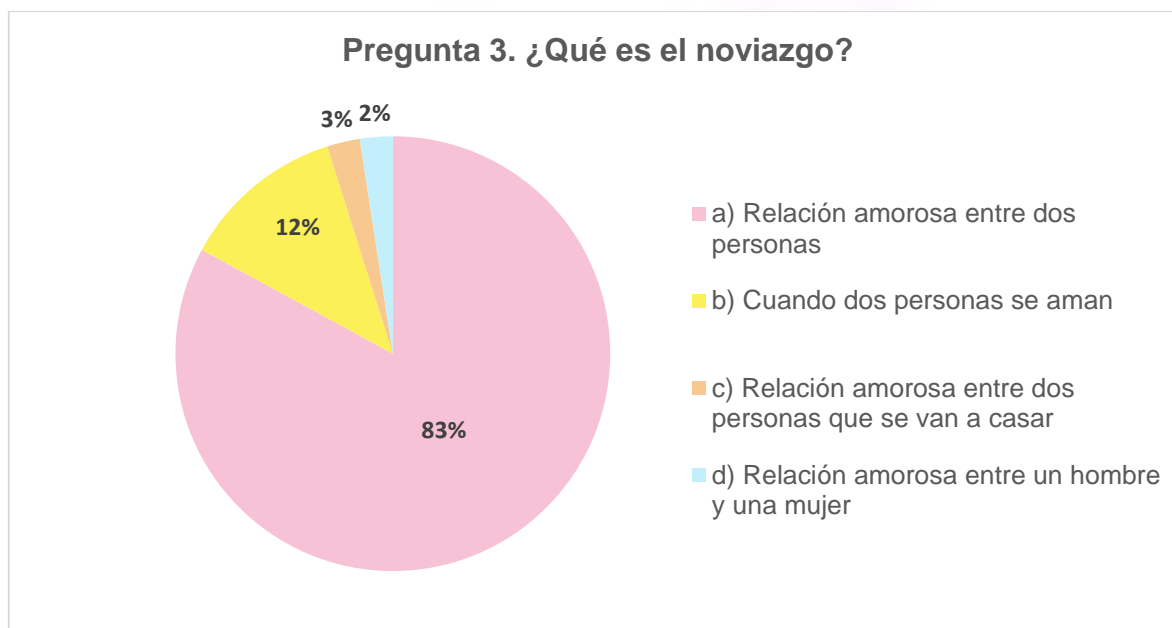
La mayoría de los adolescentes respondieron que el amor era un sentimiento de afecto e inclinación hacia una persona, cosa o animal. Tienen claro que puede expresarse de diferentes formas y que el sentimiento puede ser un amor de hermanos, de pareja, familiar, de amigos, así mismo, a Dios o alguna creencia, etc.

Es importante que los adolescentes tengan claro el concepto y todo lo que le rodea, porque a su edad al existir las relaciones cortas o tóxicas, podrán tener una mayor visión al momento de elegir a la persona con la que desean compartir su vida, sabiendo que la otra persona debe de amarlos, respetarlos y aceptarlos tal cual son.

De igual manera no permitirán la violencia dentro de una relación, ya que este no es parte del amor y cuando una persona genera violencia por muy mínima que sea se tiene que alejar porque no es muestra de amor.

Es común en la adolescencia que tengan relaciones llenas de inseguridades y ahora con las redes sociales algunas personas o páginas llegan a confundir a los adolescentes sobre que es el amor, teniendo ideas vacías, retos entre pareja, videos que generan celos dentro de una relación, entre otros; y esto para nada es sano, entonces si se tiene claro la persona que eres con una buena autoestima y lo que puedes aportar con otra de seguro existirán menos inseguridades y se volverán personas más maduras a su corta edad.

Es necesario que conozcan sobre aspectos que abarcan al amor adolescente, saber afrontar adversidades que se les puedan cruzar en el camino y también saber que el amor no implica ser una persona posesiva, se les debe de enseñar a amar de una forma sana para sus futuras relaciones y sobre todo porque son alumnos de tercer grado de secundaria y concluirán una etapa más como estudiaste para entrar a preparatoria.



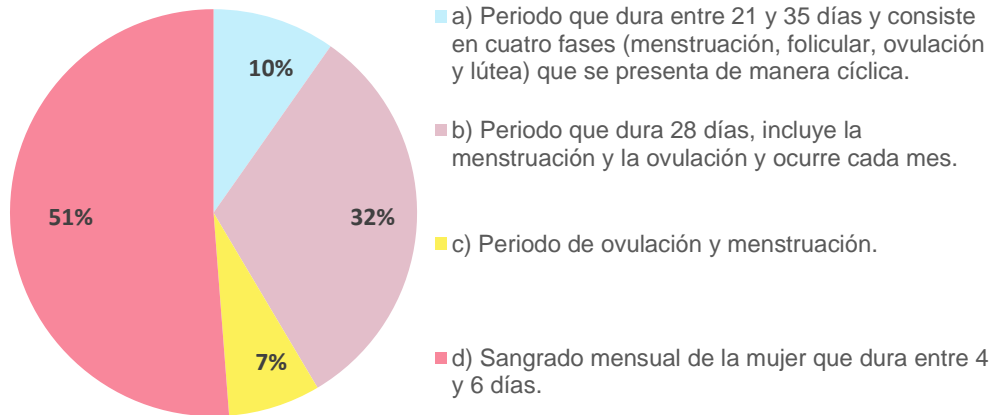
La mayoría de los alumnos contestó que el noviazgo es una relación amorosa entre dos personas, dado que en la adolescencia es la etapa en la que se inicia una relación en pareja. Es interesante como solo el 2% de los alumnos relacionó el noviazgo con una relación amorosa entre un hombre y una mujer, ya que en la actualidad cada vez es más común observar parejas homosexuales a temprana edad.

Los adolescentes están familiarizados con el tema de la homosexualidad y dado que cada vez existe más información sobre ello ya no es alarmante ver a dos hombres o dos mujeres besándose en la calle. El amor va más allá del género y es lo que dejan ver con las respuestas que dieron. Ya que, si esta pregunta se hubiera hecho 10 años atrás, se considera que la mayoría hubiera dicho que el noviazgo es una relación entre hombre y mujer.

Aunque fue buena la respuesta que dieron la mayoría de las relaciones en los adolescentes se dan en miembros del mismo grupo de amigos, porque él o la chico/a es guapo/a y sus relaciones no se toman tan en serio. Por eso es importante que conozcan lo que es el noviazgo y lo que implica, ya que trae ligado el compromiso y el respeto, por lo que no se puede tomar a la ligera, aunque sean adolescentes.

Es fundamental que en la secundaria se trate el tema del noviazgo con los alumnos, que se les explique lo que conlleva tener una relación, tipos de relaciones, los valores, para que sepan identificar cuando su noviazgo es problemático o estén sufriendo de violencia psicológica o física, ya que en nuestro país existe un alto índice de violencia en la actualidad.

Pregunta 4. ¿En qué consiste el ciclo menstrual?



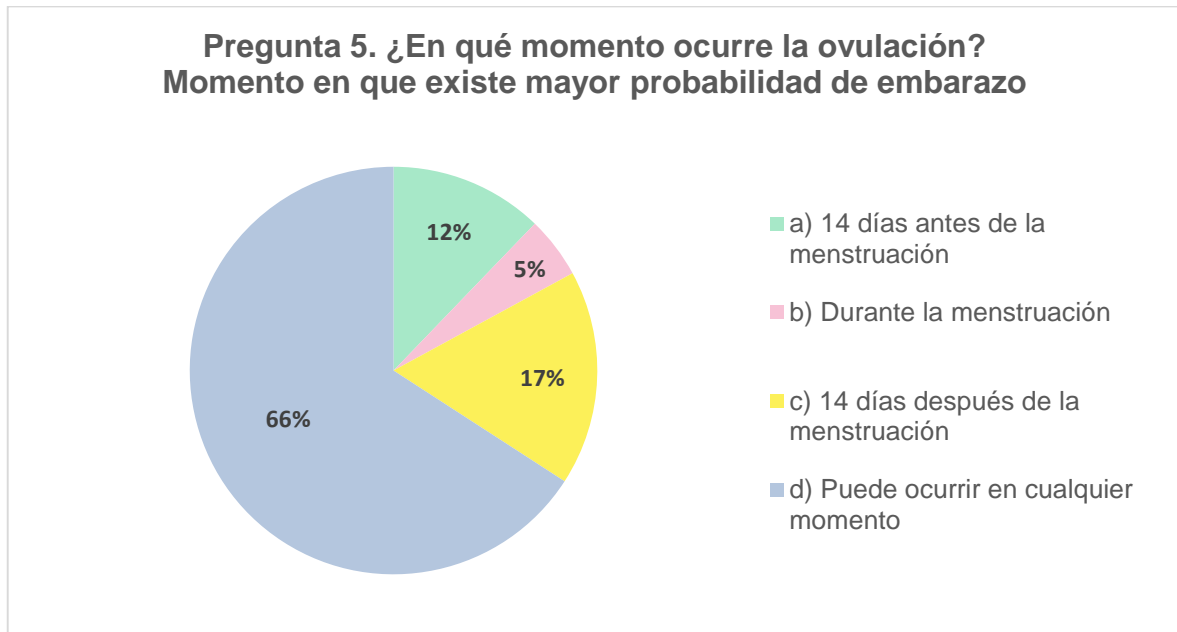
Las y los jóvenes de tercero no conocen bien que es la menstruación o cada cuando se da “la regla” y es un tema que preocupa porque son de tercer grado de secundaria y es para que tengan un mayor conocimiento sobre el tema, ya que es común que la primera regla llegue a temprana edad, incluso en primaria.

Es importante que las mujeres conozcan si son regulares o irregulares, para saber si existe alguna anomalía, llevar un calendario menstrual para saber los días en que se acerca el próximo periodo y que no ocurra algún accidente como manchar la ropa cuando se está fuera de casa, saber los días fértiles en los que existe mayor probabilidad de embarazo.

Este es un tema importante para las adolescentes porque cada vez se acercan más a la preparatoria y como se ha mencionado anteriormente los jóvenes tienen relación oral, anal y coital a temprana edad y el no tener un calendario menstrual es lo que puede ocasionar un embarazo no deseado a corta edad.

El hombre igual debe de saber sobre la menstruación porque no solamente son temas de mujeres, ellos igual deben de tener conocimientos y si existe una relación coital saber que el condón es la mejor opción a su corta edad para tener relaciones, porque hacerlo antes, durante o después de la menstruación sin condón existe un gran riesgo

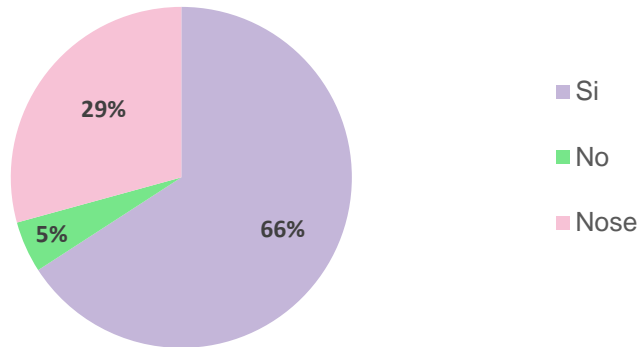
de contraer alguna Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS) e incluso un embarazo no deseado.



Con esta pregunta vemos que no saben lo que es la ovulación, confundiéndolo con algo que puede ocurrir en cualquier momento. Es necesario enseñarles a los adolescentes el ciclo menstrual, siendo un tema esencial en la vida de las mujeres y que durara varios años en la adultez, enseñar que si no se tiene conocimiento de ello pueden llegar a quedar encinta, aunque se pueda quedar embarazada en cualquier momento, en la ovulación existe un mayor riesgo de embarazarse.

En secundaria debe de ser un tema esencial para enseñar, para que conozcan el ciclo menstrual, los cambios de humor que pueden tener durante el periodo, cambios que pueden sentir en el organismo como sudoración excesiva, acné, inflamación, cólicos, etc., así como la higiene adecuada que deben de tener al momento de desechar la toalla higiénica o lo que utilicen para controlar la menstruación.

Pregunta 6. ¿Consideras que en la primera relación sexual con penetración existe el riesgo de un embarazo?



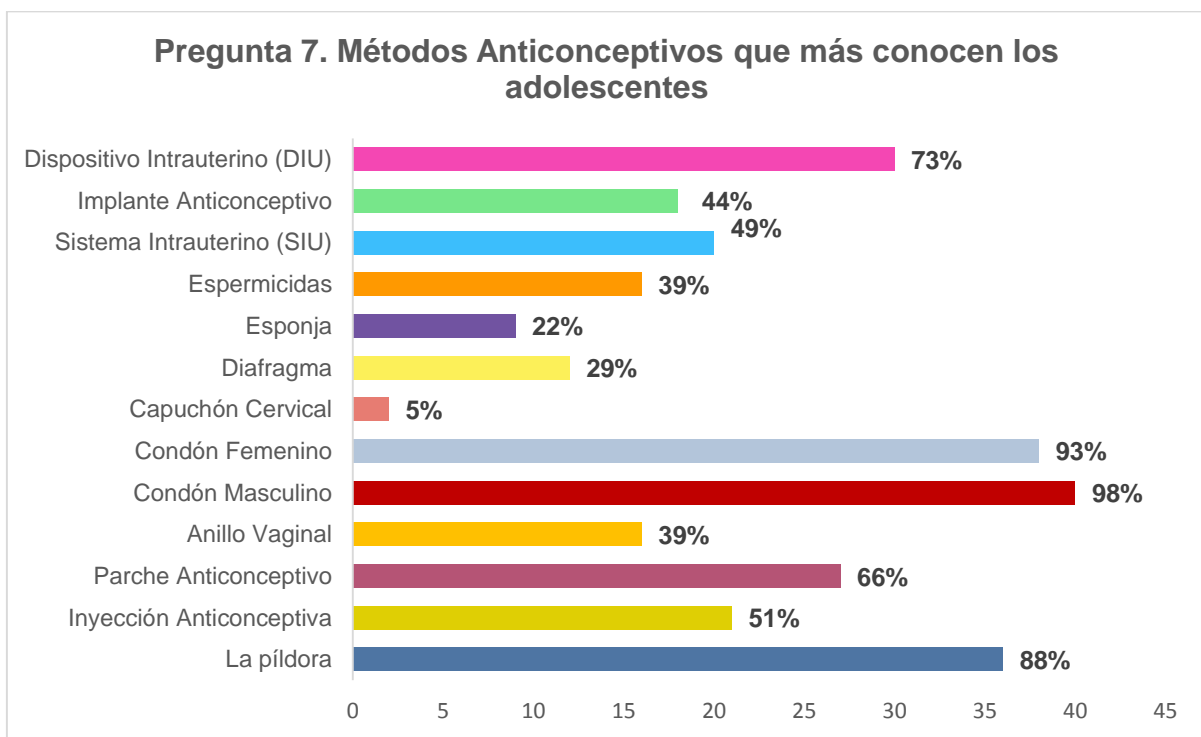
El 66% de los alumnos contestaron que existe el riesgo de un embarazo en la primera relación sexual, pero no es una cifra muy satisfactoria, ya que el 29% contestó que no sabe si existe la posibilidad de tener un bebé. Sigo reiterando que los adolescentes no tienen conocimientos claros sobre la sexualidad, existe un bajo índice de conocimiento sobre los temas principales que se enseñan en la secundaria.

Al no tener claro que en la primera relación coital existe un gran riesgo de embarazo si no se toman las precauciones como el uso del condón masculino o femenino se puede llegar al embarazo no deseado y desear abortar o en otros casos desertar de la escuela para trabajar o cuidar al bebé.

Es importante que los adolescentes conozcan los riesgos de practicar las relaciones coitales a temprana edad, sobre todo porque no pueden utilizar a los 15 años todos los métodos anticonceptivos que existen, porque su cuerpo se encuentra en desarrollo tanto físico como interno, por ello la mejor opción para los adolescentes es el uso del condón masculino o femenino.

Aunque también se debe de tener un buen conocimiento sobre los condones, desde como abrirlo, checar caducidad, cómo ponerlo, cómo desecharlo y en dónde no se deben de guardar para evitar el deterioro del material.

De acuerdo con esto la siguiente pregunta tiene que ver con los métodos anticonceptivos y puedo describir algunos puntos importantes sobre su conocimiento.

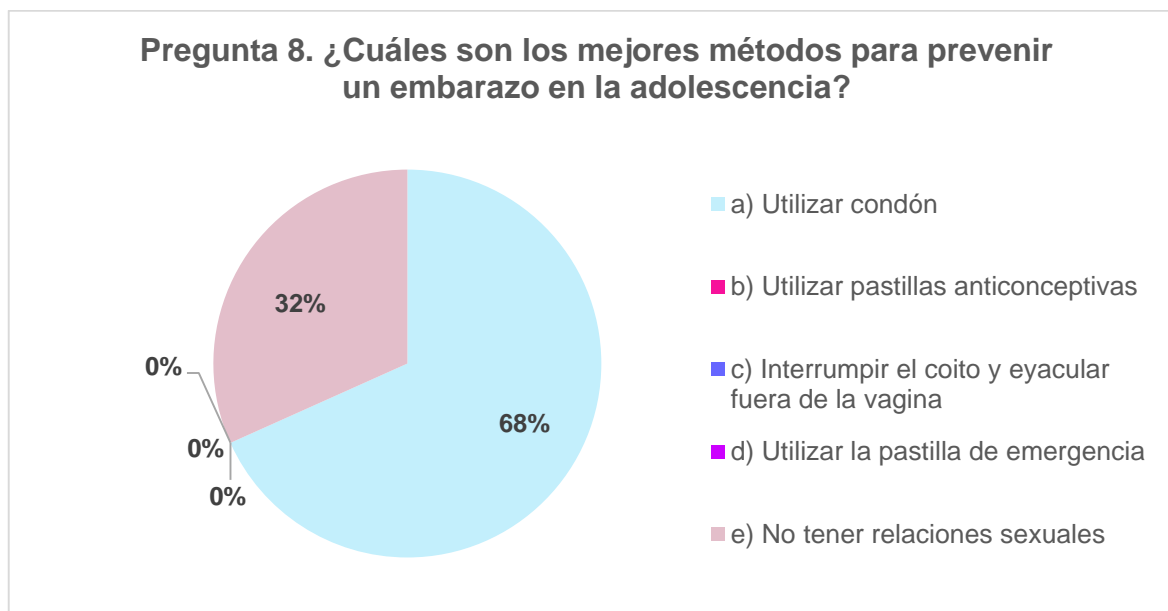


Los adolescentes saben que existe una variedad de métodos anticonceptivos, por lo que los métodos anticonceptivos más mencionados fueron: condón masculino, condón femenino, la píldora, el Dispositivo Intrauterino (DIU). Lamentablemente, aunque los adolescentes cuentan con información de cómo prevenir un embarazo y el uso adecuado con cada método no es suficiente.

Sabemos que son adolescentes y por tal motivo muchas veces no se acercan a farmacias o centros de salud para adquirir un preservativo ya sea por pena o por las reacciones que puedan tener los adultos hacia ellos.

Aunque tengan el conocimiento sobre los métodos anticonceptivos es importante que en la escuela se hable sobre los métodos que pueden utilizar de acuerdo con su edad, practicar el uso adecuado del preservativo sobre todo el masculino porque es el que más se utiliza para prevenir un embarazo o Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS).

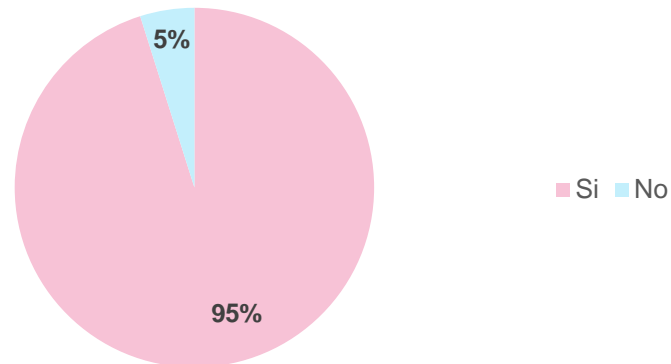
Tener pláticas en la escuela con algún centro de salud que pueda proporcionar los preservativos y que tengan la confianza de adquirirlos de manera gratuita para prevenir embarazos a temprana edad o Enfermedades de Transmisión Sexual.



La mayoría de los adolescentes menciona que el mejor método para prevenir un embarazo en la adolescencia es utilizar condón y el 32% respondió que no tener relaciones sexuales es la mejor opción, lo que refleja que la mayoría no ve la abstinencia como la primera opción para prevenir un embarazo.

Siendo una realidad en la actualidad que los adolescentes inician relaciones sexuales a temprana edad, por ello es fundamental que se implementen programas de educación sexual en las escuelas, en donde a los alumnos les puedan transmitir conocimientos, actitudes, valores que les ayuden a tomar decisiones responsables en su vida sexual.

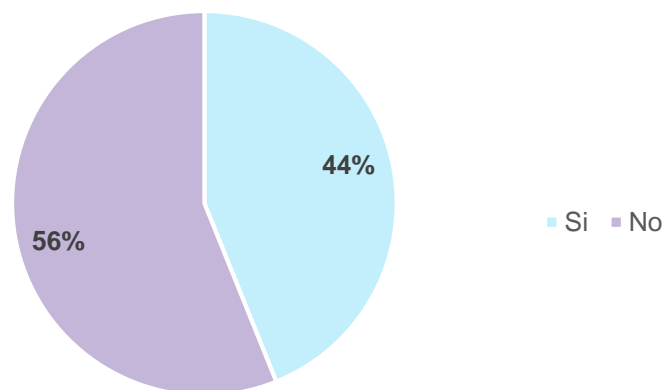
Pregunta 9. ¿Conoces físicamente el condón masculino?



En la pregunta nueve del cuestionario con un 95% los alumnos contestaron que conocen físicamente el condón masculino, dado que este preservativo es el de mayor acceso y fácil de conseguir sobre todo en las farmacias o supermercados.

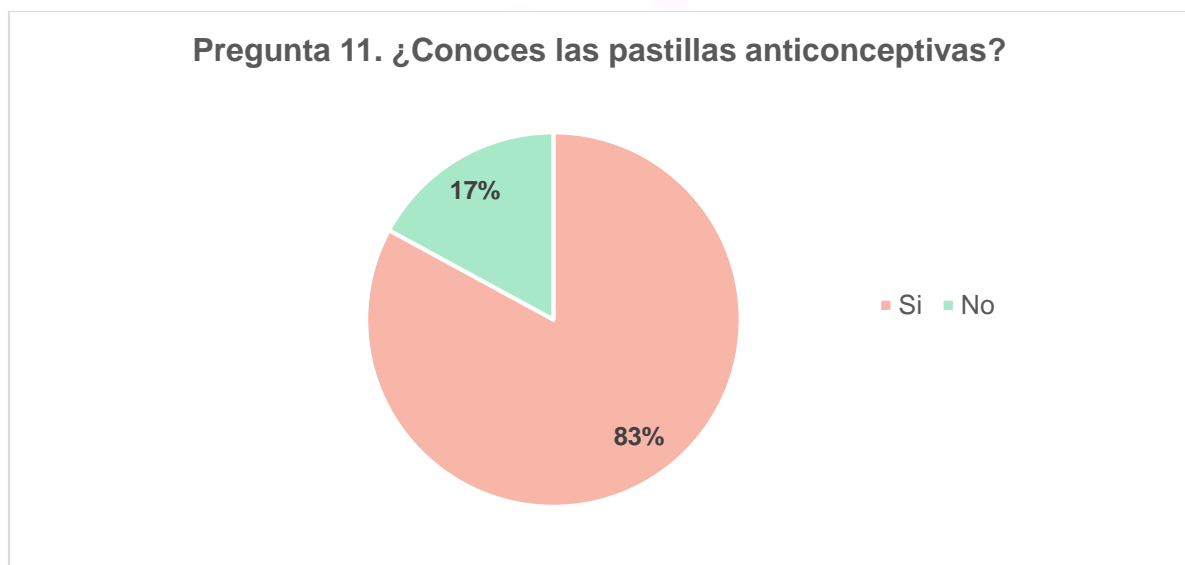
La mayoría de los adolescentes de 15 años por lo menos una vez en su vida han tenido contacto con el preservativo. La mayoría de los alumnos respondieron que conocieron el condón en la escuela sin especificar si fue en una clase o con amigos. Por ello es importante el conocimiento que pueden tener los adolescentes sobre los preservativos, siendo el método más seguro y mejor para su edad.

Pregunta 10. ¿Conoces físicamente el condón femenino?



Contrario a la pregunta anterior con un 56% los alumnos contestaron que no conocen físicamente el condón femenino y solo un 44% si lo conoce. Es común que el preservativo que más se puede conocer y comprar fácilmente es el masculino, tanto por la mayor fabricación, tener mayor número de marcas y el precio es más accesible a comparación del condón femenino cuyo precio es más elevado porque no se producen grandes cantidades de él.

La mayoría de los adolescentes contesto que conoció el condón en un lugar que no es la escuela, la casa o centro de salud y que no lo conoció con sus amigos, por lo que pudo conocerlo en internet.



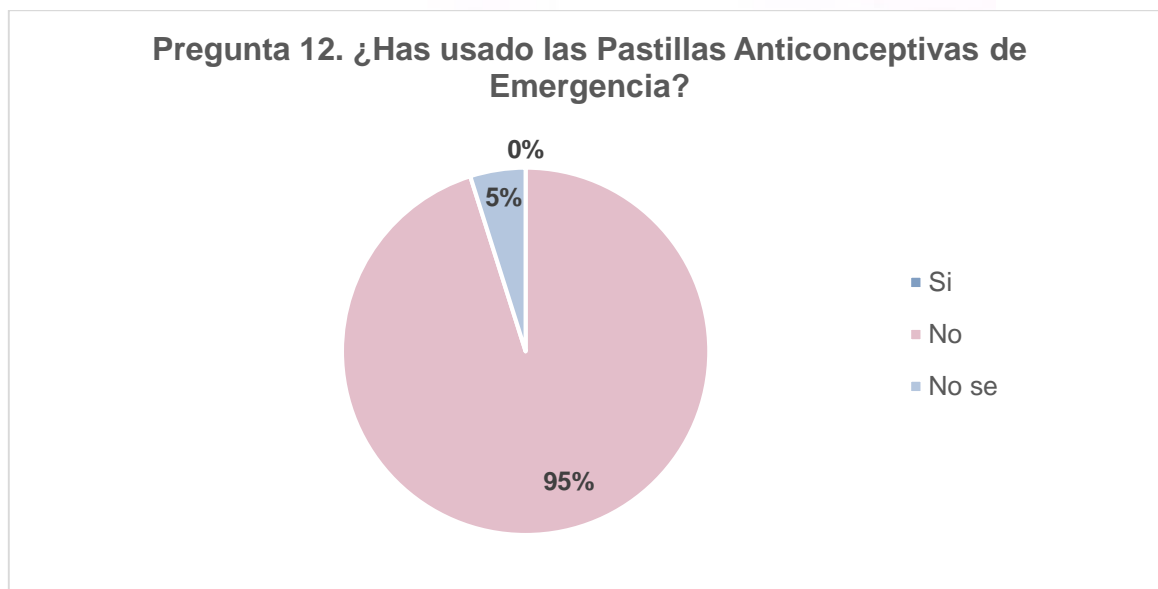
Los adolescentes conocen físicamente las pastillas anticonceptivas con un 83% y que la mayoría las conoció en la escuela.

Puedo decir que los métodos anticonceptivos que conocen físicamente son los que se encuentran de forma accesible en la farmacia o centro de salud y son uno de los métodos que más se utilizan. Aunque en la pregunta de qué conocían para evitar el embarazo no lo comentaron, lo que habla de que no hay un conocimiento firme sobre la anticoncepción.

Puedo decir que con mayor razón se tiene que enseñar el uso correcto del condón para evitar un riesgo de embarazo o Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS) y en

cuanto a las pastillas anticonceptivas se debe de enseñar que existen ciertos pasos que si no los realizas correctamente al utilizarlas pueden surgir un embarazo.

Son unos de los métodos esenciales que se deben de enseñar a los adolescentes y que puedan utilizarlos de manera responsable.



Las pastillas Anticonceptivas de Emergencia de igual manera son importantes que las conozcan los adolescentes. Por el hecho de que este método es de alto riesgo si no se utiliza adecuadamente, ya que muchas veces llegan a utilizarla como las pastillas anticonceptivas y pueden tener repercusiones mortales si se administra más de una vez al año.

De acuerdo con la ginecóloga Ivonne Álvarez (2016), recomienda que solo se tome dos veces al año, ya que contiene un alto grado de hormonas que desestabilizan el ciclo menstrual. Puede causar dolor abdominal, dolor en los senos, cefalea, náuseas, mareos, fatiga y en casos extremos puede presentarse la anemia.

Cuando una mujer utiliza en exceso la pastilla de emergencia, su flujo menstrual se volverá abundante que puede llegar a una hemorragia, además de tener fuertes cólicos y su regla ya no será regular.

El 95% de los adolescentes no ha utilizado la pastilla de emergencia por lo que es fundamental enseñar los riesgos que puede llegar a tener su uso constante y conocer en qué situaciones es importante utilizarla, teniendo en cuenta que el preservativo es el único método que puede tener un mayor índice de efectividad en proteger el riesgo de un embarazo y es el único que protege de una Enfermedad de Transmisión Sexual.

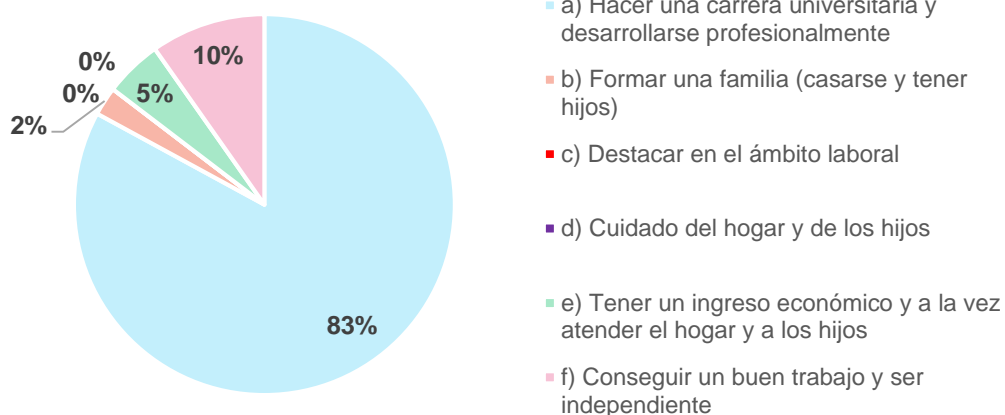
La pregunta trece se contestó abiertamente y se les preguntó que mencionarían los beneficios y desventajas de tener un bebé a la edad que tienen. Las respuestas que más se mencionaron en cuanto a los beneficios fueron: ningún beneficio, ser responsable, tener una familia y ser feliz.

Por el contrario, en las desventajas mencionaron: dejar el estudio, problemas económicos, trabajar a temprana edad y tener poco tiempo para no realizar varias actividades.

Están conscientes de que tener un hijo a temprana edad no tiene ningún beneficio cuyo proyecto de vida se vería afectado cambiando de manera drástica. Por eso es importante que estén conscientes y se les hable de lo que ocurre cuando se es padre a temprana edad. Saber que pueden dejar la escuela para trabajar y tal vez ese trabajo no tendrá grandes ingresos.

Se les debe de mostrar la realidad de lo que pasa en la actualidad y que si deciden tener relaciones coitales lleguen a protegerse ya que en un segundo su vida puede cambiar.

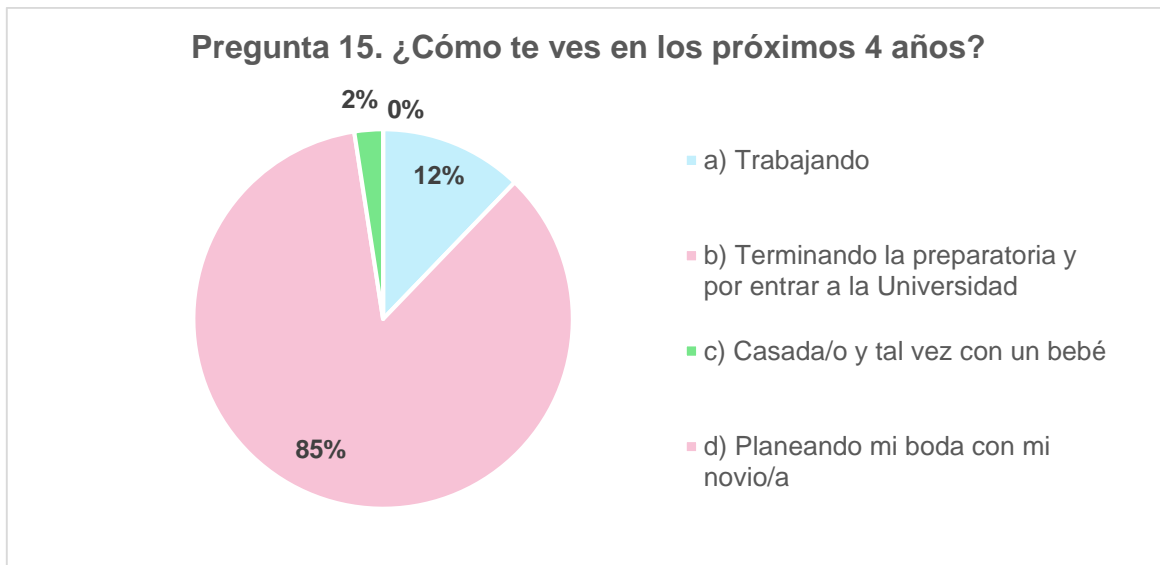
Pregunta 14. ¿Cuál consideras que es la más importante para las mujeres?



Los adolescentes consideran que lo más importante para las mujeres es con un 83% realizar una carrera universitaria y desarrollarse profesionalmente. De acuerdo con ello la mentalidad que tiene la mayoría de los adolescentes ya no va con el sistema tradicional de “la mujer en casa y el hombre al trabajo”, sino que piensan que los dos pueden desarrollarse en el ámbito laboral y que deben de tener una carrera para tener un buen nivel socioeconómico sin depender de una pareja o familia.

En la actualidad cada vez existen más mujeres teniendo cargos importantes en el ámbito laboral, es importante enseñar a los adolescentes desde temprana edad la equidad de género para disminuir la discriminación y violencia y conseguir un trato justo entre hombres y mujeres.

Tener oportunidades iguales de trabajo sin que exista una diferencia entre ambos sexos por motivos de género, condición social, religión, etc.



La mayoría de los alumnos en la pregunta 15 respondió con un 85% que se ven en los próximos 4 años terminando la preparatoria y por entrar a la Universidad, el 12% se ve trabajando y solo el 2% se ve casada/o y tal vez con un bebé.

De acuerdo con las respuestas queda claro que en su proyecto de vida a corto y mediano plazo tienen la intención de seguir estudiando y lograr una carrera. En la actualidad esta es una pregunta muy importante, ya que cada vez piden más requisitos para acceder a un trabajo por muy mínimo que sea, como estudio mínimo la preparatoria para trabajar sin licenciatura.

Es importante que en la escuela se les enseñe a los adolescentes que tienen que esforzarse y aprovechar las oportunidades que se les brinda para estudiar y que puedan ser personas autónomas e independientes, que tengan un buen trabajo y se abran caminos para formar un buen futuro.

Los profesores orientadores y tutores, deben de trabajar el proyecto de vida, como tema esencial en los alumnos para poder motivarlos a lograr lo que se proponen y orientarlos en cuanto a lo que aspiran ser de grandes. Así como hablarles de educación sexual y educación socioemocional.

CAPITULO 5. TALLER DE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA

5.1 Presentación

Hablar de educación sexual, fundamentalmente implica entender que hombres y mujeres son sexuados, se expresan y se relacionan como tales. El objetivo de la Educación Sexual no es otro que el contribuir a que los chicos y chicas aprendan a conocerse y aceptarse de modo que se sientan felices, bajo una responsabilidad adquirida.

La sexualidad es un conjunto de condiciones anatómicas, psicológicas y afectivas que caracterizan a cada sexo. No obstante, la constitución de la sexualidad tiene que ver en su mayor parte con lo cultural y lo social, es decir, con las pautas y condiciones a las que diferenciadamente nos enfrentamos mujeres y hombres en la vida cotidiana.

El reto radica en internarse en los modos en que mujeres y hombres se conciben, se representan y se entienden a partir del ejercicio de su sexualidad, destacando las voces sociales que suelen atravesar sus decisiones y sus dilemas frente a la sexualidad.

En cuestiones del sector salud se han registrado avances aumentando los servicios de salud sexual y reproductiva, el tratamiento contra ETS, consejería sobre VIH y el reconocer los Derechos Sexuales y Reproductivos, entre otros, pero en el sector educativo no se han encontrado avances significativos.

Rosales y Salinas (2017) señalan que, según el informe de la Federación Internacional de la Planificación Familiar, en materia de inclusión de la Educación Sexual Integral solo se había registrado hasta ese año solo 45% de avance.

Los autores catalogaron como deficiente la evaluación de programas educativos para determinar el grado de implementación de la educación sexual integral y la inclusión de género, así como las relaciones interpersonales y el placer como contenidos del currículum y materiales didácticos, entre otros.

La importancia que tiene hoy en día el tema de la sexualidad hace que merezca mayor atención, sobre todo algunos de sus aspectos, como el embarazo no deseado en la adolescencia, las relaciones sexuales a temprana edad, las infecciones de transmisión sexual, el aborto etc., fenómenos cuyos causantes son la falta de información, o que esta sea inadecuada, así como la falta de confianza en la familia, por mencionar algunos.

Todo lo anterior involucra varias dimensiones de la sexualidad, tales como la educación sexual en la familia, las amistades, las relaciones de pareja e incluso la formación escolar. Todo influye de manera rotunda en las decisiones y formas de vida que llevamos a cabo. A través del tiempo, el concepto de sexualidad ha sido moldeado según la cultura, ideología y forma de vida de cada sociedad.

A partir de las consideraciones anteriores es que surgió la necesidad de diseñar este taller que tiene como finalidad, en un sentido amplio, difundir y promover información adecuada sobre la sexualidad, que amplíe los conocimientos de los jóvenes a través de la reflexión y sensibilización de los problemas que en este aspecto le afectan o pudieran cambiar sus vidas en un momento determinado.

En este taller se pretende dar una visión positiva de la sexualidad de forma que esta no se vea asociada únicamente a los peligros, lo malo o lo bueno, sino a un pensamiento crítico y reflexivo. Incorporar el conocimiento biopsicosocial y cultural de la sexualidad al joven para lograr su identidad, ayudando a crearle sus propios valores y actitudes que permitan realizar y vivir su sexualidad de una manera más sana y positiva, consciente y responsable dentro de su propia cultura, época y sociedad.

5.2 Recomendaciones para el Taller con los Adolescentes

- Tener la capacidad de dirección de grupo: entusiasmo, sensibilidad, empatía, tolerancia, flexibilidad, calidez, discreción y creatividad entre otras características de un educador.

- Estar atento para entender el lenguaje no verbal de los adolescentes.
- Tener control de la dinámica, sin ser directivo.
- Orientar, guiar y mostrar opciones. Recordando que orientar no es lo mismo que aconsejar o recomendar, sino facilitar la opción de una decisión propia. El/la docente debe tener cuidado de no imponer su punto de vista a los/las adolescentes o jóvenes.
- Tener la capacidad de ubicarse en la realidad, valores, conocimientos y sentimientos de cada participante del grupo.
- Evitar las críticas (a través de palabras, actitudes o gestos), porque pueden ser percibidas como signos de no aceptación o rechazo, lo que puede conducir a distanciamiento de los/las adolescentes o jóvenes.
- También se deben evitar las burlas y descalificaciones entre los alumnos/as, favoreciendo un clima de respeto.
- Respetar el ritmo de cada adolescente y no forzarlo a hablar.

5.3 Justificación del Taller

Los adolescentes están sumamente confusos sobre lo que pueden realizar o no en materia de sexualidad porque los mensajes que reciben son frecuentemente contradictorios, entre el impulso sexual propio de la edad y el libertinaje que los medios de comunicación promueven y por el otro lado, la dependencia familiar y económica.

Por otro lado, iniciar las relaciones coitales a una edad temprana, sumado a la poca planeación de este evento, expone a la población adolescente a tener una mayor probabilidad de embarazarse o adquirir alguna enfermedad de transmisión sexual (Menkes, Suárez, 2003).

El tema está relacionado con la orientación psicosocial para mejorar las relaciones interpersonales del alumno con su medio social, así como prevención y manejo de la violencia entre iguales. Generando una buena interacción entre las personas, grupos, familia, etc., en donde se relacionan los adolescentes.

La sexualidad presenta diferentes factores socioculturales que influyen para que se presente un embarazo en la adolescencia, el embarazo altera el proyecto de vida de los jóvenes por lo que debe ser considerado como un problema de la sociedad.

Se realizará un taller que ayude al cuidado del cuerpo y respeto entre pares, se necesita que los adolescentes sepan valorar y cuidar su cuerpo, ya que existen carencias de la formación en valores por lo que se dan relaciones de pareja o coitales por placer, pero no con respeto o responsabilidad, sin lazos afectivos.

Existe la necesidad de impartir valores como el respeto y la responsabilidad para la formación de una personalidad sana. Los valores ayudan a que el sujeto establezca rumbos, metas y fines.

Se busca con este taller fortalecer la formación de las y los estudiantes de tercer grado de secundaria, en vista de que son ellos quienes manifiestan una necesidad más marcada de orientación en el ámbito de su sexualidad.

Esta necesidad se arroja de acuerdo con los resultados obtenidos del trabajo de campo que se realizó con el estudio exploratorio. En donde se detalla el bajo índice de conocimientos en los cambios físicos en la adolescencia, métodos anticonceptivos, el embarazo y la ovulación. Por lo que es necesario implementar actividades variadas en las que el alumno logre ampliar su conocimiento.

No se trata de formar expertos en la materia, sino de proporcionar a las y los jóvenes información adecuada y experiencias formativas, que les permita reflexionar sobre algunos aspectos de gran importancia para su vida personal, familiar y profesional. Tales como las infecciones de transmisión sexual, los embarazos no deseados y el aborto, los cuales ponen en riesgo la vida de las y los adolescentes.

5.4 Objetivos

General

Orientar a los adolescentes acerca de su sexualidad dentro de un contexto integral, afectivo y de valores, para favorecer una conducta sexual reflexiva, responsable y ética, donde su realización esté a favor de la persona y no del mero placer, así como se busca la prevención de embarazos en adolescentes e infecciones de transmisión sexual (ETS).

Específicos

- Sensibilizarse sobre las consecuencias de una relación sexual a temprana edad sin los cuidados adecuados.
- Formar adolescentes responsables que tomen decisiones, con las cuales se beneficien en sus etapas del desarrollo.
- Favorecer actitudes y valores procurando despertar un espíritu reflexivo y crítico que permita a los adolescentes tomar decisiones libres y responsables.

5.5 Metodología del Taller

Se utilizará una metodología crítica, reflexiva y participativa, donde el grupo trabajó los aspectos relacionados con los conocimientos, actitudes y habilidades inmersos en la sexualidad y logré una formación integral.

El taller educativo se enseña, pero fundamentalmente se aprende mediante la realización de algo que se lleva a cabo de manera conjunta. Este taller está pensado para realizarse de manera presencial, ya que se puede tener una mejor relación entre profesor-alumno y alumno-alumno.

Se pensó en un taller pedagógico para trabajar con adolescentes de tercer grado de secundaria. Alfaro y Badilla (2015) definen el taller pedagógico como:

Un centro de reunión donde convergen variedad de concepciones educativas, estrategias didácticas y se nutre por la diversidad de criterios

que producen un intercambio de ideas entre los participantes entre una actividad académica planificada, en la que existen facilitadores y participantes. Promueve la adquisición y actualización de conocimientos en los diferentes ámbitos del quehacer docente, ya que en los talleres los docentes, orientadores, entre otros académicos “aprenden haciendo”.

Al integrar varias actividades de enseñanza y aprendizaje logran en los participantes una actitud científica, crítica y reflexiva.

Alfaro y Badilla (2015) señalan actividades que se pueden desarrollar en el Taller Pedagógico:

- **Actividades introductorias:** dirigida a lograr un acercamiento entre el tallerista y los participantes como el saludo y la bienvenida, presentación de los asistentes del taller, el material que se utilizará durante ese tiempo, el programa explicando los que se hará y de qué manera se trabajará.
- **Actividades motivacionales:** la motivación es fundamental en el proceso de aprendizaje, ya que las actividades que se desarrollen deben de interesar a los participantes por querer trabajar. Pueden ser ejercicios que busquen crear un ambiente de familiaridad y deseos de permanecer trabajando en equipo o individualmente. Se despierta la curiosidad intelectual con las ganas de aprender, así como la auto estimulación por la aceptación y el éxito entre sus semejantes.
- **Actividades de observación:** puede estar unida a las motivacionales y aplicar una idea despertando el interés de los participantes por la temática que se abordará. Se puede llevar en el transcurso del taller.
- **Actividades de expresión corporal:** se pretende lograr animar a los participantes mediante el juego, las dinámicas didácticas y la plática. Estas actividades visualizan a los participantes de manera integrada, buscan crear un estado de ánimo de confianza y así poder contar con la participación de la mayoría.

- **Actividades intelectuales:** corresponden a procesos y a la secuencia de actividades que conforman el cuerpo del taller, por ejemplo: la información, interpretación, comprensión, análisis, síntesis, la aplicación, el juicio crítico, juzgar y valorar para dar soluciones a problemáticas planteadas. Estas actividades son las que se encuentran intencionalmente bien dirigidas para que los participantes actualicen sus conocimientos de acuerdo con sus necesidades.
- **Actividades de evaluación:** Al final del taller pedagógico, la evaluación es fundamental. El trabajo individual y grupal posibilita que entre compañeros se establezcan parámetros para evaluar lo desarrollado. Estas actividades son de gran importancia para los facilitadores debido a que, gracias a lo que opinan los participantes se pueden establecer los alcances y limitaciones de los ejercicios realizados. Esto se puede encontrar en el Anexo 5.

Características del Taller Pedagógico

- Se debe planear previamente y no improvisar todo el programa.
- Se desarrolla en jornadas de trabajo menores a cuatro horas.
- Se requiere de un programa que especifique que se hará durante el tiempo estipulado.
- Contar con el material de apoyo que facilite los procesos actualización y conocimiento.
- Se requiere de una base teórica y una práctica.
- Pueden existir hasta tres facilitadores, pero uno de ellos debe de coordinar para que se ejecuten los trámites previos a su desarrollo como las cartas de solicitud, permisos, ubicación del sitio, hora y día donde se llevara a cabo el taller, materiales que se utilizarán, entre otros aspectos con la institución.
- El taller pedagógico es una actividad flexible, dinámica y participativa.
- Se puede dividir en etapas: motivación, desarrollo de la temática por tratar, recapitulación o cierre y evaluación.

El objetivo del Taller Pedagógico en la propuesta de Educación Sexual Integral es actualizar conocimientos promoviendo una educación activa y participativa, promoviendo habilidades y destrezas que conduzcan al fortalecimiento de la creatividad, autonomía, libertad, el juego, entre otros.

Como señala Frida Díaz (2006) se produce aprendizaje significativo cuando integramos los nuevos conceptos junto a los previos, evitando el aprendizaje memorístico y logrando uno más funcional, donde se pueda utilizar lo aprendido para afrontar situaciones nuevas o para construir nuevos aprendizajes.

Para lograr dicho cometido es necesario implementar metodologías activas y participativas, es decir, trabajar con recursos que surgen de ideas y vivencias previas de las personas que se forman, permitiendo desencadenar reflexiones críticas y posibilitar nuevas experiencias.

El material que se presenta está pensado para ser utilizado como una herramienta flexible para los facilitadores con el cual puede trabajar en grupo. A partir de algunos conocimientos y experiencias con el grupo puede ayudar a que se sientan motivados y se facilite la participación dentro del taller.

Organización del Taller

- 1. Presentación y expectativas del taller:** este primer momento lo realizará la facilitadora del taller para introducir a los adolescentes al tema. Puede recabar o recuperar algunas experiencias para registrar el interés de los participantes con respecto al contenido del taller. Así mismo, presentar el programa de actividades.
- 2. Realización de actividades**
 - **Actividad teórica:** se revisarán de manera grupal los textos de apoyo, con la finalidad de lograr que los participantes realicen una reflexión de sus prácticas cotidianas con el tema a partir de la construcción colectiva de los aspectos tratados de la lectura.

- **Actividad práctica:** a partir del análisis o de una pequeña introducción sobre el tema a tratar en cada clase, los participantes se organizarán en pequeños grupos para la realización de las actividades sugeridas en el programa proporcionadas por el facilitador.
- 3. **Actividad de cierre:** a partir de los temas vistos en el taller se harán reflexiones finales y aportaciones de lo visto durante el programa, así como la repartición de un directorio de instancias de ayuda.
- 4. **Realización de la evaluación del taller:** se realizará un examen final de acuerdo a los conocimientos que se obtuvieron en el transcurso del taller, así como un apartado para la evaluación del taller mejorando aspectos o contenidos del programa.

El taller consta de tres módulos, el primero habla de los cambios físicos, psicológicos y sociales que abarca la etapa adolescente, los amigos, el enamoramiento, el noviazgo y proyecto de vida. Las estrategias se trabajarán de manera individual y grupal, realizando actividades de juego, proyección de videos sobre el enamoramiento y el noviazgo, realizarán lluvia de ideas, lecturas, entre otras actividades.

En el segundo módulo es primordial hablar de qué es la sexualidad, la sexualidad en la etapa adolescente, relaciones sexuales y coitales, embarazo adolescente, el aborto, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual. Para ello se utilizarán actividades relacionadas con las redes sociales, creando un perfil de “mi pareja ideal”, reflexionar sobre casos reales con la problemática del embarazo y las ETS, así mismo se proyectarán cortos, se realizarán lecturas, entre otras actividades.

El tercer módulo contará con información complementaria para desarrollar una sexualidad responsable que consta en educar en valores, para prevenir la violencia, ya que el estado actual del país lo amerita tomar en cuenta. Se abordarán temas como definición de valores, una relación sana con base en valores y violencia en el noviazgo.

Este taller buscará proporcionar la información que permita conocer las características biológicas, psicológicas y socioculturales en donde se pueda comprender el mundo y

vivir como hombres y mujeres. Además, auxiliará al adolescente en la búsqueda de su personalidad, identidad y satisfacción de necesidades humanas que expresa a través de su cuerpo.

Modalidad presencial

El taller se desarrollará en el horario de clases ya sea en turno matutino o vespertino, ya que cada sesión tiene un tiempo estimado de 50 minutos por el horario en escuelas secundarias que una clase se desarrolla en ese tiempo. Algunas materias que suelen prestar su horario de clases para impartir el taller por lo general son Formación Cívica y Ética, Tutoría y Orientación por el contenido del programa.

Por otra parte, el “Taller de Educación Sexual para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria”, no se llevará a cabo ya que actualmente se encuentra la pandemia a nivel mundial por SARS-CoV-2 y las clases presenciales se encuentra suspendidas hasta nuevo aviso.

Se considera desarrollar el taller en 16 sesiones teniendo en cuenta los siguientes aspectos que los adolescentes por lo general prestan atención por un tiempo menor a un minuto, por lo que las actividades desarrolladas en cada sesión son factibles para evitar apatía, distracciones o aburrimiento en el desarrollo de las sesiones.

Se les dará la información necesaria generando un mejor conocimiento respecto a la sexualidad del adolescente, así como de los temas que mayor demanda tienen en esa etapa como son los métodos anticonceptivos, el embarazo adolescente, enfermedades de transmisión sexual, entre otros propuestos en el cronograma.

Las actitudes de los adolescentes muchas veces llegan a ser de aburrimiento cuando no se les enseña con dinámicas para conseguir los conocimientos esperados y en algunos momentos el enseñar un tema por varios días puede llegar a ser tedioso para los jóvenes por lo que enseñar los contenidos en 16 sesiones puede generar actitudes a favor en el transcurso del taller.

En la mayoría de los casos las instituciones educativas no te brindan el tiempo necesario para realizar una práctica, taller o curso; atrasando la planeación y programación de contenidos que tienen establecidos para las materias que pueden prestar su clase para impartir el taller por lo que se debe de pensar en dar los contenidos de forma teórica y práctica en un menor tiempo para lograr el aprendizaje esperado.

Perfil del Tallerista

El facilitador será el encargado de implementar el programa sobre Educación Sexual Integral en escuelas secundarias y serán los encargados de facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje lográndose a través de la participación e intervención del facilitador.

- Las habilidades con las que debe de contar el facilitador son el dominio de grupos, facilidad de palabra, resolución de conflictos, manejo del estrés, trabajar bajo presión, trabajo en equipo, comunicación asertiva, experiencia en trabajo con adolescentes, dominio de los temas que se presentarán en el taller, así como valores como el respeto, tolerancia, humildad y empatía. Así como tener las capacidades de dirección de grupo, ser entusiasta, flexibilidad, discreción y creatividad.
- Debe de estar atento para entender el lenguaje no verbal de los adolescentes, tener control en las dinámicas sin tomar un control autoritario.
- Orientar, guiar y mostrar opciones facilitando la opción de la decisión propia del adolescente sin llegar a aconsejar o recomendar.
- Tener la capacidad de reubicarse en la realidad, valores, conocimientos y sentimientos de cada integrante del taller.
- Evitar las críticas, ya sea por la palabra, actitudes o gestos, porque pueden llegar a ser percibidas como signos de no aceptación o rechazo, lo que puede conducir a un distanciamiento de los adolescentes.

- Evitar burlas o descalificaciones entre los alumnos, favoreciendo un clima de respeto.
- Respetar el ritmo de cada adolescente.

La formación aconsejable para impartir el taller es de un pedagogo, docente u orientador ya que poseen conocimientos en didáctica, control de grupos, programación y evaluación, planeación, curriculum, teoría educativa, conocimientos de la etapa adolescente, entre otros aspectos que pueden ser fundamentales para trabajar en el taller de Educación Sexual Integral.

Los facilitadores tienen que crear un ambiente de confianza, tolerancia y respeto, en donde los adolescentes sientan la confianza para expresarse libremente. Se debe de intentar que analicen, reflexionen, aporten ideas, cuestionen y hagan preguntas.

La comprensión y el respeto será el punto de partida, teniendo siempre presente las diferencias en cuanto al género, la orientación sexual y la cultura, ya que el respeto a la diferencia enriquecerá el proceso de aprendizaje.

5.6 Evaluación en términos generales

El modo de trabajo propuesto y las diversas dinámicas que en cada sesión se realizarán, permiten llevar a cabo una evaluación previa de sus conocimientos y actitudes a cerca de la sexualidad, además de una evaluación continua en el proceso, respecto a las actitudes, habilidades y conocimientos que los y las jóvenes obtendrán con la intervención.

Se llevará a cabo una evaluación final del taller, que muestre los aportes y obstáculos del mismo, esto a través de dinámicas donde los alumnos puedan mostrarnos algunos aprendizajes, ya sea, respecto a conocimiento o cambios de actitud. De igual forma se agregará un apartado para la evaluación de taller y mejorar el aprendizaje en un futuro.

A continuación, se muestran los puntos a evaluar dentro del taller:

- Asistencia y puntualidad de los alumnos.
- Actividades y ejercicios realizados
- Actitudes de respeto en cuanto al trabajo en equipo, grupal e individual, así como participaciones individuales.
- Aprendizajes adquiridos al finalizar el taller, recabando información por medio de un examen de opción múltiple y con preguntas abiertas sobre los temas vistos.

Cada porcentaje lo definirá el facilitador.

Sujetos

Edad: 14-15 años

Contexto: Secundaria No. 195 Tlamachihuapan ubicada en calle Tizimin esq. Celestun S/N, Tlalpan, Jardines del Ajusco

Grado Escolar: Tercero

Características Cognoscitivas de los adolescentes

Operaciones Formales (12 años en adelante)

Los adolescentes tienen la capacidad de razonar, analizar y modificar su visión de las cosas y del mundo que les rodea, son más flexibles en cuanto a su pensamiento. Pueden construir interpretaciones de una situación que observa, tiene varias respuestas en cuanto a un problema o situación.

Elaboran y generan nuevos pensamientos e ideas, el adolescente imagina en lo que “podría ser”, da opiniones y toma decisiones. El pensamiento abstracto, idealista y lógico lo capacita para dar soluciones alternativas a problemas. Suele poner en duda cuestiones morales y creencias familiares.

Generan un pensamiento crítico, comienza a desidealizarse de sus padres, resuelve problemas con métodos y lógica, genera un pensamiento hipotético-deductivo ayudándolo a pensar sobre situaciones abstractas de sus acciones.

5.7 Perfil de ingreso

El estudiante que ingrese al Taller de Sexualidad y Valores en Tercer Grado de Secundaria deberá poseer las siguientes características:

- Disposición para trabajar de manera grupal.
- Adolescentes con una actitud de pensamiento crítico y reflexivo.
- Tener la habilidad para adaptarse a métodos y técnicas de enseñanza, siendo una persona asertiva.
- Tener la disposición de ser un sujeto integral, teniendo la capacidad para aprender conocimientos nuevos, habilidades, valores y actitudes favorables de respeto.

Perfil de egreso

El estudiante podrá explicar basándose en los conocimientos adquiridos de los temas como métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, los cambios físicos, psicológicos y sociales en la etapa adolescente.

Tener un pensamiento reflexivo, con la capacidad de tener valores y autocrítica para ser personas responsables al momento de ejercer su sexualidad y capaz de pensar dos veces sobre situaciones que puedan considerarse de riesgo para su futuro.

Especificaciones del Taller

Tamaño del grupo: máximo 40 participantes

Duración de cada sesión: 50 minutos

Total, en contenidos: 15

Número de sesiones: 16

5.8 Malla Curricular

Presentación del Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria
Bloque I. Adolescencia
Concepto de adolescencia
Órganos sexuales masculino y femenino
Belleza
Amigos
El enamoramiento
Tipos de amor
Proyecto de vida
Bloque II. Sexualidad
Concepto de sexualidad
Relaciones coitales y sexuales
Iniciación sexual
Embarazo adolescente
Métodos anticonceptivos
Enfermedades de Transmisión Sexual
Bloque III. Educar en valores para prevenir la violencia
Los valores
Violencia en el noviazgo

PRIMER BLOQUE

ADOLESCENCIA

Objetivo:

Aceptar y valorar los cambios físicos, personales y sociales que se experimentan en la adolescencia.

Contenido:

1. ¿Qué es la adolescencia?
 - 1.1 ¡Mi cuerpo está cambiando!
 - 1.2 La belleza y los amigos
 - 1.3 Estándar de belleza
 - 1.4 El enamoramiento
 - 1.5 Más que amigos...
 - 1.6 Proyecto de vida

SEGUNDO BLOQUE

SEXUALIDAD

Objetivo:

Sensibilizar a las/los adolescentes sobre la importancia de su sexualidad y la responsabilidad en las relaciones sexuales, reflexionando acerca del impacto que tienen en su vida a futuro.

Contenido:

1. ¿Qué es la sexualidad?
 - 1.1 Sexperimentando
 - 1.2 Embarazo adolescente
 - 1.3 Si me protejo...te cuido

1.4 ¡Huy...qué miedo!

TERCER BLOQUE

EDUCAR EN VALORES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA

Objetivo:

Favorecer actitudes sanas en la práctica sexual adolescente que los haga capaces de tomar decisiones libres y responsables con base en valores.

Contenido:

1. Los valores
- 1.1 ¿Esto es amor?



**TALLER DE SEXUALIDAD PARA
ADOLESCENTES DE TERCER
GRADO DE SECUNDARIA**



5.9 Organización del Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria

MÓDULO 1. ADOLESCENCIA

Objetivo: Aceptar y valorar los cambios físicos, personales y sociales que se experimentan en la adolescencia.

Sesión 1		
Presentación del Taller		
Contenido	Dinámica y Actividad	Recursos Materiales
<p>Presentación del Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria.</p> <p>Cuestionario de evaluación inicial.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Introducción del curso Se proporcionará información sobre la organización, método de trabajo y objetivos del taller. ▪ Ficha de identificación Se entregará a cada alumno de la clase una hoja blanca, en la cual utilizaran para escribir su nombre con pluma o plumón y se la pegaran en el pecho para identificarlos a lo largo del taller. ▪ Examen de conocimientos previos A cada estudiante se le proporcionará un cuestionario que resolverá de manera individual con lápiz o pluma. ▪ Cierre. Técnica Rompehielos Para concluir con la sesión se realizará una dinámica grupal para romper la tensión que pueda existir con el orientador. 	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas - Plumas o Plumones - Lápiz o pluma - Cuestionario de conocimientos previos <p>Anexo 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estambre

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Acomodar las bancas alrededor del salón dejando el área del centro libre. 2. Los integrantes harán una rueda en la que el orientador indicara las instrucciones de la dinámica. 3. El orientador tendrá una bola de estambre y se presentará ante el grupo mencionando su nombre y algunas aficiones particulares. 4. Terminando aventara la bola de estambre al azar. El alumno seleccionado se presentará mencionando su nombre, hobbies favoritos, qué le gusta de la escuela y qué le gustaría estudiar o ser de grande. 5. Volverá a lanzar el estambre a un compañero y así consecutivamente todos los participantes se presentarán formando una telaraña con el estambre hasta darle fin. 	
--	---	--

Sesión 2 ¿Qué es la adolescencia?		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Concepto de adolescencia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lluvia de ideas <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador pedirá la participación de los alumnos para elaborar una lista de las ideas que tengan sobre el concepto de adolescencia. 2. Las ideas serán escritas en el pizarrón de clases. 3. En caso de ser necesario el orientador complementara dichas ideas. 4. Al concluir las ideas se le pedirá a cada alumno escribir en su cuaderno una definición de adolescencia teniendo como referencia los conceptos escritos en el pizarrón. 	<ul style="list-style-type: none"> - Marcadores de pizarrón

	<ol style="list-style-type: none"> 5. Elegir al azar 5 alumnos para que lean al grupo su definición en voz alta. 6. Se pedirá que los alumnos den su opinión sobre la definición de sus compañeros explicando si les parece una definición certera del concepto o que le sugieren agregar. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cierre. Lectura complementaria. “Los adolescentes tienen una facha particular” <ol style="list-style-type: none"> 1. Solicitar a los participantes que se dividan en equipos (dividir de acuerdo al número de alumnos). 2. Proporcionar a cada equipo una copia de la lectura que se leerá. 3. Pedir a los integrantes de cada equipo que lean en conjunto la lectura. 4. En equipos realizar un mapa mental sobre la lectura. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lectura complementaria Anexo 4 <p>Bibliografía: Pierre-Henri Simón, (1966). <i>Los adolescentes tienen una facha particular.</i></p>
--	---	---

Sesión 3 ¡Mi cuerpo está cambiando!		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Órganos sexuales masculino y femenino	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocedor de su órgano sexual <ol style="list-style-type: none"> 1. Dividir en dos equipos el grupo, un equipo será de mujeres y el segundo de hombres. 2. Colocar en el pizarrón las láminas con los órganos sexuales femenino y masculino. 	<ul style="list-style-type: none"> - Láminas de los órganos sexuales masculino y femenino. - Tiras de etiquetas con los nombres de los órganos sexuales y la imagen.

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Repartir tiras de etiquetas con los nombres de los órganos sexuales. Se sugiere entregar a los hombres las etiquetas de las mujeres y viceversa. 4. Leer en voz alta la descripción y/o principal función de cada órgano, uno por uno. 5. Pedir a la persona que tenga la etiqueta con el órgano descrito pase al frente y lo pegue en la lámina identificándolo correctamente. 6. Terminar con el equipo que más acertó. Se sugiere comprar una bolsa de dulces para que sea atractivo el premio ganador. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cierre. Información complementaria <ol style="list-style-type: none"> 1. Se le entregara a cada alumno un cuadro comparativo con la función de los órganos sexuales. 2. El orientador explicara la función de los órganos sexuales masculino y femenino. 3. Terminar con dudas de los alumnos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cuadro comparativo de los órganos sexuales masculino y femenino <p>Anexo 3 Bibliografía: Oliveira, L. y Bóscaro, B. (2016). Guía sexual para adolescentes (capítulo 3)</p>
--	--	--

Sesión 4		
La belleza y los amigos		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Belleza	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Concepto de “Belleza” en la sociedad actual <ol style="list-style-type: none"> 1. Pedir a los alumnos que dibujen en su cuaderno dos cuerpos desnudos, uno de hombre y otro de mujer. 2. Explicar que esos cuerpos deben de dibujarse con el concepto que tengan de belleza de un hombre y una mujer. 3. El orientador puede explicar que deben de realizarlo de acuerdo a lo que perciben como atractivo de cada cuerpo, qué atributos físicamente debe de tener y algunas cualidades. 4. Realizar una discusión grupal. Elegir al azar a varios alumnos para que expliquen las características de “belleza” que tienen de un hombre y una mujer. <p>Preguntas que pueden dar pie a la reflexión: ¿Para ti que es la belleza? ¿Creen que la belleza solamente es física? ¿Para ti qué rasgos de un cuerpo son atractivos? ¿Qué prefieres, un cuerpo atractivo o una mente atractiva y por qué? ¿Crees que para que una persona te quiera debes de cambiar algo de tu persona o del cuerpo?</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Cuaderno de trabajo - Lápiz o pluma
Amigos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cierre. ¿Qué piensan los demás de mí? <ol style="list-style-type: none"> 1. Repartir una hoja blanca a los participantes del grupo. 2. Mencionar que deben de despejar el área de su espalda para pegar la hoja con cinta adhesiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas - Plumas - Cinta adhesiva

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Cuando todos tengan la hoja ya pegada, se indicará que permanecerán de pie y que con una pluma escribirán en la hoja de cada compañero alguna virtud o cualidad que les agrada de él o ella. 4. Terminando la actividad se sentarán en su lugar y leerán individualmente todo lo que les escribieron. 5. Darán una reflexión grupal. <p>Algunas preguntas para la reflexión: ¿cómo se sienten al saber lo que piensan de cada uno? ¿ustedes conocían esas virtudes de ustedes? ¿les agrado la actividad?</p>	
--	--	--

Sesión 5		
Estándar de Belleza		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
“Belleza fantasma”	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Documental “Ideales de belleza en las redes sociales” <ol style="list-style-type: none"> 1. Se pedirá a los alumnos que tomen asiento para ver un documental sobre el tema de “estándares de belleza” que tendrá una duración de 40 minutos. 2. Dar una pequeña introducción sobre la importancia de reflexionar sobre todo lo que vemos en las redes sociales, las veces que pueden sentirse frustrados al ver cuerpos perfectos, hasta entender que existe algo más allá de todo lo que vemos en las redes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sala audiovisual - Internet - Video: Gebauer, F. (productor) y Rezny, J. (director). (2019). Ideales de belleza en las redes sociales [Documental]. Canadá: ORF Recuperado de: https://youtu.be/HfsMnKVfspY

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cierre. Reflexión de tarea <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencionar que de tarea harán una reflexión mínima de una cuartilla para entregar. 	
--	---	--

Sesión 6 El enamoramiento		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
El enamoramiento	<ul style="list-style-type: none"> • Tarea Recoger la tarea que se dejó del documental. ▪ Lluvia de ideas <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador pedirá la participación de los alumnos para escribir en el pizarrón las ideas que tengan sobre lo que es el enamoramiento. 2. En caso de ser necesario el orientador complementara dichas ideas. 3. Al concluir con las ideas se le pedirá a cada alumno escribir en su cuaderno una definición del enamoramiento teniendo como referencia los conceptos escritos en el pizarrón. 4. Se elegirán 7 alumnos para que lean al grupo su definición en voz alta. ▪ Cierre. Tipos y etapas del noviazgo <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador dará una breve explicación del enamoramiento y sus características. 2. Explicar los tipos y etapas del noviazgo con láminas o imágenes para que los alumnos los reconozcan. 	<ul style="list-style-type: none"> - Marcadores de pizarrón - Cuaderno de trabajo - Lápiz o pluma

	<p>Tipos de noviazgo: el madrugador- el nada que ver- el masoquista- el derrama miel- el amiguero- el súper héroe- el peor es nada- el carcelero- el a todo dar.</p> <p>3. Para cerrar la sesión el orientador pedirá a los alumnos que formen equipos y les asignara un tipo de noviazgo a cada uno para representar.</p>	
--	--	--

Sesión 7 Más que amigos...		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Tipos de amor	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lectura complementaria “Amores erróneos elegidos en soledad” <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador dividirá a los integrantes en 8 equipos. 2. Repartir las copias de la lectura a cada equipo. 3. Dar la indicación de que leerán la información y al termino harán una actividad. ▪ <u>Cierre.</u> Mapa mental <ol style="list-style-type: none"> 1. A cada equipo se le otorgara un tipo de amor de los 8 que vienen en la lectura. 2. Realizarán un mapa mental del tipo de amor que les toco en una hoja de cuaderno. 3. Comentar que las palabras deben relacionarse a lo que leyeron y que pueden realizar dibujos para complementar la información. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lectura Complementaria Bibliografía: García Espinosa, A. (2014) Amores erróneos. <i>¿Me enamoré? O sólo enfermé de soledad</i> (pp.55-68). México: Trillas. - Cuaderno de trabajo - Plumas y colores

	4. Cada equipo elegirá a un miembro para explicar el mapa mental al grupo.	
--	--	--

Sesión 8		
Proyecto de vida		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Proyecto de vida	<ul style="list-style-type: none"> ▪ “Árbol proyecto de vida” 1. El orientador repartirá una hoja blanca a cada alumno. 2. Dara las siguientes instrucciones. Dibujar un árbol en el que las raíces serán las aptitudes con las que cuentan como liderazgo, creatividad, iniciativa, trabajo en equipo, resolver problemas, entre otros. El tronco serán los familiares o amigos que te han mantenido de pie. Las ramas serán las fortalezas que tienen como ser responsable, autonomía, facilidad para relacionarse, paciencia, amabilidad, humildad, entre otras. En las hojas del árbol escribirá las metas que tiene a corto, mediano o largo plazo como tener una carrera, trabajar, comprar una casa o un coche, entre otras. Dibujara unos frutos en el árbol para terminar con la actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas o de cuaderno - Colores - Plumaz

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cierre. Reflexión del árbol <ol style="list-style-type: none"> 1. Una vez que hayan terminado la actividad lo leerán completo y se reflexionara acerca de todas las cualidades positivas que poseen, de todo lo que les rodea, les ayuda a crecer y por último aquello que quieren conseguir. 2. Por último, mencionar que tengan el placer de conocerse para tener claro hacia dónde quieren dirigirse. 	
--	--	--

MÓDULO 2 SEXUALIDAD

Objetivo: Sensibilizar a las/los adolescentes sobre la importancia de su sexualidad y la responsabilidad en las relaciones sexuales, reflexionando acerca del impacto que tienen en su vida a futuro.

Sesión 9		
¿Qué es sexualidad?		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Concepto de sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lluvia de ideas <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador pedirá a los alumnos escribir en el pizarrón todas las palabras que describan lo que es la sexualidad. 2. Al concluir las ideas se le pedirá a cada alumno escribir en su cuaderno una definición de sexualidad de acuerdo a lo que se escribió en el pizarrón. 3. Se elegirán algunos alumnos para que lean al grupo su definición. 	<ul style="list-style-type: none"> - Marcadores de pizarrón

	<p>4. El orientador terminara explicando que la sexualidad implica no solo los órganos reproductores o la diferencia entre hombre y mujer; sino que la sexualidad es nuestro cuerpo y la forma en que interactuamos con las demás personas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lectura complementaria “Dimensiones de la sexualidad” <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador de acuerdo a la lluvia de ideas que se realizó dará al grupo algunas definiciones de lo que es la sexualidad. 2. Se le explicara al grupo lo que rodea la sexualidad y las dimensiones que abarca. ▪ Cierre. Mapa mental <ol style="list-style-type: none"> 1. Cada alumno realizara en su cuaderno un mapa mental de la sexualidad abarcando las distintas dimensiones que se explicaron. 	
--	--	--

Sesión 10 Sexperimentando		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Relaciones coitales y sexuales	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carta de amor para mí <ol style="list-style-type: none"> 1. Se le repartirá a cada alumno una hoja blanca. 2. En una cara de la hoja escribirán lo que buscan de una persona dentro de una relación. Dejar claro que no 	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas - Plumas

<p>Iniciación sexual</p>	<p>solo en el aspecto físico, sino también en lo emocional sino valores y cualidades que debe de tener.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. En la otra cara de la hoja escribirá todo lo que le gusta de sí mismo/a tanto físicamente como emocional, intelectual, cualidades, gustos, entre otras. 4. Al final el orientador explicara si lo que les gusta de sí mismos concuerda con lo que les gustaría de otras personas. 5. Dar una reflexión de autoestima y valor para no permitir que terceras personas quieran manejar los sentimientos de sí mismos para realizar una acción o cambiar algo que no le agrade. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Relaciones coitales/sexuales <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador expondrá el tema contando con la diferencia entre estos dos términos y todo lo que rodea el tener las relaciones. 2. Repartirá un cuadro en el que se describen los temores que tienen las mujeres y los hombres al querer tener su primera experiencia coital. El orientador explicara cada termino y finalizara la siguiente actividad. ▪ <u>Cierre. Iniciación sexual</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se organizan 6 equipos. A cada uno le toca una historia y una tarjeta de preguntas. 2. Se lee la historia y se escribe un desenlace para la historia por equipo. 3. Cada grupo lee el final que escribió. 4. Se comparten las respuestas de las preguntas. 5. Para cerrar la sesión se termina con la pregunta ¿Para qué nos sirve hablar de la iniciación sexual? 	<ul style="list-style-type: none"> - Cuadro de temores Anexo 3 Bibliografía: Tú futuro en libertad: por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad (2008). Para que sea mejor... (p.69). - Historia y ficha de preguntas Anexo 3
---------------------------------	---	--

	<p>EXTRA: Pedir a los estudiantes, hojas de colores, pegamento, plumones, papel crepe, gises o lo que gusten para realizar un mural en la siguiente sesión.</p> <p>El docente podrá encargarse de comprar 9 metros de papel estraza para el mural.</p>	
--	--	--

Sesión 11 Embarazo adolescente		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Embarazo adolescente	<ul style="list-style-type: none"> ▪ El embarazo adolescente y sus consecuencias <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador expondrá el tema del embarazo adolescente y sus consecuencias ante el grupo. 2. Realizara énfasis en el aborto y los riesgos que existen en tener uno a tan corta edad. ▪ <u>Cierre.</u> Mural de prevención del embarazo adolescente <ol style="list-style-type: none"> 1. De acuerdo a lo expuesto se formarán 6 equipos. 2. Cada equipo tendrá un tema específico: <ol style="list-style-type: none"> 1 ¿Qué es el embarazo adolescente? 2 Consecuencias del embarazo a temprana edad 3 Aspectos físicos y psicológicos, 4 Aspectos económicos y culturales 5 El aborto en la adolescencia 6 Cifras actualmente del aborto en México 3. Cada uno tendrá la tarea de escribir en metro y medio de papel estraza el tema que le toco y lo podrá diseñar a su gusto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Papel estraza - Plumones - Pegamento - Hojas de colores - Gises - Papel crepe - Tijeras

	<p>4. Por último, el mural se llevará a una parte de la escuela en donde sea visible para toda la comunidad estudiantil y así poder compartir la información.</p> <p>EXTRA: Dejar de tarea llevar una cartulina, pegamento, plumones y tijeras.</p> <p>Se formaran 10 equipos.</p>	
--	--	--

Sesión 12 Si me protejo... te cuido		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Métodos anticonceptivos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Información de métodos anticonceptivos <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador explicará los diferentes métodos que existen teniendo en cuenta ¿qué es?, efectividad, ¿cómo funciona?, ventajas y desventajas. 2. Al final se hace un espacio de preguntas o dudas que hayan quedado sobre algún método. ▪ “Gigantes encantados” <ol style="list-style-type: none"> 1. Contar con 3 botellas de plástico delgadas y tenerlas al frente de la clase. 2. Explicar a los alumnos que se pondrá en práctica la técnica adecuada en la colocación del preservativo. 3. El orientador guía la actividad y da voz a los alumnos para que sean ellos quienes den los pasos a seguir. 	<ul style="list-style-type: none"> - Botella de plástico - Preservativos masculinos

	<p>Pasos: pene en erección-abrir el envoltorio del preservativo- sujetar la punta para evitar la entrada de aire-desenrollarlo sobre el pene hasta la base- sujetar el preservativo por la base del pene al retirarlo- pérdida de la erección- quitar el preservativo- nudo- comprobar que no se haya roto.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Al pasar todos los alumnos el orientador explicara los pasos correctos en la colocación del preservativo. 5. Preguntar si al realizar la actividad sintieron pena o nervios y ¿por qué? <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cierre. Anuncio publicitario <ol style="list-style-type: none"> 1. Se formarán equipos de 4 integrantes. 2. Se repartirá una hoja blanca a cada equipo. 3. A cada equipo se le asignara un método anticonceptivo. 4. Mencionar que deben de realizar un anuncio publicitario, debe de contener un slogan y un dibujo que pueda ser atractivo para la audiencia. 5. Finalizar con una votación para el mejor anuncio. 6. Dar premio al equipo ganador que pueden ser dulces. <p>Extra: En un Centro de Salud mencionar el Taller a un encargado para conseguir los condones gratuitos para todo el grupo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas - Dulces
--	--	---

Sesión 13		
¡Huy... qué miedo!		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Enfermedades de Transmisión Sexual	<ul style="list-style-type: none"> ▪ “La fiesta”: la cadena de transmisión <ol style="list-style-type: none"> 1. Se acomodarán las bancas alrededor del salón. 2. Se distribuyen aleatoriamente unas tarjetas entre los participantes sin decirles lo que quieren decir las marcas. El 70% de las tarjetas están marcadas con un cuadrado (quiere decir que esas personas no usan el preservativo). El 20% tiene un círculo (quiere decir que esas personas usan el preservativo). El 10% tiene un triángulo (quiere decir que esas personas tienen el VIH y no usan el preservativo). Los porcentajes son orientativos. 3. En primer lugar, en una cara de su tarjeta deben escribir tres cosas que sean importantes para ellos. 4. Después, se les explicara que comienza una fiesta durante la cual se tienen que levantar de su silla y compartir lo que han escrito con otras personas y si están de acuerdo poner su nombre en la otra cara de la tarjeta. 5. Tras 10 minutos, se da por finalizada la fiesta y se sientan de nuevo. 6. Se les revela que los nombres que hay en su tarjeta son de las personas con quien se supone que han mantenido relaciones coitales, así mismo se les explica el significado de cada símbolo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas Anexo 3 - Plumas

	<p>7. Se elige a una persona para que se levante y diga si lo ha hecho con o sin condón, si tiene el VIH y con qué personas ha estado. Estas personas también se levantan y hacen lo mismo. De manera que al final casi toda la clase está de pie y de forma directa o indirecta se observa que casi todo el mundo ha estado en contacto con el VIH.</p> <p>8. Se les indica que se sienten y se abre un debate: ¿Cómo nos sentimos? ¿Quiénes son las únicas personas que no necesitan preocuparse? (los que han usado el preservativo). ¿Los que habían usado el condón tienen el VIH? (no lo sabemos, pero es intrascendente porque han adoptado medidas de prevención). ¿Cómo he decidido durante la fiesta con quién tener relaciones sexuales? En la vida real, ¿cómo lo decidiré? Y, ¿cómo decidiré con quién uso el preservativo y con quién no?</p> <p>▪ ¡Huy... qué miedo!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador expondrá las Enfermedades de Transmisión Sexual, teniendo en cuenta ¿qué es?, como se transmite y si existe o no un tratamiento. 2. Preguntar al grupo si existen dudas respecto al tema. 3. Formar equipos. A cada equipo se le repartirá una hoja blanca y una Enfermedad de Transmisión Sexual. 4. Cada equipo tendrá que realizar una infografía. 5. Exponer cada infografía por equipo y votar por la mejor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas - Plumas - Colores
--	---	--

MODULO 3. EDUCAR EN VALORES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA

Objetivo: Favorecer actitudes sanas en la práctica sexual adolescente que los haga capaces de tomar decisiones libres y responsables con base en valores.

Sesión 14		
Importancia de los valores		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Los valores	<ul style="list-style-type: none">▪ Valores<ol style="list-style-type: none">1. El orientador explicara lo que son los valores, cómo se adquieren y modifican.2. Dara algunos ejemplos de valores.▪ Caso Juzgado<ol style="list-style-type: none">1. Se divide en dos el grupo a los que se les asignarán los papeles de fiscales y abogados.2. Indicar que se realizara “un juicio sobre el aborto”, en el cual los abogados defenderán la práctica del aborto, los fiscales la acusarán y el orientador será el juez.3. Durante el juicio los abogados y fiscales podrán discutir acerca de los adecuado o inadecuado del aborto, expresando su opinión respecto a si es un método de control natal bueno o malo, si consideran conveniente o no la posibilidad de practicar el aborto en la adolescencia.4. Opcionalmente el orientador dará tanto a los abogados como a los fiscales una lista en pro y en contra del aborto.5. Conceder de 10 a 15 minutos para desarrollar el juicio.	

	<p>6. Transcurrido ese tiempo, el juez decidirá una conclusión teniendo cuidado de no forzar el rechazo o aceptación del aborto.</p> <p>7. Deberá favorecer la expresión de los valores personales de los alumnos y el respeto a la opinión de cada uno.</p> <p>8. Cerrar el ejercicio haciendo énfasis en que una de las mejores formas de relacionarse con los demás es teniendo claro cuáles son nuestros valores personales y respetando los valores de los demás.</p> <p>▪ Cierre. Preguntas Individuales</p> <p>1. Para cerrar la sesión el orientador pedirá a los alumnos que en su cuaderno anoten algunas preguntas y las respuestas lo más sinceros posible.</p> <p>Preguntas: 1. ¿Una vez que se adquieren los valores éstos ya no cambian? 2. ¿Nuestra conducta sería un desastre si no tuviéramos valores? 3. ¿Debo tener los mismos valores que mis padres? 4. Cuando sea adulto voy a tener los mismos valores que en la adolescencia? 5. ¿Me voy a sentir mejor conmigo mismo si actúo de acuerdo a mis propios valores?</p> <p>2. Recoger las preguntas para calificar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cuaderno de trabajo - Pluma
--	---	--

Sesión 15

¿Esto es amor?

Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Violencia en las relaciones	<ul style="list-style-type: none">▪ El violentómetro<ol style="list-style-type: none">1. El orientador dará una explicación de la violencia en el noviazgo y los tipos de violencia que existen.2. Repartirá a cada alumno un violentómetro.3. Explicará que es un material gráfico y didáctico en forma de regla que consiste en visualizar las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran ocultas en la vida cotidiana y que muchas veces se confunden o desconocen. Es útil para permitirnos estar alerta y detectar este tipo de prácticas en el ámbito escolar, familiar o social.4. Comentar que las manifestaciones se pueden dar de forma intercalada sin ser necesariamente consecutivas.	<ul style="list-style-type: none">- Violentómetro Anexo 3 Bibliografía: Instituto Politécnico Nacional (2009). Violentómetro-Regla. Recuperado de: https://www.ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/v-banner.pdf

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sociodrama representando los tipos de violencia en el noviazgo” <ol style="list-style-type: none"> 1. El orientador hará 6 equipos, en el cual cada uno representará un tipo de violencia el en noviazgo. 2. Se darán algunos minutos para que los equipos se preparen. 3. Representar el tipo de violencia. 4. Terminar con una reflexión grupal de lo que significa la violencia para ellos y como pueden actuar para no caer en ella. 	
--	---	--

Sesión 16 Cierre y evaluación del Taller		
Contenido	Dinámica y Procedimiento	Recursos Materiales
Cierre del Taller	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hasta luego planeando tu vida <ol style="list-style-type: none"> 1. Tener lista la mesa de honor decorada con flores y/o mantel. 2. Evitar cualquier indicio de tensión en el momento en que cada adolescente pase por su diploma. 3. Pedir a los adolescentes que piensen en alguna anécdota agradable que hayan vivido durante el curso. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mesa o escritorio con los diplomas Anexo 3

<p>Directorio de instancias de ayuda</p> <p>Cuestionario de evaluación final</p>	<ol style="list-style-type: none"> 4. Llamar a cada uno de los participantes por su nombre para que pasen a recoger su diploma, el cual recibirán del orientador. 5. Al recoger su respectivo diploma, cada adolescente dirá al grupo por qué cree merecerlo, o bien, qué situación o vivencia durante el curso le impacto de manera positiva. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Repartición del Directorio <ol style="list-style-type: none"> 1. Se repartirá a cada alumno un Directorio de Instancias de Ayuda” 2. El orientador mencionara las instancias. ▪ Cierre. Evaluación del Taller <ol style="list-style-type: none"> 1. Se realizará una evaluación del Taller. 2. Pedir a los estudiantes que resuelvan el cuestionario individualmente. 3. Recoger el cuestionario. 4. Dar las gracias al grupo y dar una reflexión acerca de lo que le dejó el Taller. 	<ul style="list-style-type: none"> - Directorio de instancias de ayuda Anexo 3 - Cuestionario de Evaluación de conocimientos respecto al Taller Anexo 5 - Lápiz o pluma
--	---	--

5.10 Bibliografía del taller

Libros

García. (2014) Amores erróneos. *¿Me enamoré? O sólo enfermé de soledad*. México: Trillas. (pp. 55-68)

Pierre-Henri. (1966). *Los adolescentes tienen una facha particular*.

Pick. (1997). *Planeando tu vida*. Caso juzgado. México: Planeta.

Pick. (1997). *Planeando tu vida*. Hasta luego. México: Planeta.

Videos

Gebauer. (productor) y Rezny. (director). (2019). Ideales de belleza en las redes sociales [Documental]. Canadá: ORF. Recuperado de: <https://youtu.be/HfsMnKVfspY>

Internet

Fundación de Salud Paso del Norte (2014). Manual de sexualidad para jóvenes. Conocedor de su órgano sexual (p.8) Recuperado de: https://files.sld.cu/bmn/files/2014/07/manual_de_sexualidad_para_jovenes.pdf

Guzmán. Manual del Taller: Noviazgo entre adolescentes. Tipos de noviazgo (p. 10) Recuperado de: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller_noviazgo.pdf

Instituto Politécnico Nacional (2009). Dinámica en las relaciones de pareja. Recuperado de:

<https://www.ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/violentometro.html>

Instituto Politécnico Nacional (2009). Violentómetro-Regla. Recuperado de:

<https://www.ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/v-banner.pdf>

Maleta Pedagógica. (2020). Módulo 1. Equidad de género. Marcianos en la Tierra. Recuperado de:

http://www.surt.org/maletaintercultural/pdf/M1_Dinamicas.pdf

Casla. (2012, Oct 31). Cuaderno de viaje de una psicopedagoga: La técnica del árbol [Comentario en un Blog].

Recuperado de: <http://cuadernodeunafuturapsicopedagoga.blogspot.com/2012/10/la-tecnica-del-arbol.html>

Noceti. (2011). 3. Conocernos, divertirnos, cuidarnos. Pibes y pibas promovemos nuestra salud sexual y reproductiva. Iniciación sexual (p.15) Recuperado de:

http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000675cnt-conocernos_divertinos_cuidarnos.pdf

SIDASTUDI (2007). Dinámicas que complementan las acciones educativas de SIDA STUDI. Gigantes encantados (p. 8) Recuperado de: [http://www.sidastudi.org/resources/doc/091127-10-dinamiques_castella-](http://www.sidastudi.org/resources/doc/091127-10-dinamiques_castella-492606124477994323.pdf)

[492606124477994323.pdf](http://www.sidastudi.org/resources/doc/091127-10-dinamiques_castella-492606124477994323.pdf)

SIDASTUDI (2007). Dinámicas que complementan las acciones educativas de SIDA STUDI. La fiesta (p.6).

Recuperado de: http://www.sidastudi.org/resources/doc/091127-10-dinamiques_castella-492606124477994323.pdf

5.11 Conclusión del Taller

En conclusión, la etapa adolescente está llena de cambios de manera física, psicológica y social que influyen en la forma de pensar y de actuar socialmente, siendo también el periodo de maduración sexual

En la situación actual en la que se vive en México es necesaria la educación para la sexualidad tanto a niños, jóvenes y adultos, considerando el taller para contribuir al conocimiento de la sexualidad como un aspecto normal de la persona y del que se tiene que hablar con naturalidad.

El taller puede ser una gran herramienta para la enseñanza por el hecho de que al traer actividades dinámicas el alumno puede conocer todo lo que rodea la sexualidad y entender que no se trata simplemente de tener coito con una pareja, sino que va más allá de lo que conocen.

La adolescencia es una etapa en la que el enamoramiento se empieza a presentar por lo que es necesario contar con un mayor conocimiento sobre métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, el embarazo adolescente que es la problemática número uno en México, así como llevar una vida sexual responsable rodeada de valores y saber tomar decisiones de manera individual.

La propuesta del Taller de Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria se convierte en un recurso para el docente u orientador, facilitando el proceso de enseñanza-aprendizaje en el tema para trabajar con los y las adolescentes integrando material y recursos que beneficien el conocimiento.

CONCLUSIONES

Lo expuesto anteriormente permite concluir que la sexualidad en los adolescentes es un tema importante que se debe de considerar actualmente como una de las primeras necesidades en México.

De acuerdo con los resultados que arrojaron el estudio exploratorio, se logró confirmar que los adolescentes tienen conocimientos erróneos o escasos en diversos temas necesarios sobre sexualidad. Siendo que la etapa y los cambios en que viven suelen ser afectados y las repercusiones pueden llegar a costarles su plan de vida.

Se presentó una propuesta de trabajo sobre educación sexual integral en la escuela secundaria, con el propósito de contribuir con los adolescentes en temas de sexualidad y es por ello que los profesores pueden encontrar actividades que puedan utilizar en el salón de clases con el fin de que los conocimientos sobre el tema puedan ser aprendidos de una mejor forma y con información científica.

La educación es un pilar fundamental y por tal es la segunda encargada en formar académicamente a los niños y adolescentes, por lo que la educación sexual que se llegue a enseñar tiene que ser un reforzador de lo que aprende en casa y si no es tal caso tratar de enseñar los temas con gran tacto y acorde a la etapa de desarrollo de cada individuo.

La educación es un derecho y tal cual la educación sexual también lo es, por tal motivo los adolescentes deben de aprender parte de su desarrollo óptimo para lograr tener una mejor calidad de vida. Los padres tienen la tarea (que aún se encuentra lejos por cumplirla) de crearles confianza en el tema, así como resolver dudas y esclarecer mitos que la rodean en general.

A temprana edad se inician las relaciones coitales, dejándose expuestos a riesgos como los mencionados en el capítulo tres como el embarazo adolescente y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y si se tiene un conocimiento del tema se espera que pueda ayudar a disminuir las cifras de embarazo y de contagio.

Si bien sé que no podremos disminuir por completo las cifras, debemos de buscar diversas alternativas que se acomoden a la situación actual en la que vivimos y en la que se encuentra la educación.

El taller se presenta con una propuesta de trabajo para trabajar en el salón de clases y aunque la mayoría de las secundarias tienen por clase una duración de 50 minutos, a veces no se logra abordar del todo un tema en una clase por lo que debemos de buscar estrategias que logren adaptarse a los tiempos y posibilidades que se tengan en las escuelas.

El aprendizaje se puede adquirir por medio de los diferentes sentidos y son ellos quienes nos permiten interactuar con otras personas y con el medio. Las dinámicas buscan que se aprenda tanto de manera visual, auditiva o kinestésica y no solo tener el conocimiento de modo tradicional.

El uso de estrategias creativas que logren llamar la atención de los adolescentes actualmente es un reto fundamental, la época en la que vivimos nos reta a mejorar y actualizarnos en renovar la táctica de la enseñanza y transmitir la información que suele ser compleja de exponer en el aula como es el caso de los cambios físicos, el aborto, enfermedades de transmisión sexual, el coito, entre otros.

Si se logra manejar una adecuada información por parte de los profesores u orientadores el adolescente puede lograr entender las problemáticas y de alguna manera resolverlas.

Recientemente con el uso de las redes sociales los adolescentes están expuestos a comentarios que pueden causar daños emocionales ya sea físicos o psicológicos y es un riesgo que puede poner en peligro la vida del adolescente si no se cuenta con un autoestima y conocimiento sobre temas como el aspecto físico, la pertenencia a una tribu urbana o las relaciones en pareja.

Saber utilizar un condón ya sea masculino o femenino en la adolescencia debe de ser tan fundamental como el amarrarnos las agujetas porque puede ayudar a prevenir un embarazo o enfermedad de transmisión sexual y si contamos con la información

necesaria para detectar la problemática, acudir inmediatamente al médico y recibir la atención médica necesaria.

Este trabajo me ayudo a comprender mejor algunos conocimientos que tenía sobre la sexualidad y sobre todo comprender que al referirnos a ella no quiere decir que sea solo coital, sino que podemos percibirla en nuestra vida cotidiana al interactuar con las personas y eso me hace comprender que debe de tratarse como un tema cotidiano que no tiene por qué esconderse o que sea meticuloso.

Al realizar un estudio profundo de la sexualidad pude darme cuenta de que existe demasiada información sobre los diversos temas que traté en cada capítulo y que se tienen programas, talleres, libros y artículos sobre la enseñanza de la educación sexual.

Gracias a ello debemos de seguir creando material que ayudé a los docentes u orientadores que los niños, adolescentes y padres de familia comprendan los temas que resultan ser un tanto complejos en su aprendizaje; además en este trabajo puse en práctica lo aprendido en el último año de mi carrera.

Debemos dejar el hábito de etiquetar a los adolescentes como personas que se encuentran en una etapa de rebeldía o conflictiva si no entender que están pasando por cambios importantes que definirán su conducta en la etapa adulta y motivarlos a lograr lo que se propongan, escuchar sus inseguridades, observar las emociones que lleguen a reflejar y buscar soluciones o ayuda de forma conjunta y no dejarlos solos porque, aunque busquen su independencia necesitan ser escuchados y comprendidos.

Es necesario que se les acompañe a los adolescentes en la transición de niños a adolescentes para que adquieran una identidad positiva y logren tener una autonomía que les servirá en la etapa adulta.

REFERENCIAS

- Aberastury y Knobel. (2002). *La Adolescencia Normal: Un Enfoque Psicoanalítico*. México: Paidós.
- Alfaro y Badilla. (2015). El taller pedagógico, una herramienta didáctica para abordar temas alusivos a la Educación Ciudadana. *Revista Perspectivas*, no. 10, pp. 81-146. ISSN 1409-3669.
- Álvarez y Millán. (1996). *Sexualidad: los jóvenes preguntan*. México: Manual Moderno.
- Álvarez. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa*. México: Paidós.
- Bartolomeis. (1986). *La Psicología del Adolescente y la Educación*. México: Roca.
- Bautista. (2015). *Temas de Historia y Discontinuidad Sociocultural en México*. El concepto de valor en José Ortega y Gasset, Luis Villoro y Fernando Savater. 189-205. Recuperado de <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/57992/CAP%209%20EL%20CONCEPTO.pdf?sequence=1>
- Calixto. (2008). *Educación de la sexualidad*. México: Castellanos editores. 14-26.
- Calixto. (2009). *El diagnóstico escolar*. Elementos para conocer y actuar en el medio ambiente. México, Castellanos Editores.
- Carranza, Casas, y Díaz. (2012). Buenas prácticas docentes y estrategias de enseñanza en la Universidad. México: Polvo de Gis. 27-44.
- Carreras, et al., (2006). "Como educar en valores". Madrid-España. Narcea, 20-24.
- Comité Español (ACNUR). (2017). *Valores humanos: lista de los 7 más importantes*. Recuperado de <https://eacnur.org/blog/valores-humanos-lista-los-7-mas-importantes-tc-alt45664n-o-pstn-o-pst/>

- ¿Cómo le hago? (2019). *Guía de los métodos anticonceptivos*. Recuperado de <https://comolehago.org/metodos/>
- Consejo Nacional de Población (CONAPO). Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (2009). *Panorama sociodemográfico de México. Principales resultados*. México 2010.
- Consumer. (2020). Sexo y Salud. *La sexualidad en las diferentes etapas de la vida y en situaciones especiales*. Recuperado de <https://sexosalud.consumer.es/etapas-de-la-vida/valores-de-una-sexualidad-responsable>
- Cortés. (2001). "Formación de actitudes y valores en la educación secundaria". *Revista Mexicana de Pedagogía*, 61, 5-8.
- De la Fuente, Medina y Caraveo. (1997). *Salud Mental en México*, México: FCE. 183-197
- Fromm. (2000). *El arte de amar*. México: Paidós. 13-67
- Fundación Mexicana para la Planificación Familiar (MEXFAM). (2018). El embarazo adolescente, disponible en: <https://mexfam.org.mx/>
- Gobierno de la Ciudad de México. (2008). *Tu futuro en libertad*. Recuperado de <http://data.educacion.cdmx.gob.mx/images/libros/tufuturoenlibertad.pdf>
- Gobierno de la Ciudad de México. (2016). *Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes*. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/235068/Cartilla_de_derechos_sexuales_Blog.pdf
- Gómez. (2018). *Derechos sexuales y reproductivos en la escuela secundaria: una propuesta para la prevención del embarazo adolescente*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. <http://132.248.9.195/ptd2018/abril/0772470/Index.html>

- Hiriart. (2010). *Anticonceptivos, lo que hay que saber*. México: Raya en el agua.
- Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES). (2014). *Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes*. Recuperado de <https://www.gob.mx/inmujeres/acciones-y-programas/estrategia-nacional-para-la-prevencion-del-embarazo-en-adolescentes-33454>.
- Interrupción Legal del Embarazo. *Estadísticas abril 2007 al 9 de mayo del 2017*. Recuperado de <https://www.inmujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/uploaded-files/ILE-Estadisticas-2007-2017-9de-mayo2017.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). *Catálogo de claves de entidades federativas, municipios y localidades, octubre 2015*. Recuperado de <http://geoweb.inegi.org.mx/mgn2k/catalogo.jsp>.
- Korinfeld. (2001). *Ensayos y experiencias: Sexualidad y educación*. Cuando los/as jóvenes tienen la palabra. México: Ediciones Novedades Educativas. 53-63
- Mafla. (2008). *Adolescencia: cambios bio-psicosociales y salud oral*. Colombia Médica, 39(1). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283/28339106>.
- Maslow. (1954). *Motivación y personalidad*. "Una teoría de la motivación humana". España: Díaz de Santos. 21-47.
- Melgoza. (2002). *Adolescentes: Espejo de la Sociedad Actual*. Buenos Aires-México: Lumen. 119-140
- Minuchin. (2004). *Familias y terapia familiar*. Un modelo familiar. México: Gedisa. pp. 78-108.
- Molina, Sandoval y González. (2003). *Salud sexual y reproductiva en la adolescencia*. Anticoncepción en la Adolescencia. 768-820.

- Muñoz. (2011). *El estudio exploratorio*. Mi aproximación al mundo de la investigación cualitativa. *Investigación y Educación en Enfermería*, 29(3),492-499.
Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1052/105222406019>
- Naal. (2016, 26 de julio). Especialista advierte sobre daños por uso excesivo de la pastilla del día siguiente. *Vanguardia MX*. Recuperado de <https://vanguardia.com.mx/articulo/especialista-alerta-de-danos-por-uso-excesivo-de-la-pastilla-del-dia-siguiente>
- Negrete. (2014). *Valores Universales*. Recuperado de <https://www.uv.mx/psicologia/files/2014/11/VALORES-UNIVERSALES.pdf>
- Rivier. (1974). *El Desarrollo Social del Niño y el Adolescente*. Barcelona: Herder.
- Oliveira. (2016). *Guía sexual para adolescentes*. Ediciones LEA. 38-57
- Organización Mundial de la Salud (2018). Salud mental del adolescente. Recuperado de <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
- Organización Mundial de la Salud (2018). Suicidio. Recuperado de <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). El embarazo en la adolescencia. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
- Parametría. (2016) *Encuesta Nacional de Vivienda*. Recuperado de <http://www.parametria.com.mx/buscadorParametria.php?q=+metodos+anticonceptivos>
- Piaget. (1995). *Seis Estudios de Psicología*. Colombia: Labor S.A. 82-94
- Pick et al., (1998). *Planeando tu vida: Programa de educación sexual y para la vida dirigido a los adolescentes*. Enfermedades sexualmente transmisibles, el embarazo y sus consecuencias y anticoncepción. México: Planeta México. 97-140

Pierre-Henri. (1966). *Los adolescentes tienen una facha particular*. 62-67

Programa de mejora tu escuela (2018). Recuperado de

<http://www.mejoratuescuela.org/escuelas/index/09DES0195K>

Raffino. (2019). "*Valores Humanos*". Argentina. Recuperado de

<https://concepto.de/valores-humanos/#ixzz6Is6PiBRI>

Rubio. Introducción al estudio de la sexualidad humana: Conceptos básicos en sexualidad humana. En: Consejo Nacional de Población, "Antología de la Sexualidad Humana". Tomo I. Consejo Nacional de Población- Miguel Ángel Porrúa. México. 1994. 29-116

Rubio. Introducción al estudio de la sexualidad humana: Conceptos básicos en sexualidad humana. En: Consejo Nacional de Población, "Antología de la Sexualidad Humana". Tomo III. Consejo Nacional de Población- Miguel Ángel Porrúa. México. 1994. 693-724

Rubio. (s.f.). Amssac Asociación. Potencialidades humanas. Recuperado de

<http://www.amssac.org/biblioteca/potencialidades-humanas/>

Secretaria de las Mujeres. Interrupción Legal del Embarazo. Recuperado de

<https://www.inmujeres.cdmx.gob.mx/ile>

TAPIA (2017). *Educación sexual para todas y todos: la asignatura urgente para el logro de la igualdad en México*. San Luis Potosí: Congreso Nacional de Investigación educativa. Recuperado de

<http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2265.pdf>

Vargas y Rosado. (2009). *Quiúbole con...Interactivo*. México: Aguilar.

Vázquez. (2013). *El fortalecimiento de los valores para una práctica responsable de la sexualidad*. (Tesis de licenciatura), Universidad Pedagógica Nacional, México. Recuperado de <http://200.23.113.51/pdf/30429.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Instrumento de recolección de datos para la licenciatura en Pedagogía “Métodos anticonceptivos y prevención del embarazo adolescente”. Cuestionario para alumnas/os de tercer grado.

Escuela:

Fecha: _____

Sexo: Hombre____ Mujer____ Grado: _____ Grupo: _____ Edad: _____

Instrucciones: Este cuestionario es anónimo y confidencial, te pedimos contestar de la forma más honesta y clara posible de acuerdo con lo que sabes en cada pregunta. La información que nos proporcionas nos ayudará a diseñar estrategias para la prevención del embarazo en la adolescencia.

1.- Menciona los cambios en tu cuerpo que se presentan durante la adolescencia de manera física.

Hombres:

Mujeres:

2.- Subraya la respuesta que coincide con lo que piensas. ¿Qué es el amor?

- a) Sentimiento de afecto e inclinación hacia una persona, animal o cosa
 - b) Sentimiento de intensa atracción emocional y sexual hacia una persona
 - c) Encontrar a tu “media naranja”
 - d) Sentimiento de afecto que te hace dar todo por la otra persona
- Otra

3.- Para ti ¿Qué es el noviazgo?

- a) Relación amorosa entre dos personas
 - b) Cuando dos personas se aman
 - c) Relación amorosa entre dos personas que se van a casar
 - d) Relación amorosa entre un hombre y una mujer
- Otra

4.- ¿En qué consiste el ciclo menstrual?

- a) Periodo que dura entre 21 y 35 días y consiste en cuatro fases (menstruación, folicular, ovulación y lútea) que se presenta de manera cíclica.
- b) Periodo que dura 28 días, incluye la menstruación y la ovulación y ocurre cada mes.
- c) Periodo de ovulación y menstruación.
- d) Sangrado mensual de la mujer que dura entre 4 y 6 días.

5.- ¿En qué momento ocurre la ovulación? Momento en que existe mayor probabilidad de embarazo.

- a) 14 días antes de la menstruación
- b) Durante la menstruación
- c) 14 días después de la menstruación
- d) Puede ocurrir en cualquier momento

6.- ¿Consideras que en la primera relación sexual con penetración existe el riesgo de un embarazo?

SI _____ NO _____ NOSE _____

7.- Marca con una x los métodos anticonceptivos que conoces.

Métodos Anticonceptivos	X
La Píldora	
Inyección Anticonceptiva	
Parche Anticonceptivo	
Anillo Anticonceptivo	
Condón Masculino	
Condón Femenino	
Capuchón Cervical	
Diafragma	
Esponja	
Espermicidas	
Sistema Intrauterino (SIU)	
Implante Anticonceptivo	
Dispositivo Intrauterino (DIU)	

8.- ¿Cuáles son los mejores métodos para prevenir un embarazo en la adolescencia?

- a) Utilizar condón
- b) Utilizar pastillas anticonceptivas
- c) Interrumpir el coito y eyacular fuera de la vagina
- d) Utilizar la pastilla de emergencia
- e) No tener relaciones sexuales

Responde las siguientes preguntas sobre métodos anticonceptivos

9.- ¿Conoces físicamente el condón masculino? SI_____ NO_____

¿En dónde lo conociste? a) Escuela b) Casa c) Amigos d) Centro de Salud e) Otra respuesta:

10.- ¿Conoces físicamente el condón femenino? SI_____ NO_____

¿En dónde lo conociste? a) Escuela b) Casa c) Amigos d) Centro de Salud e) Otra respuesta:

11.- ¿Conoces las pastillas anticonceptivas? SI_____ NO_____

¿En dónde lo conociste? a) Escuela b) Casa c) Amigos d) Centro de Salud e) Otra respuesta:

12.- ¿Has usado las Pastillas Anticonceptivas de Emergencia (PAE)?

SI_____ NO_____ NOSE_____

13.- Menciona los beneficios o desventajas de tener un bebé a la edad que tienes.

Beneficios:

Desventajas:

14.- De las siguientes opciones, ¿cuál consideras es la más importante para las mujeres?

- a) Hacer una carrera universitaria y desarrollarse profesionalmente
- b) Formar una familia (casarse y tener hijos)
- c) Destacar en el ámbito laboral
- d) Cuidado del hogar y de los hijos
- e) Tener un ingreso económico y a la vez atender el hogar y a los hijos
- f) Conseguir un buen trabajo y ser independiente

15.- ¿Cómo te ves en los próximos cuatro años?

- a) Trabajando
- b) Terminando la preparatoria y por entrar a la Universidad
- c) Casada/o y tal vez con un bebé
- d) Planeando mi boda con mi novio/a

Gracias por contestar.

ANEXO 2



Alumno: _____

Grado: _____ Grupo: _____

CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS PREVIOS

Instrucciones: Lee con atención las siguientes preguntas y contesta con toda sinceridad.

1. ¿Para ti qué es la sexualidad?

2. Menciona los cambios físicos que se presentan en tu cuerpo durante la adolescencia.
Hombres: _____

Mujeres: _____

3. Señala con una X los temas que has estudiado en la Secundaria

Amistad ()	Métodos anticonceptivos ()
Noviazgo y enamoramiento ()	Enfermedades de Transmisión Sexual ()
Relaciones sexuales ()	Embarazo adolescente ()

4. ¿Te gusta la forma en qué se imparten estos temas?

Si () No ()

¿por qué? _____

5. ¿Para ti, qué es el enamoramiento?

6. Menciona algunos métodos anticonceptivos que conozcas:

7. ¿Subraya cuáles son los mejores métodos para prevenir un embarazo en la adolescencia?

- a) Utilizar condón
- b) Utilizar pastillas anticonceptivas
- c) Interrumpir el coito y eyacular fuera de la vagina
- d) Utilizar la pastilla de emergencia
- e) No tener relaciones sexuales

8. ¿Para ti, qué es el noviazgo?

9. ¿El noviazgo implica tener relaciones sexuales con tu pareja?

Si () No ()

¿Por qué? _____

10. ¿Qué opinas del embarazo en la adolescencia?

“Gracias por tu colaboración”

ANEXO 3

CUADRO COMPARATIVO DE LOS ÓRGANOS SEXUALES MASCULINO Y FEMENINO

SISTEMA REPRODUCTOR FEMENINO	SISTEMA REPRODUCTOR MASCULINO
<p>ÓRGANOS EXTERNOS:</p> <p>Vulva: ubicada entre las piernas, cubriendo la abertura que conduce a la vagina y otros órganos reproductores ubicados dentro del cuerpo. Cada lado de la vulva se conoce como "labios mayores".</p> <p>Monte de Venus: es una zona carnosa ubicada justo por encima de la parte superior de la apertura vaginal.</p> <p>Labios menores: dos membranas que rodean la abertura vaginal. Puede tener un tamaño distinto y sobresalir más o menos de la vulva.</p> <p>Clítoris: ubicado en la parte delantera superior de la vulva, donde se unen los labios menores. El clítoris se encuentra cubierto por un capuchón de piel conocido como "prepucio". Se trata de un órgano extremadamente sensible que su única función es proporcionar placer mediante su estimulación.</p> <p>Uretra: es un pequeño orificio ubicado cerca de la abertura vaginal, que transporta la orina desde la vejiga hasta la parte externa del cuerpo.</p>	<p>ÓRGANOS EXTERNOS:</p> <p>Testículos: son ovalados y crecen durante el desarrollo hasta alcanzar aproximadamente 5 centímetros de longitud por 3 centímetros de diámetro. Los testículos producen y almacenan millones de espermatozoides.</p> <p>Pene: está formado por dos partes: la diáfisis y el glande. La diáfisis es la parte principal del pene y la glande es la punta, también conocida como "cabeza". En el extremo del glande hay una pequeña abertura, por la cual, a través de la uretra sale el semen y la orina del cuerpo.</p> <p>Prepucio: es un pliegue de piel ubicado en el extremo del pene, que cubre el glande.</p>
<p>ÓRGANOS INTERNOS:</p> <p>Vagina: es un tubo muscular hueco que se extiende desde la abertura vaginal hasta el útero. La vagina de una mujer madura mide aproximadamente de 8 a 12 centímetros. Sus paredes musculares pueden expandirse y contraerse. Las paredes musculares de la vagina están recubiertas por membranas mucosas, que las mantienen húmeda y protegida. Por la vagina penetra el</p>	<p>ÓRGANOS INTERNOS:</p> <p>Sistema de conductos: Conformado por el epidídimo y el conducto deferente. El conducto deferente es un tubo muscular que pasa justo a los testículos y transporta el líquido que contiene los espermatozoides, denominado semen. El epidídimo es un conjunto de tubos en forma de espiral (uno en cada testículo) que se conecta al conducto deferente.</p> <p>Glándulas accesorias: incluye las vesículas seminales y la glándula prostática, que</p>

pene durante una relación sexual, y es el canal de parto por donde un bebé es dado a luz.

Himen: es una delgada membrana que recubre la abertura de la vagina. Puede tener uno o más orificios y en la mayoría de los casos, el himen se estira o rasga después de la primera experiencia sexual.

Cuello uterino: paredes fuertes y gruesas, su abertura es muy pequeña, pero puede expandirse durante el parto, para permitir el paso del bebé.

Útero: tiene paredes musculares y un recubrimiento grueso, posee algunos de los músculos más fuertes del cuerpo, que son capaces de expandirse y contraerse para albergar al feto y al crecimiento y después ayudan a empujar al bebé hacia fuera durante el parto. Cuando una mujer no está embarazada, el útero mide menos de 8 centímetros de largo y 5 centímetros de ancho.

Trompas de Falopio: conectan el útero con los ovarios. Existen dos trompas de Falopio, cada una de ellas unida a un lado del útero. Miden aproximadamente 10 centímetros de largo. En el extremo opuesto de cada trompa de Falopio hay una zona de bordes irregulares que tienen el aspecto de un embudo. Esta zona de bordes irregulares envuelve al ovario, pero no se conecta totalmente a él.

Ovarios: son dos órganos con forma de óvalo ubicados en la parte superior derecha e izquierda del útero. Producen, almacenan y liberan óvulos en las trompas de Falopio en un proceso que se denomina ovulación. Cada ovario mide, aproximadamente, de 4 a 5 centímetros en una mujer madura.

proporcionan los fluidos que lubrican el sistema de conductos y nutren el esperma. Las vesículas seminales son estructuras similares a bolsas que están unidas al conducto deferente, a un costado de la vejiga. La glándula prostática, que produce algunas partes del semen, rodea a los conductos eyaculatorios en la base de la uretra, justo debajo de la vejiga.

Uretra: es el canal que conduce el semen hacia el exterior del cuerpo, a través del pene. También forma parte del sistema urinario, porque es el canal a través del cual pasa la orina cuando sale de la vejiga y abandona el cuerpo.

Escroto: el escroto cambia de medida para mantener la temperatura adecuada, ayuda para regular la temperatura de los testículos, ya que debe de ser menor a la temperatura corporal y que pueda producir espermatozoides.

Referencia: Oliveira, L. (2016). *Guía sexual para adolescentes*. Ediciones LEA. 38-57

Elaborado por: María G. Fuentes Gutiérrez.

“LOS TEMORES MÁS FRECUENTES EN LOS Y LAS ADOLESCENTES”

LAS ADOLESCENTES	LOS ADOLESCENTES
♥ Al dolor	♥ A penetrar
♥ A ser dañadas	♥ A la sangre
♥ A las consecuencias sociales	♥ A no tener erección
♥ A que se les note	♥ A fracasar
♥ Al embarazo	♥ A no saber qué hacer
♥ A ser señaladas como "chicas fáciles"	♥ A no encontrar dónde
♥ A que las penetren	♥ Al ridículo
♥ A ser sometidas	♥ Al himen
♥ A ser abandonadas después	♥ A eyacular antes de penetrar o a eyacular muy rápido
♥ Al rechazo	♥ Al contagio de alguna enfermedad
♥ A ser descubiertas por su familia	♥ A hacer daño
♥ Al contagio de alguna enfermedad	♥ A embarazar
♥ A no sentir nada	

Referencia: Tú futuro en libertad: por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad (2008). Para que sea mejor... (p.69).

HISTORIA Y TARJETA DE PREGUNTAS

La historia de David y Alejandra

“De hoy no pasa”. Con esa idea se levantó David. Es la tercera vez que va a salir con Alejandra. El sábado estuvieron un rato largo en el campito dándose besos y acariciándose todo el cuerpo. Por eso, sabe que “de hoy no pasa” Y también por eso se levantó nervioso, se le caen las cosas y no soporta a nadie.

Hoy, está seguro, va a ser su primera vez.

No sabe bien cómo actuar. No quiere quedar como un tonto. Su hermano le dijo que las chicas siempre se resisten al principio y hay que presionarlas, es como un juego que ellas hacen. A David no lo convence.

David tiene otra preocupación: la posibilidad de un embarazo. Escucho que para evitarlo hay que usar preservativo, pero en la escuela la clase de educación sexual parecía de biología y no entendió nada. Sus amigos dicen que “la goma es un bajón” y que “no es de machos”.

Juntando coraje, fue a buscar preservativos a la salita. Primero que comentaron que no entregan a los menores de edad. Al final, consiguió dos. No sabe cómo se usan, pero tenerlos lo tranquiliza.

Ya casi es la hora. Con las manos transpiradas y el corazón al galope, sale a encontrarse con Alejandra.

“¿Y sí me duele?” Esa es la pregunta que se hizo toda la semana Alejandra. De David le gusta todo. Las cosas que hablan, los besos, ir al campito. También le da curiosidad tener relaciones sexuales. Sus amigas le dijeron que los varones son unos brutos, que hacen todo rápido y que solo les importa el gusto de ellos.

Alejandra se quedó preocupada. Ella prefiere que la acaricien hasta sentir unas cosquillas raras y lindas por todas partes. Y también le dan ganas de acariciarlo más a David, pero le da un poco de vergüenza.

En especial, hay un tema que la angustia. Desde que sale con David, su mamá le grita que es “una tonta”, que va a terminar embarazada igual que Eva, su hermana mayor.

Al final Alejandra se animó y fue a ver a Eva. Ella le explicó que existen métodos anticonceptivos y le hizo un dibujo para mostrarle cómo usar el preservativo. A demás le regalo algunos.

Tuvieron una charla muy linda. Alejandra se siente más segura. Su problema ahora es cómo decirle a David. Tiene miedo de lo que él pueda pensar por llegar tan preparada. Con un torbellino de preguntas y ganas bailándole en el cuerpo, sale a buscarlo.

El encuentro ¿Qué pasa cuando David y Alejandra se encuentran?

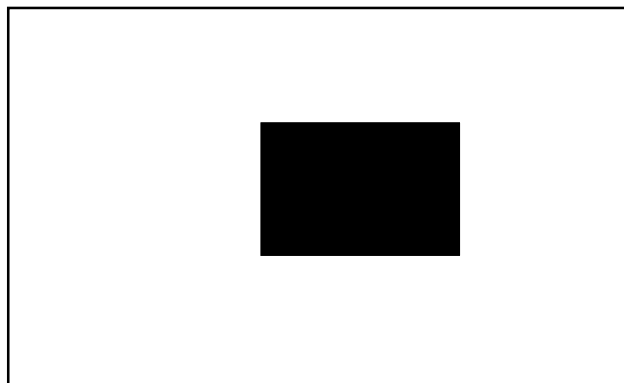
Tarjeta de preguntas

1. **Miedos.** ¿Cuáles son los de David y cuáles los de Alejandra? ¿Cuáles son los tuyos?
2. **Apoyo.** ¿En quiénes buscaron? ¿Cómo les fue? Tú, ¿con quién conversarías de este tema? ¿Podrías ir al Centro de Salud?
3. **Métodos anticonceptivos.** ¿Cuáles aparecen en la historia? ¿Conoces otros? ¿Cuáles? ¿Dónde podrías conseguirlos?
4. **Educación sexual.** ¿Tienes en la escuela? ¿Cómo se da? ¿Cómo te gustaría que fuera?
5. **Decisiones.** ¿Qué hicieron David y Alejandra cuando se encontraron? ¿Hablaron de tener relaciones o "se dio"?

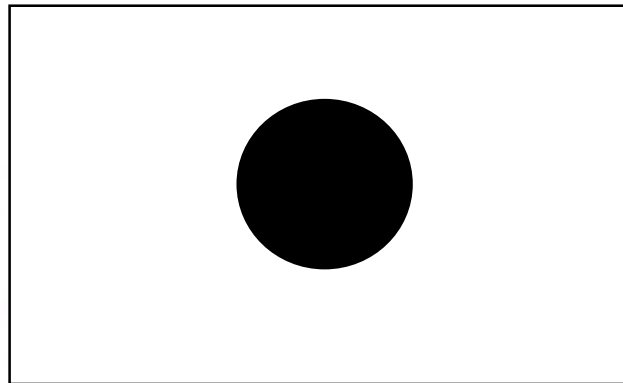
Referencia: Noceti. (2011). Conocernos, divertirnos, cuidarnos. Pibes y pibas promovemos nuestra salud sexual y reproductiva. Iniciación sexual (p.15). Recuperado de http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000675cnt-conocernos_divertinos_cuidarnos.pdf

TARJETAS DE “LA FIESTA”: LA CADENA DE TRANSMISIÓN

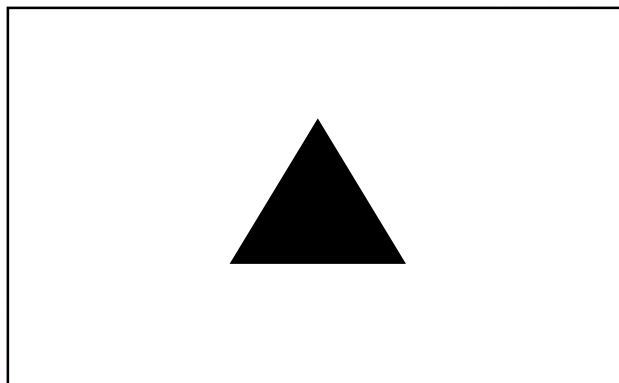
Tarjeta



Tarjeta

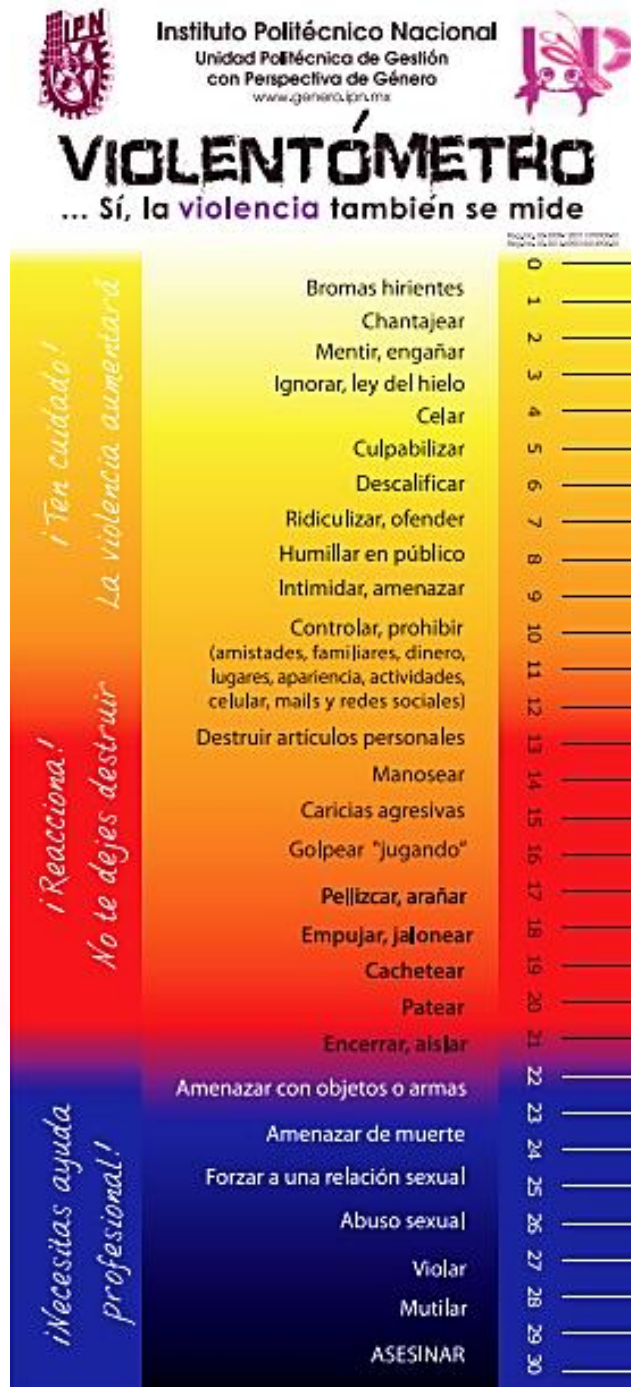


Tarjeta



Referencia: SIDASTUDI (2007). Dinámicas que complementan las acciones educativas de SIDA STUDI. La fiesta (p.6). Recuperado de: http://www.sidastudi.org/resources/doc/091127-10-dinamiques_castella-492606124477994323.pdf

VIOLENTÓMETRO



Referencia: Instituto Politécnico Nacional (2009). Violentómetro. Recuperado de <https://www.ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/v-banner.pdf>

DIPLOMA

_____ Otorga el presente a _____

Alumno(a): _____

**Por haber concluido satisfactoriamente el Taller de Sexualidad para
Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria**

Firma

Elaborado por: María G. Fuentes Gutiérrez.

DIRECTORIO

SISTEMA PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA (DIF)

Objetivo: Informar a la mujer adolescente sobre cómo llevar su embarazo.

Correo electrónico: <https://www.dif.cdmx.gob.mx/>

Redes sociales: Facebook @DIFCDMX

Domicilio: 1374 San Francisco 03200 Ciudad de México

Teléfono: 800 343 2322

MEXFAM (GENTE JOVEN)

Objetivo: Dedicado especialmente a jóvenes. Su objetivo es orientar sobre estilos de vida sana y planeación de vida.

Correo electrónico: comunicacion@mexfam.org.mx

Redes sociales: Facebook @Mexfam Twitter @MexfamAC

Domicilio: Juárez 208, Col. Tlalpan Centro, Del. Tlalpan, C.P. 14000

Teléfono: 5487-0030 **OrientaSEX:** 01800 007 7200

LOCATEL

Objetivo: Asesoría psicológica vía telefónica. Su misión es contribuir al bienestar integral de la ciudadanía, mediante la orientación, asesoría psicológica y atención de emergencia ante crisis emocionales.

Chat en línea: <http://locatel.cdmx.gob.mx/joven/>

Redes sociales: Facebook, Instagram y Twitter @locatelmx

Dirección: Cecilio Robelo 3, Piso 2. Colonia del parque, Venustiano Carranza, 15960.

Teléfono: 5658 1111

INMUJERES CDMX

Objetivo: Actividades diversas por las que se previenen la violencia en las relaciones de noviazgo entre mujeres y hombres jóvenes de 12 a 25 años.

Correo electrónico: contacto@inmujeres.gob.mx

Redes sociales: Facebook, Instagram y Twitter @Inmujeres

Domicilio: Barranca del Muerto 209, San José Insurgentes, Benito Juárez, 03900

Teléfono: 5322-6030

INJUVE

Objetivo: Comparte información en temas de sexualidad, medidas de seguridad en la red, uso de drogas, entre otros.

Página electrónica: <https://www.injuve.cdmx.gob.mx/>

Redes sociales: Facebook, Instagram y Twitter @InjuveCDMX

Domicilio: Calzada México - Tacuba 235, colonia un hogar para nosotros, Alcaldía Miguel Hidalgo C.P. 11330

Teléfono: 55 5341 7488

PÁGINAS EN INTERNET

SALUD EN LÍNEA

Objetivo: Orientar a los adolescentes sobre el embarazo adolescente, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual; así como atención psicológica.

Página electrónica: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea>

Redes sociales: Twitter @Tu_IMSS Facebook @IMSSmx

Teléfono: 800 623 2323

¿CÓMO LE HAGO?

Objetivo: Orientar sobre la sexualidad de una manera sencilla con distintas maneras de prevenir un embarazo no planeado, así como infecciones de transmisión sexual.

Página electrónica: <https://comolehago.org/>

Redes sociales: Facebook @comolehago.org

ANEXO 4

“LOS ADOLESCENTES TIENEN UNA FACHA PARTICULAR”

La ADOLESCENCIA es el tiempo de la afirmación, antes que el de la oposición. Para afirmarse, es decir, para revelar al otro su nueva identidad, el adolescente necesita diferenciarse, distinguirse (tanto en el sentido propio como el figurado), principalmente de los adultos. Lo que necesita no es tanto “singularizarse”, sino expresar su singularidad aquí las palabras no son intercambiables: la primera evoca el sabor (amargo) del reproche a la diferencia; la segunda, por el contrario, la asume como un hecho positivo.

La adolescencia es antes que nada una puesta en escena (social) de sí mismo, para sí mismo y también para estar convenientemente con los demás, es una marca de identidad, como otros tantos signos de reconocimiento y de pertenencia. El atuendo es una de esas marcas, probablemente la más importante. La manera de vestir que es su primera función información uno mismo, sobre la idea que uno se forma de sí mismo, y también de los demás. Es en cierto modo una comunicación “no verbal”. Lo importante es lograr que, con una simple mirada, el otro sepa dónde se ubica uno, a qué “tribu” pertenece.

Por lo tanto, hay que “estar a la moda”. Preocupación que, en realidad, siempre ha existido. La literatura nos ofrece numerosos testimonios de este gusto por la apariencia. En los años veinte, por ejemplo (por no retomarnos más lejos), la moda era una de las más grandes preocupaciones de la juventud. “Era la época en que se usaban pantalones ceñidos al tobillo y zapatos puntiagudos para parecer estadounidense” (Michel Leiris, *L'Âge d'homme*, 1939). También se usaba “el cabello hacia atrás, según la moda que se llamaba en aquel entonces “de aviador” (Daniel -Rops, *L'âme obscure*, 1929). Por su parte, las muchachas usaban el cabello corto “a la Juana de Arco”. “Lo que me asombraba en la moda femenina de aquel tiempo-recuerda Julien Green- era su fantasía de desafiaba lo ridículo” (*Jeunesse*, 1974). Evoquemos también la moda de los años de la ocupación alemana en Francia.

El *look* es placer y obligación al mismo tiempo. Si quieres existir, ser reconocido, es decir, aceptado por sus pares, el adolescente no tiene opción: debe someterse a las normas del medio que escogió. Ya desde el colegio, a veces incluso antes, debe “seguir la corriente”, conformarse a ella, si no quiere verse excluido del grupo. Por ejemplo, entre los 10 y 15 años hay que tener mucha fuerza de voluntad para no usar ropa de marca. La libertad indumentaria es indiscutiblemente una libertad vigilada, la moda normativa predomina en todas partes. Las conminaciones mediáticas y las solicitudes comerciales se encargan del resto. En el reino de la adolescencia, nadie debe ignorar la geografía indumentaria del momento. Todo esto produce paradójicamente una gran uniformización. Hoy en día nadie parece más a un adolescente que otro adolescente. Observación válida no solo para el mundo occidental, en el que la similitud resulta a veces impresionante, sino también para el resto del planeta: África, Asia, América... donde la juventud se viste también “al estilo adolescente”.

La preocupación por el *look* se manifiesta cada vez más temprano. Volverse adolescente implica también vestirse con ciertas marcas. Es cuestión de prestigio. Los niños “grandes” de hoy quieren productos que los hagan salir definitivamente de su infancia.

En un mundo en el que uno es antes que nada lo que parece, el cuerpo debe adornarse con todos los artificios: desde el maquillaje (para las chicas) hasta el tatuaje (para ambos sexos). El cuerpo es un lenguaje que traduce un estado de ánimo. Es el lenguaje social de los adolescentes. Su uso difiere en función del sexo. Hay que tapar ese cuerpo ya sea para olvidarlo o por el contrario para revelarlo. En una burda simplificación, podríamos hablar de ropa más bien holgada para los chicos, quienes, durante mucho tiempo, buscan ocultar una

corpulencia todavía infantil (lo holgado acentúa una virilidad naciente y por lo tanto insuficiente), y de ropa más bien ceñida para las chicas, quienes, por su parte, cuando no tienen sobrepeso desean que se vean las transformaciones de la pubertad en curso. Y la prensa presenta a las nuevas “Lolitas”, muchachas adolescentes con características muy distintivas: minifaldas o pantalones ajustados, corpiños que dejan ver el ombligo, zapatos de tacón compensado, anillos pulseras, aretes, maquillaje ligero, barniz de uñas (a los ocho o nueve años predominan los azules, verdes, amarillos, pastel o fluorescentes; a los 11 o 12 años aparecen los colores más oscuros o metálicos; a partir de los 15 prevalecen los colores intensos: negro, morado, púrpura) ... El modelo de esas jovencitas es doble: primero es la adolescente más grande, del tipo hermana mayor; estrella de la canción (como Avril Lavigne o Britney Spears). Luego es la mujer joven, tipo *top model*, una “adulta” que se les parece.

La meta del adolescente es encontrar un estilo personal. Por ejemplo, puede dar la impresión de que se viste de cualquier manera, pero en realidad obedece códigos precisos. Al mezclar los estilos, podrá reivindicar que es “inclasificable”, es decir, original. Así es como cobran importancia los pequeños detalles (¡o que equivocadamente consideramos como tales!) que marcan esta deferencia (como los *piercings*, por ejemplo). Con todo, hay cosas que se tienen que evitar a toda costa: abuso de ropas de marca de pies a cabeza, si uno no quiere verse “naco”. Lo que hay que buscar, por el contrario, es la marca desconocida o que aún no está de moda.

Comentemos una nueva “tendencia” que representa el tatuaje y el *piercing*. Este fenómeno, que ha observado la psicóloga Marie Cipriani-Crauste durante varios años, se encuentra en plena expansión. Primero el *piercing*. Ya a la edad de trece años algunas chicas, pero también chicos, se hacen perforar, en varios puntos, el lóbulo de la oreja; a los 15, las jovencitas se mandan a colocar en el ombligo una joyita; a los 18, chicas y chicos optan por el anillo en el arco de la ceja, en la nariz, en el labio inferior o incluso en la lengua. Veamos ahora el tatuaje. A los niños les gustan las calcomanías para exhibirlas en las playas, y a los jóvenes adolescentes los dibujos con alheña; por su parte, los “grandes” (provistos de la necesaria autorización de los padres si son menores de edad) se hacen “entintar”, “picar” la piel. Flores, serpientes, corazones... “brotan” así en el hombro, el vientre, el tobillo...

Como lo explica la autora de esta observación, “el culto a la diferencia es una expresión menesterosa de la entrada consciente en el entorno inmediato”. En cierto modo, hay que parecerse a los demás y distinguirse de ellos al mismo tiempo. Un reto difícil. En efecto, ¿cómo distinguirse de los demás cuando todos los que lo rodean a uno se le parecen? ¿Cómo afirmar la originalidad frente al conformismo que prevalece en el ambiente? Llevar una marca poco conocida e incluso desconocida traída de Estados Unidos o de Inglaterra permite, por ejemplo, afirmar su personalidad subrayando su diferencia. Un último comentario sobre el adolescente de los barrios. Para él, aún más que para los demás, el atuendo es esencial; la ropa de marca es sumamente importante. Es su “signo exterior de riqueza” De ahí que escoja las marcas más prestigiosas-Lacoste desde luego, pero también Ralph Lauren, etc.-que le dan la impresión de “ser alguien”.

Referencia:

Pierre-Henri Simón, (1966). *Los adolescentes tienen una facha particular*. (pp. 62-67)

ANEXO 5



Alumno: _____

Grado: _____ Grupo: _____

EVALUACIÓN DE CONOCIMIENTOS RESPECTO AL TALLER

Instrucciones: Contesta este cuestionario, el cual tiene como objetivo que evalúes el taller: “Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria”.

1. ¿Crees que los temas desarrollados en el taller tienen importancia en tu vida?
Si () No ()

¿Por qué? _____

2. ¿Cómo fue tu participación en las actividades del taller?

3. ¿Qué cambios en tu cuerpo cambian físicamente?

4. ¿Cómo se manifiesta la sexualidad en tu vida?

5. ¿Para ti, qué significa la amistad?

6. ¿Qué implica una relación de noviazgo?

7. ¿Qué mensaje te dejó este taller respecto al embarazo adolescente?

8. ¿Si alguien te presionara para tener relaciones coitales, pero tú no estás seguro (a), qué harías?

9. ¿Qué método anticonceptivo crees que es el indicado para la edad que tienes? ¿Por qué?

10. ¿El taller “Sexualidad para Adolescentes de Tercer Grado de Secundaria” te sirvió para reflexionar sobre lo importante que es prevenir un embarazo a tu edad? ¿Por qué?

¡Tu opinión es muy importante!

En este curso aprendí:

Ya sabía:

Me sorprendí por:

Me moleste por:

Me gusto:

No me gusto:

Me gustaría saber más acerca de:

Una pregunta que todavía tengo es:

Comentarios extras:

“Gracias por tu colaboración”