



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



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

**“INSTAGRAM COMO HERRAMIENTA EDUCATIVA PARA PREVENIR
EMBARAZOS NO DESEADOS, EN ADOLESCENTES”**

PROPUESTA PEDAGÓGICA

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

P R E S E N T A N:

**JIMENA ORNELAS ESPINOZA
MELISA SERVÍN VÁZQUEZ**

ASESORA:

ANGÉLICA DE GUADALUPE TERRAZAS DOMÍNGUEZ

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO DE 2021

AGRADECIMIENTOS

A DIOS

Por darme la vida y permitirme llegar hasta este punto, en el que puedo concluir por completo mi carrera. Por darme las fuerzas para seguir adelante y no rendirme a pesar de las adversidades.

A MIS PADRES:

Silvia y Lázaro, por haberme forjado como la persona que soy actualmente, todos mis logros se los debo a ustedes y este no es la excepción. Me formaron con muchas reglas y algunas libertades y siempre me motivaron a alcanzar mis sueños y pelear por ellos. Gracias por estar presentes y al pendiente de mí, por impulsarme a ser mejor cada día, por los valores que me inculcaron. Por ayudarme a creer en mí y enseñarme que, con dedicación y perseverancia, puedo lograr lo que yo me proponga. Gracias por ser unos excelentes padres porque hoy son mi ejemplo a seguir. Los amo infinitamente.

A MELISA:

Gracias por tantos momentos compartidos durante esta bella etapa, no hubiera podido seguir sin ti, eres una gran amiga y compañera. Gracias por los desvelos, por la dedicación y entrega a este trabajo. Gracias por soportar y aguantar a mi lado, todas las adversidades que atravesamos durante este tiempo. Estoy convencida de que fuiste el mejor regalo que Dios y la universidad pudieron dejarme. Infinitas gracias...

A NUESTRA ASESORA:

Gracias por estar al pendiente de nuestra tesis, por resolver nuestras dudas y ayudarnos a llegar hasta este punto.

Jimena

A Dios, por permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida. Por protegerme durante todo mi camino, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias, pero sobre todo de felicidad.

A mi mamá, por ser el pilar más importante. Siempre me has enseñado a luchar y salir adelante. Has hecho todo para que yo llegue hasta aquí, gracias por todo tu esfuerzo, comprensión, dedicación, apoyo ilimitado e incondicional. Gracias por la confianza que depositaste en mí, por haberme formado como una mujer de bien. Sin ti no habría logrado mi sueño, no hay palabras en este mundo para agradecerte. Te amo infinitamente.

A mi papá, que a pesar de la distancia me brindó su apoyo.

A mi mamá Angelita, tía Araceli, tío Alfredo, tío Armando, primas Araceli, Jazmín y primo Rommel quiero darles las gracias por formar parte de mí, por lo que me han brindado y por todas sus bendiciones

A Jimena, quien es parte fundamental de este trabajo. Gracias por tus aportes y dedicación, sin ti este trabajo no sería el mismo. Nos complementamos perfectamente y por fin logramos nuestro gran objetivo. Pero sobretodo, quiero darte las gracias por estar cuando más lo necesitaba, por creer en mí y siempre apoyarme. Dedico este momento especial a esa increíble amistad que surgió de la nada, pero que espero se mantenga por siempre. Gracias por llegar a mi vida y ser una amiga incondicional

A Stephanie, quien se ha convertido en una hermana para mí. En este momento tan importante y especial para mi vida, quiero agradecerte por acompañarme siempre de la mano, por reír y llorar conmigo, por siempre estar dispuesta a ayudarme, por no dudar de mí y siempre recordarme que yo puedo.

A nuestra asesora, por su valiosa guía y asesoramiento a la realización de este proyecto.

Melisa.

ÍNDICE

Introducción	6
Capítulo I. Adolescencia y Sexualidad	11
1.1 Concepto de adolescencia	11
1.2 Características en general	13
1.2.1 Cambios físicos	14
1.2.2 Cambios psicológicos	17
1.3 El adolescente y su pensamiento	18
1.4 Sexualidad	21
1.4.1 Concepto de sexualidad	21
1.4.2 El adolescente y su sexualidad	22
1.4.3 Importancia de una Educación Sexual	24
Capítulo II. Embarazo Adolescente	28
2.1 Definición	30
2.2 Causas	31
2.3 Consecuencias	34
2.4 Embarazo en México	36
2.4.1 Estadísticas	37
2.4.2 Prevención	41
Capítulo III. Constructivismo Social	46
3.1. Lev Semiónovich Vygotsky	46
3.2 Definición de Constructivismo Social	47
3.3 Didáctica Constructivista	49
3.3.1 Funciones de la Didáctica	50
3.4. Relación Constructivismo – Redes sociales	51
3.5. Tipos de educación	52
3.5.1. Educación Formal.	53
3.5.1.1. Características de la educación formal	54
3.5.1.2. Ejemplos de Educación Formal	54
3.5.2. Educación No formal	55
3.5.2.1. Características de la educación no formal	55
3.5.2.2. Ejemplos de la educación no formal	56
3.5.3. Educación Informal	56
3.5.3.1. Características de la educación informal	57
3.5.3.2. Ejemplos de la educación informal	58
3.6 Educación en redes por pandemia.	60

Capítulo IV. Redes Sociales	61
4.1. Definición	63
4.2. Tipos de Redes	65
4.3. Instagram	67
4.3.1. Historia	68
4.3.2. Características	70
4.3.3. Ventajas	72
4.4. El adolescente y las redes sociales	73
4.5. Redes sociales y educación informal	74
Capítulo V. Propuesta Pedagógica	78
5.1. Fundamentación teórica	83
5.2. Justificación	84
5.3. Objetivos	86
5.3.1. General	87
5.3.2. Específicos	87
5.4. Metodología	87
5.4.1. Aplicación	89
5.5. Resultados	92
Conclusión	93
Referencias	97
Anexos	104

INTRODUCCIÓN

El trabajo que a continuación se presenta, pretende ayudar a la problemática que se ha venido presentando a lo largo de los años en la población adolescente, que tiene que ver con cómo ejercen su sexualidad y que se manifiesta con el embarazo a temprana edad. Es un tema algo complicado ya que con el paso del tiempo, se ha “normalizado” el hecho de ver a jovencitas embarazadas y éstas cada vez son más chicas.

La adolescencia es una etapa con grandes oportunidades, pero también es altamente vulnerable por todos los cambios que se presentan. Las decisiones que se toman son muy importantes para el futuro de los individuos. Es por ello que se debe ayudar y orientar de la mejor manera a nuestros adolescentes: tanto hombres como mujeres, para que puedan tomar decisiones acertadas.

García y Figueroa (1992) mencionan que, en la población adolescente, la maduración sexual se está presentando más tempranamente. De igual manera, las relaciones sexuales premaritales entre adolescentes y jóvenes se están dando en edades más tempranas

Desafortunadamente la educación sexual que se imparte a los adolescentes es escasa, deficiente, poco clara y no por falta de información sino por cómo son abordados los contenidos. Nos preocupamos por que los adolescentes tengan toda la información posible pero no nos ponemos a pensar si están logrando tener un aprendizaje significativo, si esta información les está quedando clara o si tienen alguna duda. Sería adecuado que la educación sexual se imparta desde preescolar, de esta manera nos aseguraremos que los temas no sean nuevos en la adolescencia, sino que ya tengan un conocimiento previo y puedan hablar de estos temas con toda la normalidad, como si hablaran de otro tema.

“De acuerdo con cifras del Consejo Nacional de Población (CONAPO), 44.9% de las mujeres de entre 15 y 19 años tuvieron su primera relación sexual sin protección.” (INFOBAE, 2019, párr.2) Es aquí donde entra la duda: tuvieron relaciones sexuales sin protección ¿por gusto, por presión de su pareja o por la

desinformación? Sin importar la respuesta el problema sigue estando ahí, pues si lo hicieron por gusto, eso solo refleja la irresponsabilidad de los adolescentes. Si la decisión fue tomada por presión de su pareja, se debe trabajar en el aspecto de la asertividad para que puedan tomar decisiones firmes. En caso de que sea por falta de información, debemos orientar a los adolescentes y poner en práctica todos los métodos para que la información llegue de la manera adecuada a los receptores, en este caso: los adolescentes.

Los adolescentes mexicanos inician su vida sexual cada vez más frecuentemente antes de los 15 años. Cifras de la Secretaría de Educación Pública (SEP) revelan que de los jóvenes varones que cursan el bachillerato, 45% tuvo su primera relación sexual entre los 12 y los 15 años, y 35% de mujeres también la tuvo en ese rango de edad. (Hernández. L. 2015, párr. 1)

Lo grave de esa situación, señala la SEP, es que la cuarta parte de ellos no usaron un método anticonceptivo para evitar infecciones de transmisión sexual o un embarazo no planeado.

Las cifras son alarmantes; según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), hay más de 22 millones de adolescentes en el territorio nacional, y "más de la mitad de las mujeres de 12 a 19 años han estado embarazadas", dijo en entrevista Mónica Beatriz Aburto Arciniega, coordinadora del Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes de la UNAM. (INFOBAE, 2019, párr. 4)

Es por ello que este trabajo tiene el objetivo de proporcionar herramientas para que las y los adolescentes estén informados sobre su sexualidad y se puedan prevenir los embarazos adolescentes. Además de brindarles un espacio en el que se puedan expresar y puedan aclarar sus dudas sin miedo a ser juzgados.

Esta sociedad se caracteriza por la evolución tecnológica que ha experimentado en los últimos años, dicha evolución es a nivel mundial. Se han conseguido muchos avances entre ellos métodos de comunicación que décadas atrás eran inimaginables y hoy son una realidad. Ejemplo de esto es que ahora podemos

ahorrarnos tiempo al buscar información, pues en internet tenemos todo al alcance de un “click”. Antes teníamos que esperar tiempo para vernos con nuestros seres queridos y ahora con una simple videollamada podemos vernos a través de una pantalla. Otro ejemplo, es que podemos realizar cualquier trámite en la computadora y ya no es necesario acudir a las instalaciones e inclusive hacer largas filas para tener acceso a cierta información y/o trámites. El internet ha venido a facilitar y mejorar nuestra vida.

Hoy en día las nuevas tecnologías de la información nos ofrecen herramientas que nos brindan nuevas formas de comunicación e interacción. Desafortunadamente, no le dan la importancia ni el uso adecuado y ese es el motivo por el cual, hay tanta desinformación, pues los jóvenes se preocupan más por lo temas de moda que por su propia salud. Las redes sociales, por sus características se han convertido en los sitios preferidos de los adolescentes.

Los adolescentes suelen recurrir a las redes sociales para comunicarse, compartir lo que hacen en el día, conocer personas, en resumen, actividades relacionadas a socializar, pero también recurren a estas para encontrar respuestas a dudas sobre diversos temas, incluida la sexualidad. Por ello, se deben crear páginas en donde se brinde contenido que esté respaldado y esté bien sustentado. Se debe pensar en que los jóvenes no suelen expresar sus dudas a los adultos y prefieren confiar en la información que encuentras en internet.

Hay diversos sitios, páginas y cuentas en redes sociales con gran cantidad de información; que por la cantidad y diversidad puede resultar falsa, confusa o contradictoria para los adolescentes.

Entre las redes sociales, *Instagram* se ha convertido en una de las de mayor cobertura debido a que ofrece múltiples opciones de interacción, además de que su funcionamiento es muy sencillo. Las imágenes son las protagonistas y los jóvenes se sienten más atraídos por esta nueva forma de comunicarse.

En resultado a esto, la presente investigación desarrolla una propuesta con la cual se pretende contribuir a la formación de adolescentes en educación sexual por

medio de la planeación y publicación de contenido que vaya más allá de lo que enseñan en las escuelas. La finalidad es ayudar a disminuir el índice de embarazos en esta etapa y crear conciencia sobre las decisiones que se toman y las consecuencias que estas conllevan.

Este trabajo está conformado por cinco capítulos, conclusiones, bibliografía y dos anexos.

Comienza con el tema de la adolescencia, damos una definición, mencionamos los cambios físicos y psicológicos que se experimentan en esta etapa. También damos un panorama amplio sobre que es la sexualidad, como se relaciona esta con el adolescente y la educación sexual.

En el segundo capítulo se profundiza el tema de embarazo adolescente, se analizan las causas, así como las consecuencias a las que se enfrentan las y los adolescentes. Finalmente incluimos 8 institutos que imparten cursos, 2 talleres, 1 blog de internet al igual que la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo, etc. acerca de educación sexual para dar a conocer más propuestas que no han tenido la propagación adecuada para llegar hasta los jóvenes.

Posteriormente en el tercer capítulo iniciamos con la teoría del constructivismo, que fue la que elegimos para sustentar nuestra propuesta. Mencionamos cuál es la relación de dicho tema con las redes sociales. Agregamos un apartado referente a los tipos de educación, sus características y ejemplos e indicamos cuál es el tipo de educación que aplicaría con nuestra propuesta. Decidimos hablar un poco acerca de la educación en esta nueva normalidad a la que nos hemos tenido que enfrentar con la llegada del COVID-19.

El cuarto capítulo aborda el tema de redes sociales, cómo han ido evolucionando, cuáles son y su clasificación. Además, hablamos sobre cómo los adolescentes las utilizan en su día a día y las ventajas que obtendríamos si se implementara su uso en el ámbito educativo. Se hizo una relación de las redes sociales con el adolescente y con la educación informal.

Finalmente, en el quinto capítulo presentamos nuestra propuesta, la cual consiste en la creación de una cuenta en la red social *Instagram* dirigida especialmente a adolescentes, con el fin de informarlos acerca de temas relacionados con la educación sexual y así ayudar a la problemática del embarazo no deseado en adolescentes. Realizamos un pequeño análisis de los resultados obtenidos.

La mayoría de los jóvenes dicen tener conocimiento acerca de los métodos anticonceptivos, entonces ¿Por qué se presentan embarazos durante la adolescencia?

CAPITULO I

ADOLESCENCIA Y SEXUALIDAD

En este capítulo, hablaremos sobre la adolescencia, una etapa de grandes cambios físicos, psicológicos, cognitivos y sociales, pues este ciclo es el adiós a la infancia; cuando el niño se convierte en hombre y la niña en mujer. Es uno de los períodos más difíciles por los que pasa el ser humano a lo largo de su vida.

Se dará también, la definición de sexualidad y todo lo que ella conlleva. Así, se podrá analizar, qué papel juega en la vida del adolescente. Y cómo es que esta influye en su nueva etapa de crecimiento niñez-adulto.

Para nosotras es importante hablar sobre estos dos temas porque, en la etapa de la adolescencia es donde se da la madurez sexual. El poder hablar de sexualidad es informar y educar a los adolescentes, para que puedan identificar lo que es información no precisa, lo que les gusta y lo que no, pues muchas veces la falta de información (dentro de la escuela, en la familia y amigos) orilla a los jóvenes a comenzar su vida sexual, sin pensar, o ni siquiera imaginar las consecuencias que puede traer.

1.1. Concepto de Adolescencia

Todas las personas pasamos por diferentes etapas a lo largo de nuestro desarrollo humano, durante las cuales se sufren cambios físicos y psicológicos. La infancia y la adolescencia, son etapas iniciales y resultan ser de suma importancia en la construcción final del individuo.

La adolescencia es una etapa única en la que surgen cambios fisiológicos, mentales, afectivos y sociales. Cabe resaltar que, “durante mucho tiempo se creyó que la palabra adolescencia, derivaba del verbo *adolescere* (sufrir). Sin embargo, proviene del verbo en latín *adolesco*, que deriva de *ad+oleo*. Este verbo expresa la idea de crecer, desarrollarse, desenvolverse la razón, el dolor. El término remite al crecimiento físico y moral, y no al sufrimiento que causaría el periodo.” (Gabaldón y Guerrero, 2009, p. 21). Esto significa que más allá de los

cambios físicos existe un desarrollo mental. Durante el cual, la búsqueda del “quien soy” se vuelve más insistente.

Existen muchas definiciones, pero Pineda y Aliño (2002), la definen como:

...una etapa entre la niñez y la etapa adulta que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas, generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, esencialmente positivos. No es solamente un periodo de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. (p.16)

Es una época caracterizada por la aparición de la pubertad, el establecimiento de la independencia de los padres, la búsqueda de una identidad y el desarrollo de procesos cognoscitivos. Los padres de familia también deben adaptarse y apoyar a sus hijos ahora que están en la búsqueda de su identidad ya que, el adolescente va a pasar por muchas situaciones difíciles que le harán querer enfrentar y cuestionar a sus padres por todo.

“La pubertad es el fenómeno de crecimiento y maduración relacionado con cambios fisiológicos y hormonales, a diferencia de la adolescencia, que designa el aspecto psicológico y social de esta etapa de crecimiento y desarrollo acelerados.” (De la fuente, Medina y Caraveo, 1997, p. 183)

Hacer mención de la diferencia de estos dos conceptos es importante, muchas veces se confunde y se cree que son lo mismo, pero la verdad es que son etapas diferentes que tiene que pasar un individuo en su proceso de desarrollo y crecimiento. Durante la adolescencia, los jóvenes sufren diversas transformaciones físicas, psicológicas y cognoscitivas.

“La problemática del adolescente comienza con los cambios corporales, con la definición de su rol en la procreación y se sigue con cambios psicológicos.” (Aberastury, 1900, p. 21)

Es por eso, que los adolescentes tienen que comenzar a construir su propio entorno. Sin embargo, esto no quiere decir que los padres tienen que estar ausentes, al

contrario, es cuando más atención y comunicación deben tener con sus hijos para que ellos se sientan con plena confianza y no sientan pena de preguntar algo relacionado a su sexualidad. Muchas veces los padres suelen no querer hablar “de esos temas” con sus hijos o simplemente dejan que las escuelas se encarguen de hablar de sexualidad con sus hijos. Es un error muy grande que se comente, desafortunadamente, no todas las instituciones imparten este tipo de educación y donde lo hacen, no son tomadas con la formalidad que debería. El trabajo de colaboración debe ser entre toda la comunidad: padres de familia-docentes-alumnos.

1.2. Características en general

El inicio de la adolescencia se puede identificar fácilmente, ya que de acuerdo a Pineda y Aliño (2002), los cambios serán los siguientes:

- Aumento de peso, estatura y cambios corporales. Mejor conocido como “estirón”.
- Se produce un aumento de fuerza y masa muscular, aumento de la capacidad de transportación de oxígeno, se produce un incremento y maduración de los pulmones y el corazón, teniendo un mayor rendimiento y recuperación al hacer ejercicio físico.
- El incremento de la velocidad de crecimiento, cambios en la forma y dimensiones corporales y la maduración, no siempre ocurren de manera armónica, por lo que es común que presenten torpeza motora, incoordinación, fatiga y trastornos del sueño que pueden provocar trastornos emocionales y conductuales.
- El desarrollo sexual, se da por la maduración de los órganos sexuales, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y el inicio de la capacidad reproductiva.
- Los aspectos psicosociales están integrados de la siguiente manera:
 - Búsqueda de sí mismos y de su identidad.
 - Necesidad de independencia.
 - Tendencia grupal.

- Construcción del pensamiento crítico.
- Manifestaciones y conductas sexuales con desarrollo de la identidad sexual.
- Contradicciones en su conducta y estado anímico.
- Relaciones conflictivas con los padres (dependencia y necesidad de separación).

Conocer y detectar las características anteriores, ayudará a entender mejor al adolescente para que tenga un crecimiento auténtico y que pueda reflejar una realización personal. No podemos olvidar que no debemos reprimirlos para que no se sientan agredidos más bien debemos orientarlos para que puedan expresar siempre sus sentimientos sin sentirse mal o incómodos.

1.2.1. Cambios físicos

Se deben conocer bien cuáles son los cambios físicos que tienen tanto hombres como mujeres, para poder entender y apoyarlos en el proceso que van a comenzar y que muchas veces no se sabe cómo enfrentar. Durante la pubertad, se liberan secreciones hormonales, provocando cambios que también se ven influenciados por el sexo, la herencia genética, el tipo corporal, la nutrición y la salud.

Estos cambios aparecen y son más notorios en los primeros años, en las mujeres generalmente entre los 10 y 12 años y en los hombres entre los 12 y 14 años. Esto no quiere decir que en las edades posteriores el cuerpo no siga creciendo, pero en estos períodos los cambios son más evidentes. No todas las personas viven este proceso de igual forma, en algunos casos es posible que los adolescentes sufran esta transformación de forma más lenta o rápida que el resto de sus amigos. Aclarar este punto a los jóvenes es vital, pues algunos al escuchar las nuevas experiencias o cambios de sus amigos y no notarlos en ellos, se sienten mal y comienzan a cuestionarse y verse presionados por la llegada de los mismos.

Cambios físicos en los hombres:

- Agrandamiento del escroto, testículos y pene.
- Aparición de eyaculaciones nocturnas espontáneas.
- Crecimiento de vello púbico alrededor de los genitales, puede expandirse en los muslos y a veces al estómago.
- Aumentará el tamaño corporal (pies, brazos, piernas y manos), crecerán más rápido que el resto del cuerpo.
- Cambio de voz.
- Aumento de la sudoración, aparición de acné.

Cambios físicos en las Mujeres:

- Crecimiento de los pechos y ensanchamiento de caderas.
- Cambios en la vagina, útero y ovarios.
- Inicio de la menstruación y la fertilidad.
- Cambio en la forma pélvica, redistribución de la grasa corporal.
- Crecimiento de vello púbico y axilar.
- Aumento de estatura.
- Olor corporal fuerte, cambios en la piel y el acné.

Cambios físicos		
	Niñas	Niños
Vello corporal	Comenzará a aparecer vello en el pubis, piernas y axilas.	Crece vello en las axilas, piernas, cara y zona genital y el pecho.
Piel	Se torna más grasa por los cambios hormonales y aparecen granos en la cara y espalda. También sudarán más, por lo que deberán empezar a usar desodorante para evitar malos olores.	
Forma del cuerpo	Caderas ensanchadas, cintura afinada y	Aumento de estatura, hombros ensanchados,

	crecimiento de los pechos.	cadera afinada y aumento de peso.
Desarrollo Sexual	La menstruación marca el inicio de la madurez sexual. Los ovarios comenzarán a producir óvulos y se generará el endometrio en el útero, que luego se desprende al menstruar. Ocurre entre los 9 y 15 años. A partir de entonces, puede quedar embarazada.	Crecerá el pene y los testículos. Tendrá erecciones más frecuentes por el aumento de las hormonas sexuales que producen espermatozoides. Por las noches, tendrá eyaculaciones involuntarias (es normal y no debe avergonzarse)

(Gabaldón y Guerrero, 2009, p.55) Tabla 1. Cambios Físicos

Cuando las adolescentes empiecen a tener cambios como la menstruación y los adolescentes la eyaculación, debemos recordarles que es un cambio normal para que no se asusten o se sientan incómodos al ver cómo está cambiando su cuerpo y se vuelve más maduro y listo para la procreación. Se debe hablar siempre con la verdad y no ocultarles nada. Así mismo, debemos llamar a las cosas por su nombre y no ponerles apodo, esto ayudará al adolescente a que, cuando quiera expresar algún sentimiento o acción lo haga de la manera correcta y sin pena.

“Cuando el adolescente se incluye en el mundo con este cuerpo ya maduro, la imagen que tiene de su cuerpo ha cambiado, también su identidad, y necesita entonces adquirir una ideología que le permita su adaptación al mundo.” (Aberastury, 1900, p. 15)

Por esta serie de cambios hormonales que ocurren en el cuerpo de la mujer y el hombre, es que se considera la adolescencia, como una etapa de duelo o desequilibrio, debido a que las alteraciones físicas que ocurren, son síntomas de la

pérdida de la infancia. Lo anterior, llega a provocar que el adolescente se sienta tímido o raro dentro y fuera de su casa e incluso con sus amigos. Se está adaptando a su nueva vida como adulto, preparándose para dejar de ser un niño y asumir nuevas responsabilidades.

1.2.2. Cambios psicológicos

De acuerdo con Profamilia (*n.d.*) los cambios psicológicos que ocurren en esta etapa y que están ligados a los cambios corporales, llevan a que los adolescentes tengan una nueva relación con sus padres y con el mundo.

El momento en el que los adolescentes pierden su identidad de niño, los lleva a la búsqueda de una nueva identidad; eligiendo a algunos adultos como ideales. Los padres deben estar más al pendiente de sus hijos para orientarlos y ayudarlos a tomar la mejor decisión para poder elegir una identidad que de verdad les agrade y que no sea solamente por seguir una moda con la que tal vez hasta se sienten incómodos.

Las emociones del adolescente a veces parecen exageradas. Sus acciones son inconsistentes. Es normal que los adolescentes cambien repentinamente de estado emocional, entre la felicidad y la tristeza, entre sentirse inteligentes o no.

El adolescente, se enfrenta a situaciones diversas, como la desconfianza que tiene con los adultos, pues ahora ya no los tiene en el concepto de que son los buenos, pues se vuelve crítico. Adoptará una ideología y una personalidad de acuerdo a sus gustos y así, poder adaptarse al mundo.

Todos los cambios son normales y se presentan de la misma manera en los adolescentes. No es necesario diferenciarlos de hombres y mujeres como en los físicos. A continuación, se enlistan dichas conductas:

- Agresividad, rebeldía, aislamiento e inestabilidad.
- Cambios repentinos en los estados de ánimo, pueden pasar de la felicidad al enojo en cuestión de segundos.
- Necesidad de pertenecer a un grupo social.

- Cuestionan las decisiones de los padres y buscan libertad e independencia para elegir a las personas pertenecientes a su círculo social.
- Comienzan a sentir atracción física por otras personas.

La lista anterior, nos muestra un poco de los problemas a los que se enfrentan los adolescentes en su nueva etapa. Ayudarlos a pasarla de la mejor manera y hacerles saber que es normal que se sientan así es una tarea que nos compete a todos. Brindar orientación sexual en esta etapa debería ser prioridad para que aprendan a cuidarse y tengan una vida sexual plena y responsable. Es aquí donde empiezan a sentir atracción por el sexo opuesto y esto provoca que también quieran experimentar nuevas aventuras sin saber cómo cuidarse.

1.3. El adolescente y su pensamiento

Cuando se empieza la transición niño-adolescente, éste adopta un pensamiento abstracto y más crítico. Quiere encontrar una razón bien argumentada para darle sentido a todo.

La finalidad de lo anterior, es dejar de pensar “automáticamente” lo mismo que sus papás les dicen. Es decir, están en busca de una verdad absoluta, que los convenza de creer al 100%, en otras palabras, empiezan a generar pensamientos individuales, a interiorizar y apropiarse, con base a lo que han aprendido a lo largo de su vida y las nuevas influencias tanto de los medios de comunicación como de los amigos o personas que a cada niño o niña le signifique admiración o coincidencia de sus gustos, pensamientos, experiencias que los hagan identificarse y así sentir que tienen sus propios criterios.

“El nivel más elevado de pensamiento, el cual se adquiere en la adolescencia, recibe el nombre de pensamiento formal y está marcado por la capacidad para el pensamiento abstracto.” (Muñoz, *n.d.* párr.3)

Dicho pensamiento, se adquiere en la estancia escolar. Es ahí, donde el adolescente, comienza a poner en duda las teorías de los docentes. Comienza a cuestionarse sobre qué tan verdadera o no, es la información que se les brinda.

Una vez que se obtiene, se va fortaleciendo y mejorando con la propia búsqueda de información y análisis de la misma. Ya no se quedan con lo que se les dice y comienzan a sentir ganas de conocer cada vez más. Quieren preguntar constantemente el ¿por qué? de todas las cosas. Así es como crean su propio pensamiento crítico-formal.

Adicionalmente, estos cambios mentales causan que los adolescentes consideren quiénes son y quiénes quieren llegar a ser. Este proceso se llama la formación de identidad y es una actividad mayor durante la adolescencia. Comienzan a fijarse metas y a querer construir/pensar en su futuro de una manera más personal y tomando un rol “maduro” para su toma de decisiones.

Características del pensamiento de los adolescentes.

De acuerdo con Muñoz, A. (*n.d.*) Es normal que el adolescente:

1. Encuentre fallas en las figuras de autoridad: ahora que ya saben que los padres, profesores y/o adultos, no siempre tienen la razón ni tienen la respuesta correcta a todo, lo hacen saber. Sin embargo, los adultos, suelen tomarlo como algo personal y ahí comienzan los conflictos.
2. Tienen a discutir: para conocer los diferentes puntos de vista, es más factible que participen en debates, donde puedan defender sus posturas y aprender a argumentar. De esa manera, comienzan a formar su carácter en los diferentes ámbitos de su vida cotidiana.
3. Indecisos: les es difícil tomar una decisión, por fácil que ésta resulte. Buscan los pros y contras de cada opción que tienen, para elegir la mejor. En ocasiones preguntan a sus amigos, sus pares e incluso en internet. De ahí viene el análisis de información brindada y creación de pensamiento crítico.
4. Hipocresía aparente: no son capaces de diferenciar entre el expresar una idea y hacerlo de manera coherente. Por ejemplo, pueden ser partícipes de

una marcha a favor de la paz usando la violencia. No saben hacer uso de su libertad.

5. Autoconciencia: se sienten observados y juzgados por todos. Creen que tienen la capacidad de “saber” qué piensan los demás y desafortunadamente, piensan que son el centro de atención, y que, si alguien se ríe, es porque algo no les agrada.
6. Centrados en sí mismos: los adolescentes se sienten como el centro del universo, no confían en las reglas y hasta son capaces de crear las propias para no tener que estar bajo las órdenes de los adultos.

Para nosotras, poder entrar y ser parte del mundo de los adultos significa para el adolescente la pérdida definitiva de su niñez. Entrar en el mundo de los adultos es todo un logro para los adolescentes, el sentirse independientes, importantes y dueños de su propia vida y sus decisiones. Este momento es definitivo en la vida del ser humano.

Los adolescentes podrán pensar más como los adultos, pero todavía carecen de la experiencia necesaria para actuar como adultos. Como resultado, su comportamiento puede no encajar con sus ideas. Es necesario apoyar y orientar a los adolescentes a que se entiendan mejor a sí mismos. Que no quieran “correr antes de caminar”, deben ser pacientes para comenzar a vivir su vida y no deben acelerar el proceso, pues de hacerlo, se perderán de momentos y/o situaciones que más adelante se lamentaran haber perdido por querer crecer demasiado rápido. Si viven esta etapa con libertinaje, puede que se lamenten de haber hecho cosas que dañaron su salud, integridad física e inclusive tuvieron excesos.

Después de analizar lo anterior, y con base a lo revisado, nosotras creamos nuestro concepto y definimos la adolescencia como:

Periodo de vida que se da entre la niñez y la edad adulta, la pubertad (10 a 15 años) es el inicio de esta etapa que finaliza entre los 18 y 19 años. Este ciclo es muy

importante pues, se presentan cambios físicos y psicológicos que los preparan para incorporarse al mundo de los adultos y ser independientes.

1.4. Sexualidad

Muchas veces se confunden los términos sexo y sexualidad. En este apartado dejaremos en claro que no es así, “sexo” es la manera que nos diferenciamos como mujer u hombre según las características biológicas. La “sexualidad” consiste en algo más que lo anteriormente mencionado, es el conjunto de factores biológicos, culturales y sociales, es decir, que no se pueden tocar ya que, se incluyen nuestros valores, actitudes, crecimientos, sentimientos, emociones, sensaciones, etc.

No podemos elegir nuestro sexo, pero si podemos elegir la manera de ejercer nuestra sexualidad, esto se logra a través de la forma en la que nos relacionamos con los demás. Por eso, es importante que sepamos la diferencia entre estas dos, pues muchas veces se confunde o nos referimos solamente al sexo como relaciones coitales entre las personas.

1.4.1 Concepto de sexualidad

Para que los conceptos nos queden más claros. Nos dimos a la tarea de explicar, de manera breve, qué es la sexualidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018) la define como:

“Un aspecto central del ser humano que está presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Se siente y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones.”

Para Vargas y Rosado (2010) la sexualidad es:

“...algo con lo que estamos conectados desde que nacemos, hasta el día en que morimos y encierra una gran responsabilidad... Entenderla y manejarla de manera inteligente y segura es un rollo que toma tiempo.” (p. 249)

Retomando otro concepto de sexualidad, la Secretaría de Salud de la Ciudad de México, (2014) la define como:

...una dimensión fundamental del hecho de ser humano; incluye al sexo, al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva, el placer, el amor y la reproducción... se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. Es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales... se practica y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos. (p. 14)

Decidimos trabajar con el último concepto, proporcionado por la Secretaría de Salud de la Ciudad de México (2014), nos parece que es el más completo y nos puede servir para la realización de nuestro proyecto. De igual manera, concordamos con Vargas y Rosado (2010), cuando hacen referencia a que la sexualidad implica una gran responsabilidad y debemos aprender a entenderla para manejarla de la mejor manera y podamos tomar decisiones más firmes.

Los conceptos anteriores nos permiten tener una definición más amplia de lo que implica la sexualidad, con ellos nos damos cuenta de que va más allá de tener pene o vagina o tener relaciones sexuales. Involucra sentimientos, actitudes, pensamientos, valores, entre otras cosas y es algo con lo que nacemos y con lo que morimos, va cambiando dependiendo de la etapa en la que nos encontremos y la manera en la que nos vamos relacionando con la sociedad.

1.4.2. El adolescente y su sexualidad

En la actualidad, la población adolescente sigue estando carente en cuanto a recibir una educación sexual. No es por la falta de información, sino porque existe una falta de comunicación con la familia e instituciones educativas y el incorrecto manejo de información entre amigos y medios de comunicación.

Por lo anterior, se le debe dar importancia al tema de la sexualidad y más en la etapa de la adolescencia, debido a que como ya mencionamos, es una etapa con cambios significativos. Por consiguiente, los adolescentes tienen dudas y temores que deben ser aclarados de la mejor manera para que así, ellos puedan tomar la mejor decisión en cuanto a su personalidad. Que no tengan miedo de presentarse ante la sociedad y ante sus familiares con la nueva identidad que acaban de adoptar y que será la que los acompañará durante algún tiempo o toda su vida.

En esta etapa surgen sensaciones e impulsos sexuales que están relacionados con los cambios biológicos. De ahí, derivan los cambios hormonales, que provocan el deseo sexual y el comienzo de la vida sexual activa.

Al iniciarse la pubertad aumenta la preocupación por la sexualidad. En la primera etapa de la adolescencia es frecuente la masturbación y las fantasías sexuales, suelen darse juegos sexuales, en ocasiones con compañeros del mismo sexo, motivando dudas sobre la orientación sexual, con ansiedad y sentimientos de culpa. La masturbación es más frecuente en los chicos que en las chicas. Generalmente está motivada por la curiosidad y el deseo de disfrutar un placer intenso. Más adelante puede ser vivida como una descarga de ansiedad o de tensiones. (Secretaría de Salud, 2015, párr. 2)

Sin embargo, esta temática se ha convertido en un tema de discusión, aún se tienen muchos tabúes y prejuicios, los cuales se vuelven un obstáculo para poder abordar dicho tema con los adolescentes de una forma natural. El inicio de las relaciones sexuales resulta ser un tanto preocupante para los padres de familia.

“En relación al tema de la sexualidad... nuestros niños, adolescentes y jóvenes tienen una gran desinformación en este rubro debido a muchos mitos y tabúes... nos parece importante que se empiece a educar al adolescente en los aspectos más importantes y significativos de su vida.” (Saavedra et. al., 2006: 5)

La información brindada debe ser la adecuada. Se deben dejar mitos y tabúes atrás. Hablar con la verdad ayudará al adolescente a confiar en los adultos. Poner al adolescente en situaciones reales de lo que implica el uso de la sexualidad en su totalidad, hará que al vivir o pensar en ciertas circunstancias, éste haga conciencia

de lo que está haciendo con su vida. Los padres de familia juegan un papel importante en esta etapa, deben guiar a sus hijos y ellos mismos deben trabajar y pensar que el mundo está cambiando y no pueden seguir educando a sus hijos de la misma manera que ellos fueron educados (haciéndoles creer que tener relaciones sexuales es malo).

La escuela, debe trabajar para brindar una educación sexual adecuada a cada nivel educativo. Es importante saber qué se le puede decir a cada población, de acuerdo a la etapa por la que está atravesando. Se debe agregar dicho tema desde educación preescolar, para que de esta manera, desde pequeños empiecen a tener acercamiento a este tema y comiencen a ver las cosas con más naturalidad (por ejemplo, dejar de poner apodosos a los aparatos reproductores y llamarlos por su nombre: pene y vagina, sin sentirse incómodos).

1.4.3. Importancia de una Educación Sexual

Existen diferentes definiciones y posturas cuando hablamos de educación, hablar de educación sexual no es la excepción, por ello a continuación presentamos diferentes definiciones de algunos autores.

Fernando Barragán (1999):

“La educación sexual, en sentido amplio, constituye el intento de transmisión de las concepciones, normas y valores morales e ideología que cada cultura considera que deben servir para preservar el modelo social, cultural y económico.” (p.17)

Hilda Santos (2007):

“Se considera que la educación sexual consiste en el conjunto de influencias que reciben los sujetos a lo largo de toda la vida, con objetivos explícitos que inciden en:

- La organización de la sexualidad
- La construcción de la identidad
- El ejercicio de los roles femeninos y masculinos
- La manera de vincularse con los demás
- La formación de actitudes hacia lo sexual

- La incorporación de valores, pautas y normas que funcionan como marcos referenciales sobre los múltiples comportamientos sexuales
- La construcción de conocimientos sobre los distintos aspectos de la sexualidad” (p.13)

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) (2016):

La educación sexual integral es un enfoque de la educación sobre sexualidad basado en los derechos y con perspectiva de género, tanto dentro como fuera del ámbito escolar... Incluye información científicamente precisa sobre desarrollo humano, anatomía y salud reproductiva, así como información sobre anticoncepción, parto e infecciones de transmisión sexual (ITS)... Y va más allá de la información al ayudar a los y las jóvenes a explorar y cultivar valores positivos en torno a su salud sexual y reproductiva. (párr. 4-5)

La educación sexual puede ser entendida como un proceso de enseñanza-aprendizaje. Su objetivo principal es que los niños y jóvenes, tengan los conocimientos teórico-prácticos suficientes sobre este tema.

Se reconoce la importancia de dotar a los adolescentes de dicho tema, para que tengan conocimientos y habilidades a la hora de tomar decisiones respecto a su vida y sean conscientes de que todas las decisiones traen consecuencias y deben afrontarlas de la mejor manera.

Incluye información sobre el desarrollo humano y salud reproductiva, así como métodos anticonceptivos, embarazos e infecciones. Y va más allá de solo proporcionar información, brindar este tipo de educación a los adolescentes les ayudará a explorar y cultivar valores en torno a su vida sexual y reproductiva.

El embarazo debe ser abordado desde el espectro más amplio de las capacidades para la vida o de educación sexual, y no como un tema aislado y diferente”, afirmó Joanna Herat, responsable principal del Proyecto de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (UNESCO). "Integrarlo en las competencias para la vida o en la educación sexual, significa también que el tema se aborde tanto con las niñas como con los niños – reconociéndose a la vez que los alumnos de ambos sexos deben desempeñar un papel en la toma de decisiones sobre

una vida sexual sana, tanto en el presente como en el futuro. (UNESCO, 2017, párr. 6)

Debemos mencionar que existe una relación al hablar de educación entorno a la sexualidad: educación sexual y educación integral de la sexualidad. Es necesario aclarar las diferencias que existen entre ellas. La primera, como ya mencionamos anteriormente, hace referencia a la enseñanza de temas sobre la sexualidad humana, de manera biológica y lo que está relacionado a ello, como por ejemplo relaciones sexuales, orientación sexual, métodos anticonceptivos, la reproducción, la planificación familiar, entre otros. Se suele dar más en el entorno en el que se desarrolla el ser humano, es decir, de manera espontánea. Cabe mencionar, que la información puede variar, dependiendo de la cultura de cada individuo. No todas las personas creen pertinente tocar dicho tema con sus hijos, creen que aún son unos niños demasiado inocentes para tener conocimientos del tema.

La UNESCO 2019, define la educación integral de la sexualidad como:

Un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en planes de estudios que versa sobre los aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad. Su propósito es dotar a los niños y jóvenes de conocimientos basados en datos empíricos, habilidades, actitudes y valores que los empoderarán para disfrutar de salud, bienestar y dignidad; entablar relaciones sociales y sexuales basadas en el respeto; analizar cómo sus decisiones afectan su propio bienestar y el de otras personas; y comprender cómo proteger sus derechos a lo largo de su vida y velar por ellos. (párr.3)

La educación integral de la sexualidad, busca el fortalecimiento de los valores que ya se tienen. Es más estructurada, se enseña de acuerdo a la edad, para evitar confusiones y desacuerdos. Los temas se enseñan con información rigurosa, realista y sin prejuicios, que ayudará a los individuos, a entender de una mejor manera dicho tema.

Como conclusión, la educación integral de la sexualidad es un paradigma, que se centra en difundir que la sexualidad va más allá de ser hombre o mujer, tiene que ver con las relaciones personales, la forma de vestir, de actuar, etc. Tiene diversos

enfoques y uno de ellos es la educación sexual, la cual es más que solo saber poner un condón. Es también saber sobre consentimiento, respeto y empatía hacia tu pareja sexual; conocimiento del propio cuerpo, asertividad para saber decir que es lo que te gusta y lo que no.

Trabajaremos con el término de educación sexual. Consideramos que la definición otorgada por el Fondo de Población de las Naciones Unidas (2016), engloba aspectos fundamentales sobre la sexualidad, pues menciona diversos temas de interés para nuestro proyecto.

Se espera que, con el uso de dicha teoría, las personas sean capaces de defender sus derechos y emociones; y tomar las decisiones que ellos crean pertinentes y que no afecten de ninguna manera a su calidad de vida.

CAPITULO II

EMBARAZO ADOLESCENTE

En el presente capítulo se abordará el embarazo adolescente, sus causas y consecuencias a las que se enfrentan las y los adolescentes. Se presentan datos estadísticos de esta problemática en México, para ver cómo ha aumentado, aun cuando ya se han hecho diversos talleres y programas como medio de prevención.

En la actualidad, los adolescentes tienen una vida sexual activa a temprana edad y suelen no utilizar algún método anticonceptivo; consecuencia de ello es el embarazo adolescente. Para el cual, no están preparados, ya que aún están en pleno desarrollo y no han madurado lo suficiente, para tener a su cuidado a un bebé.

“Al año 2003 se estimaba que la edad promedio de inicio de las relaciones sexuales era alrededor de los 17 años, sin embargo, en trabajos más recientes al respecto, se ha visto una tendencia a una mayor precocidad.” (León, Minassian y Borgoño, 2008, p.2)

Los jóvenes desde los 12 años comienzan a experimentar nuevas cosas. Empiezan con los noviazgos que, aunque parecieran inocentes porque aún están “chiquitos”, son alarmantes debido a que desde temprana edad quieren actuar como adultos teniendo novio (a) y aunado a ello, comienzan a darse besos y a tener otras experiencias como los llamados “fajes”.

Un embarazo en la adolescencia, puede causar temor. Es importante que éste sea planeado y no sea producto de la falta de información. De no ser así, puede ocasionar problemas en el proyecto de vida de la madre y el padre. La mayoría de las veces se ve más afectada la vida de la madre, ya que es ella quien lleva al bebé y el padre suele no hacerse responsable y de hacerlo, no es tan difícil como para la mujer. Vivimos en una sociedad machista en la que se castiga a la mujer por empezar su vida sexual a temprana edad, pero al hombre se le festeja la misma acción y entre más actividad sexual tenga, mejor.

El hacer mención de ambos sexos nos es fundamental, pues es importante reconocer el embarazo adolescente como una problemática que compete tanto a hombres como mujeres. Muchas veces, se deja toda la responsabilidad a las mujeres y la realidad es que, ambos tienen el compromiso y deben hacerse cargo. Es fundamental hacer entender a los adolescentes que todas las decisiones tomadas, como mantener relaciones sexuales con su pareja sin la debida protección, traerá consecuencias (buenas y malas) y se tienen que afrontar con madurez.

Este es un problema a nivel mundial, ya que en las Estadísticas Sanitarias Mundiales 2014, se indica que la tasa media de natalidad mundial entre las adolescentes de 15 a 19 años es de 49 por 1000 jóvenes. Las tasas nacionales oscilan de 1 a 299 nacimientos por 1000 jóvenes, siendo las más altas las del África Subsahariana.

De acuerdo con la OMS, en el año 2014 se registró que:

- Unos 16 millones de adolescentes de 15 a 19 años y aproximadamente 1 millón de niñas menores de 15 años dan a luz cada año, la mayoría en países de ingresos bajos y medianos.
- Las complicaciones durante el embarazo y el parto, son la segunda causa de muerte entre las adolescentes de 15 a 19 años en todo el mundo.
- Cada año, unos 3 millones de adolescentes de 15 a 19 años se someten a abortos peligrosos.
- Los bebés de madres adolescentes, se enfrentan a un riesgo considerablemente superior de morir que los nacidos de mujeres de 20 a 24 años.

Estos datos nos llevan a realizar un análisis más a fondo sobre esta situación. Al reconocer la magnitud del problema, de dónde deriva y sus complicaciones,

podremos hacer una intervención adecuada para intentar que esto no siga en aumento.

2.1. Definición de embarazo adolescente

Eva París (*n.d*), lo define como:

“...aquel que ocurre dentro de los primeros dos años de edad ginecológica (tiempo transcurrido desde la menarquía) y/o cuando la adolescente es aún dependiente de su núcleo familiar de origen o no han alcanzado la mayoría de edad jurídica (variable según los distintos países del mundo).” (párr.1)

Secretaria de Salud (2002):

“El embarazo durante la adolescencia es considerado por la OMS como un embarazo de riesgo, debido a las repercusiones que tiene sobre la salud de la madre y el producto, así como las secuelas psicosociales, particularmente sobre el proyecto de vida de los/las jóvenes” (p.13)

Por embarazo adolescente nos referimos a aquel que ocurre en mujeres menores de 20 años, lo cual genera problemas en el ámbito de salud, económico, social, etc.

En esa etapa, el adolescente no es lo suficientemente maduro ni sexual, ni bio-psico-social (psicosocialmente) hablando para asumir la paternidad o maternidad de una manera responsable. Lo anterior, debido a que él y la adolescente aún no terminan su etapa de crecimiento y no están listos, ni tiene los conocimientos necesarios para atender de manera eficiente a un bebé.

Un embarazo adolescente suele tener complicaciones; León, Minassian y Borgoña (2008) clasifican en tres, los factores de riesgo a los que se enfrentan los adolescentes:

- 1.- Individuales: bajo nivel académico, impulsivos, estar de acuerdo con las creencias y tabúes que dicen los demás y la no planificación familiar.
- 2.- Familiares: desacuerdos familiares, antecedentes de madre/ hermanas embarazadas en la adolescencia y baja escolaridad de los padres.

3.- Sociales: estrés, delincuencia, aglomeración en la ciudad, alcoholismo, drogadicción, comienzo de trabajo a temprana edad y fin de la libertad y privilegios de adolescente.

Como ya lo mencionamos anteriormente, el embarazo en la adolescencia está rodeado de diversas secuelas, una de ellas, es alto riesgo para la salud tanto de la madre, como del bebé. Se enfrentan a un cambio radical, en el cual aún no terminan su crecimiento al cien por ciento.

Para la OMS (2009), algunos de los problemas de salud que se derivan de un embarazo adolescente son:

- Los cuerpos más jóvenes no están plenamente desarrollados para pasar por el proceso del embarazo y el parto en cuestiones adversas.
- Las madres adolescentes se enfrentan a un riesgo más alto de parto obstruido que las mujeres mayores de 30 años.
- Una gran cantidad de mujeres embarazadas muy jóvenes no tienen acceso a servicios que les permitan ponerse en manos de profesionales capaces de atenderlas en caso de un parto obstruido.

Además, los riesgos que presenta una adolescente son muy similares a los de una mujer mayor por las condiciones de falta de nutrientes para el embrión, y feto al desarrollarse, por lo que en ambos casos generalmente son considerados embarazos de alto riesgo.

Nos podemos dar cuenta que existen múltiples riesgos para la salud de las adolescentes durante el embarazo, que incluso podrían causar la muerte. Asociado a esto, existe otra situación que afecta la salud de la adolescente que es el interrumpir el embarazo de una manera clandestina.

2.2. Causas

Se pueden encontrar diversas causas por las cuales se puede dar un embarazo en la etapa de la adolescencia, aquí se describen algunas de ellas:

- Uso de métodos anticonceptivos

Un factor importante que se asocia como causa del embarazo adolescente, es la falta de información que pueden llegar a tener los jóvenes acerca del uso de métodos anticonceptivos. Sin embargo, hoy en día sabemos que un embarazo adolescente no se podría justificar en la falta de información, ya que existen muchos medios por los cuales ésta se puede adquirir.

En el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE) se realiza una encuesta a jóvenes mexicanos. Los datos de la Encuesta Nacional de la Juventud 2012, nos arroja que, entre los motivos para no hacer uso de estos métodos, el 46.1% de los varones mencionan que no les gusta usarlos, en cambio el 32.8% de las mujeres señaló la misma causa. “No están de acuerdo en usarlos” el 21.1% de los hombres, porcentaje que desciende al 13.6% en el caso de las mujeres. El 14.2% de las jóvenes dijo que su pareja no estaba de acuerdo con usarlos, proporción que disminuye a 9.8% en el caso de los varones. (IMJUVE,2012)

Esto es de gran importancia porque entonces, el problema no reside en la falta de conocimientos, sino en las actitudes que llegan a tener los adolescentes al iniciar su vida sexual. Pensar que si se protegen (usan condón) el placer no va a ser igual, podría ser una muestra de inmadurez. Aquí es donde demuestran que no son tan adultos como ellos piensan, pues no están listos para aceptar que deben cuidarse para prevenir embarazos no deseados o Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS).

Para nosotras, el tener una educación sexual clara, pertinente y certera, ayudaría a que los jóvenes entiendan que la sexualidad es algo natural y no les de pena pedir información o comprar algún método anticonceptivo. También se desmitificaría que utilizar condón es sinónimo de menor placer; pues los adolescentes sabrían que el placer y la protección no son polos opuestos.

- Sociales

Como mencionamos en el capítulo anterior, la etapa de la adolescencia presenta muchos cambios, uno de ellos es la necesidad de pertenecer a un grupo social. Los amigos se convierten en personas más importantes que la propia familia, por lo que

la presión o críticas que hacen, influyen en las decisiones y en la forma de actuar de los jóvenes.

Entre los grupos de jóvenes suele existir una gran presión para tener relaciones sexuales, pues el que ya ha iniciado su vida sexual es más popular que los que aún no lo han hecho. Inclusive, a veces pareciera que el hecho de ser “virgen”, te hace acreedor a burlas y rechazo de los demás. No debemos dejar de lado que también tienen relaciones sexuales por el hecho de experimentar y sentir placer, y está bien ya que es un derecho. Nosotras pensamos que se debe ser responsable de las consecuencias que esta decisión puede traer y por ello, deben hacer consciencia y pensar en su vida a futuro. Se debe hacer un buen uso de los métodos anticonceptivos y ejercer nuestra sexualidad de manera plena.

Nosotras consideramos que los adolescentes que no han iniciado su vida sexual, comienzan a sentirse fuera de contexto y se presionan por tener relaciones sexuales. Su falta de información, los lleva a actuar sin pensar en las consecuencias que se pueden presentar al no ejercer con responsabilidad su sexualidad. Hacen algo de lo que aún no están 100% seguros y solamente para “no estar fuera de onda” con sus amigos.

Gispert (2004), observó las actitudes que llevan a los adolescentes a tener un embarazo no deseado y las clasifica de la siguiente manera:

Incidentes intrafamiliares:

- Falta de comunicación con los padres.
- Ambiente hostil en la familia.
- Distanciamiento con la madre.
- Actitud negativa por parte del padre (agresivo, padres separados, etc.)
- Ausencia de la madre, por ser jefa de familia.
- Distanciamiento con los padres por aplicar castigos.
- Vicios dentro de la familia.
- Peleas con hermanos.

Deseo de embarazo:

- Para tener a alguien propio a quien amar.
- Sentirse amada.
- Para entender mejor a su madre.
- Para “amarrar” a su pareja y no quedarse solas.

Ejercicio de vida sexual activa:

- Relaciones sexuales con el novio/a
- Conducta sexual promiscua.
- Antecedentes de abuso sexual.

Conducta escolar:

- Poco interés en lo académico (falta, reprueba, etc.)
- Irrespetuosa con sus profesores y compañeros.
- Busca una pertenencia con los varones e incluso, con los mayores.
- Poca participación (deportes, talleres, etc.)

Falta de autoestima:

- Poca interacción con sus compañeros.
- Desconfiado y temeroso.
- Busca llamar la atención de los demás.
- Se muestra dependiente del varón.
- Conductas infantiles.
- Se introduce en el mundo de las drogas, alcohol y tabaco.

2.3. Consecuencias

Un embarazo adolescente, es preocupante porque los jóvenes se enfrentan a una nueva situación para la que probablemente no están preparados al 100%, pues se producen cambios drásticos en su vida. Tienen que asumir nuevos roles y esto limita su desarrollo personal y la mayoría de las veces, dificulta su proyecto de vida.

Dentro de las múltiples consecuencias del embarazo adolescente, Caraballo (2018), las cataloga en:

Biológicas.

- Aborto: las complicaciones surgen cuando éste se realiza de manera ilegal, ya que la edad y la condición médica, no son las adecuadas. Lo anterior, puede producir hemorragias, laceraciones vaginales, anemia, perforaciones, esterilidad, entre otras.
- Mala nutrición: carencia de nutrientes y vitaminas que ayuden al bebé a crecer sano.
- Partos prematuros: los bebés nacen a las 37 semanas de gestación.
- Bebés con bajo peso: debido a la inmadurez del cuerpo de la madre, el útero no se ha desarrollado completamente.
- Los bebés suelen tener problemas de salud y trastornos de desarrollo.
- El bebé suele nacer con malformaciones.

Psicosociales.

- Falta de madurez para criar a un bebé: los adolescentes aún no terminan su etapa de desarrollo a la adultez, por ende, no son capaces de hacerse cargo de otra persona. La maternidad/paternidad, es tomada como un juego.
- Miedo al rechazo: los padres se enfrentan a las críticas de los demás por la corta edad, ello conlleva a que se aíslen de la sociedad.
- Rechazo al bebé: la autoestima de los padres se reduce, ya que no están listos para asumir la responsabilidad tan grande de hacerse cargo de un bebé y dejar su vida de solteros, llena de diversiones.

En algunas ocasiones las adolescentes reciben el apoyo de sus familias para que después de dar a luz puedan retomar sus estudios. Esto no soluciona todo, en algún punto se enfrentan con el problema del cuidado de su hijo y comienzan a faltar a la escuela, no cumplen con tareas y tienen un alto índice de materias reprobadas.

La mayoría de las y los adolescentes cuando se enfrentan a esta realidad y se dan cuenta que les está costando más trabajo cumplir con sus obligaciones escolares,

deciden desertar y se enrolan lo antes posible en cualquier trabajo: cajero de autoservicio, ayudante de limpieza, ayudantes generales en algún establecimiento, etc. con un salario mínimo y la posibilidad de retomar sus estudios es muy baja. De ahí se deriva el problema económico, pues con el salario mínimo, no puede solventar todos los gastos que conlleva el tener un bebé (pañales, leche, comida, enfermedades, etc.)

Es importante crear conciencia en los adolescentes sobre todos los riesgos que corren, tanto hombres como mujeres, al tomar una decisión tan importante como lo es el inicio de la vida sexual. Para ello, se debe hacer una recopilación de los datos obtenidos sobre nuestro país, para saber qué medidas de prevención se pueden utilizar, implementar o mejorar para que este tema deje de ser un problema en la sociedad y pueda erradicarse de raíz.

2.4. Embarazo en México

El embarazo afecta de manera negativa en la vida de los adolescentes en ámbitos como salud, economía, diversión, libertad, etc. En México, el tema también da de qué hablar. Cada día se conocen casos de niñas que se embarazan a temprana edad (desde los 12 años).

“México tiene la mayor tasa de natalidad en mujeres adolescentes de todos los países pertenecientes a la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE): 62 embarazos de cada 1000, son de niñas adolescentes.” (Villa y Jiménez, 2019, párr.1)

El embarazo adolescente es una problemática que se ha ido manifestando y que con el transcurso de los años los índices han aumentado.

De acuerdo con el Consejo Nacional de Población (CONAPO) actualmente en nuestro país existen 22.4 millones de adolescentes entre los 10 y 19 años de edad. El embarazo adolescente cobra cada vez mayor importancia debido a que 1) las mujeres de 15 a 19 años de edad constituyen el grupo de mayor tamaño entre los grupos quinquenales de mujeres en edad fértil. 2) la disminución de la fecundidad entre adolescentes es menor que en otros grupos de edad, tanto

por su bajo uso de anticonceptivos [...] como por el aumento del porcentaje de la población adolescente que ha sido alguna vez sexualmente activa. (Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes, ENAPEA, 2015:15)

Nuestro país, es uno de los más altos en las tasas de natalidad adolescente, por ello, es prioridad lograr que las cifras disminuyan cada día más. Crear conciencia en los adolescentes sobre la vida con una responsabilidad tan grande y mostrarles los “privilegios” a los que tienen que renunciar (salir de fiesta, con sus amigos, ver televisión, etc.), puede funcionar como un método de prevención, si se hace de la manera correcta.

“El embarazo en las y los adolescentes afecta negativamente a la salud, la permanencia en la escuela, los ingresos presentes y futuros, el acceso a oportunidades recreativas, sociales y laborales especializadas y de calidad y el desarrollo humano. Además del embarazo, tener relaciones sexuales sin protección implica un riesgo permanente de adquirir una infección de transmisión sexual.” (Instituto Nacional de Mujeres, 2019)

Conocer todos los riesgos a los que se enfrentan es indispensable, para que el tema de las relaciones sexuales no sea tomado tan a la ligera. Deben estar conscientes de que además de querer prevenir embarazos, también se busca erradicar el problema de las enfermedades de transmisión sexual. Se darán cuenta que esto implica acciones que pueden perjudicar su vida futura en aspectos: personales, académicos, económicos, entre otros.

2.4.1. Estadísticas

Las siguientes cifras nos ayudarán a darnos cuenta de la gravedad de esta problemática.

Los datos que se muestran a continuación son otorgados por Villa y Jiménez (2019), algunas estadísticas en México son las siguientes:

- En 2017, dos de cada diez nacimientos en México, son de una mujer menor de 20 años.

- Las variaciones en México, van de 97 adolescentes, por cada 1000 mujeres embarazadas entre la clase más desfavorecida.
- 15 adolescentes por cada 1000 mujeres embarazadas en la clase más alta.

A lo anteriormente mencionado agregaríamos que Valdez (2019), muestra que:

- En Latinoamérica, México ocupa el primer lugar en embarazo adolescente.
- Se registran al año 2 millones 234 mil 039 nacimientos, de los cuales, 390 mil fueron de mujeres de entre 10 y 19 años.
- Datos del INEGI establecen que 59% de las adolescentes de 12-19 años con antecedente de embarazos, solo cursó hasta la primaria.

Los datos proporcionados son muy importantes. Por ello, se debe hacer énfasis en seguir trabajando en la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes para lograr que México, descienda del primer lugar de embarazo adolescente en Latinoamérica.

Es fundamental tener presente que para que la estrategia funcione, se debe trabajar en conjunto: padres, alumnos y docentes, debemos dejar de lado nuestros prejuicios que nos llevan a mal informar a los adolescentes. Con ello, solamente ocasionamos una cadena de información errónea y por ende, confusión en los jóvenes que comienzan su vida sexual.

A continuación, se muestran los porcentajes de madres adolescentes (menores de 20 años), por entidad federativa desde el año 2010 a 2018 en México

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Total	18.8	19.2	19.4	19.4	19.2	18.2	17.8	17.9	17.5
Aguascalientes	18.4	18.9	18.9	18.8	19.8	17.8	17.3	18.2	18.4
Baja California	20.3	20.6	20	19.8	20	18.9	18.8	18.9	18
Baja California Sur	19.7	19.1	18.7	17.9	18.1	16.7	16.5	16.2	15.5
Campeche	20.2	21	19.9	20.1	20.2	19.4	18.6	18	17.6
Coahuila de Zaragoza	21.8	22.7	23.1	23.1	22.6	22	21.7	20.8	20.5
Colima	19.6	18.8	19.2	19.1	19	17.2	16.5	16.6	16.8
Chiapas	18.8	19.5	19.9	20.1	20.1	18.4	18.7	18.3	18.2

Chihuahua	23	23.2	23	22.3	22.5	21.4	20.9	21.4	20.4
Ciudad de México	16.5	16.6	16.6	16.4	15.8	14.4	13.9	13.5	12.9
Durango	21.4	21.6	21.9	21.6	21.1	21	20.4	20.2	19.8
Guanajuato	17.6	18.2	18.4	18.9	18.7	17.7	17.5	17.8	17.5
Guerrero	19.6	21.1	21	21.3	21.6	20.4	19.8	19.6	19.5
Hidalgo	19.5	19.4	19.8	20	19.1	18.6	17.4	18.1	17.9
Jalisco	17.2	17.7	17.6	18	17.7	16.7	16.8	17.2	16.1
México	18.8	18.8	19.9	19.4	19.1	18.2	18	17.9	18
Michoacán de Ocampo	18.9	19.1	19.3	19.4	19.1	18.6	18.6	18.5	18.2
Morelos	18.8	20.2	19.1	19.9	19.5	18.6	18.4	17.8	17
Nayarit	21	21.7	21.6	21.9	20.4	19.1	18.7	18.9	18.8
Nuevo León	16.9	17.1	17.6	17.6	17.2	16.1	15.5	15.6	15.7
Oaxaca	18.4	19	19.1	18.9	19.2	17.5	17	16.8	15.9
Puebla	18.2	18.9	19.1	19.1	19.2	19.1	18.5	18.8	18.6
Querétaro	16.7	17.1	17	17.3	16.8	15.5	15.4	15.1	15
Quintana Roo	18.1	18.5	17.6	17.7	18	16.8	15.8	14.7	14.7
San Luis Potosí	19.4	19.3	19.7	19.6	18.6	18.3	17.3	17.7	17.3
Sinaloa	20.8	20.6	20.4	19.9	20.2	18.6	17.6	17.9	17.2
Sonora	20	20.6	20.5	20.6	20.3	19.3	18.8	18.8	18.3
Tabasco	18	18.2	18.1	19.6	20.3	19.5	18.6	18.8	17.7
Tamaulipas	18.9	19.3	19.5	19.1	18.5	17.9	17.6	17.6	17
Tlaxcala	18.7	18.9	19.5	19.7	19.9	19.6	19.2	19.7	19.6
Veracruz de Ignacio de la Llave	19.8	20.2	20.2	20.2	19.9	18.7	18.6	18.8	18.8
Yucatán	17.9	17.7	17.7	18.3	18.2	17.2	17	17.2	16.4
Zacatecas	18.9	19	19	18.8	18.5	18.3	17.8	18.3	17.9

(INEGI, 2020) Tabla 2. Porcentaje de madres adolescentes por entidad federativa 2010-2018.

Como podemos observar en la tabla anterior, el porcentaje de mujeres embarazadas menores de 20 años, desde el año 2010 a 2018 ha disminuido en la mayoría de los estados. Sin embargo, aún debemos trabajar para lograr que estas cifras sean todavía menores.

Los estados en los que se nota un aumento en el porcentaje en estos ocho años son: Puebla y Tlaxcala. A pesar de ser una mínima cantidad, no se puede tomar a la ligera.

Aunque como ya mencionamos, el porcentaje ha disminuido en casi todos los estados, siguen existiendo índices altos en varios de ellos. Sería esencial, saber cuál es la causa principal en cada uno de los estados que lleva a que los datos sean altos, para que se tenga un punto de partida para erradicar el problema.

En seguida enlistamos las entidades que presentan índices más altos de embarazos adolescentes:

- Aguascalientes (18.4)
- Baja California (18)
- Chiapas (18.2)
- Chihuahua (20.4)
- Durango (19.8)
- Guerrero (19.5)
- Estado de México (18)
- Michoacán de Ocampo (18.2)
- Nayarit (18.8)
- Puebla (18.6)
- Sonora (18.3)
- Tlaxcala (19.6)
- Veracruz (18.8)
- Coahuila de Zaragoza (20.5)

De acuerdo a lo anterior, podemos deducir que aún se necesita un arduo trabajo en el tema. A pesar de la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente: hecha por el Gobierno de Enrique Peña Nieto, los 8 institutos (FEMESS, AMSSAC, CEASS, CESSEX, CISES, CRESEX, INESSPA Y DEMYSEX) que brindan información sobre Educación Sexual, el blog de internet del Instituto Superior de Erotismo, Sexualidad y Género que de igual forma brindan asesoría

sobre el tema y los dos talleres llamados: Sexualidad y Jóvenes Construyendo Nuestra Sexualidad, impartidos por IAM y Paola Cabello, Oriana López, Eugenia López y Mariana Mancilla respectivamente, que se han hecho como medida de prevención, los índices siguen siendo muy altos y aún no se está 100% seguros de que el problema se pueda erradicar de manera permanente.

2.4.2. Prevención

El tema del embarazo adolescente ha llamado la atención de instituciones gubernamentales, de salud, etc. encargadas de promover la salud sexual, a lo largo de los años se han ido presentado diferentes campañas que abordan temas como planificación familiar, salud sexual y reproductiva, proyecto de vida, etc.

En nuestro país, el expresidente Enrique Peña Nieto presentó el 23 de enero de 2015, la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes. Este trabajo, es producto de la colaboración de 13 dependencias del Gobierno Federal, Organizaciones de la Sociedad Civil y Académicos expertos en dicha problemática. (CONAPO,2015)

Esta Estrategia es la más reciente y plantea 5 objetivos específicos, 19 líneas de acción y 90 actividades, esto en el periodo comprendido de 2014 a 2030.

Su **objetivo general** es reducir el número de embarazos adolescentes en México con absoluto respeto a los derechos humanos, particularmente los derechos sexuales y reproductivos.

Los objetivos específicos son:

1. Contribuir al desarrollo humano y ampliar las oportunidades laborales y educativas de las y los adolescentes en México.
2. Propiciar un entorno habilitante que favorezca las decisiones libres, responsables e informadas de las y los adolescentes sobre el ejercicio de su sexualidad y la prevención del embarazo.
3. Asegurar el acceso efectivo a una gama completa de métodos anticonceptivos, incluyendo los reversibles de acción prolongada (ARAP), para garantizar una

elección libre e informada y la corresponsabilidad del varón en el ejercicio de la sexualidad.

4. Incrementar la demanda y calidad de la atención de los servicios de salud sexual y reproductiva para adolescentes.

5. Garantizar el derecho de las niñas, los niños y la población adolescente a recibir educación integral en sexualidad en todos los niveles educativos de gestión pública y privada.

De igual forma se plantean dos grandes metas para el año 2030 que son:

1. Disminuir a cero los nacimientos en niñas de 10 a 14 años.
2. Reducir en un 50 % la tasa específica de fecundidad de las adolescentes de 15 a 19 años.

Nosotras pensamos que, al darle seguimiento a la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes, presentada por el ex presidente Enrique Peña Nieto y que aún se desarrolla en el actual gobierno se pueden lograr las dos metas propuestas desde el inicio y entonces así el problema si se puede erradicar. De esta manera se podría continuar con otro rango de edad, hasta que se logre reducir la tasa de embarazo adolescente en México. Actualmente, la Estrategia Nacional para la Prevención de Embarazo en Adolescentes se encuentra en su segunda etapa que consta de fortalecer el trabajo territorial entre los distintos sectores para poder dar una respuesta integral a la prevención del embarazo adolescente.

El Gobierno de México reitera su compromiso en fortalecer la ENAPEA mediante el trabajo coordinado entre las diversas instituciones que conforman el Grupo Interinstitucional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (GIPEA) para ampliar las oportunidades de niñas, niños y adolescentes con el fin de que se tengan mejores proyectos de vida. (Instituto Nacional de las Mujeres, 2020, párr. 13)

Opinamos que es de suma importancia que los adolescentes conozcan los retos a los que se pueden enfrentar al convertirse en papás. Nos parece necesario y urgente transmitir la información de una manera llamativa, a través

de las redes sociales; que es donde los adolescentes pasan la mayoría de su tiempo libre, esto hará que estén en constante interacción y puedan reflexionar sobre el tema.

En diferentes países Latinoamericanos, se instauró el Día para la Prevención del Embarazo Adolescente.

El 26 de septiembre se conmemora en nuestro país el Día Nacional para la Prevención del Embarazo no Planificado en Adolescentes, que fue instaurado por primera vez en México en 2006, con el propósito de sensibilizar a la población en general respecto a este tema que impacta la salud y el desarrollo social y económico de la población. Oficialmente la conmemoración de este día fue aprobada en la Cámara de Diputados el 8 de diciembre de 2011. (Secretaría de Salud, 2016, párr.3)

El Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (CNEGSR) participa anualmente en la organización de actividades para conmemorar este día y concientizar a la población sobre las implicaciones de un embarazo no deseado en esta edad.

Prevenir los embarazos en la adolescencia, es de suma importancia. Los adolescentes deben saber que esta clase de decisiones deben planearse, ya que un bebé no es un juego e implica más responsabilidades de las que pueden adquirir siendo tan jóvenes.

“Los tabúes sociales alrededor de la sexualidad dan lugar a que las personas jóvenes, los solteros y muchas veces los casados, no reciban una orientación o educación sexual por parte de los padres, familiares o maestros.” (Family Planning Management Development, 1997, p.98)

Como profesionales de la educación, debemos orientar de la mejor manera a los adolescentes y padres de familia en este tema. Pocos lugares son lo que ofrecen información útil para ellos. Inclusive, pocos padres de familia hablan de dicho tema en su casa, pues se tiene la creencia de que, si se les comienza a hablar de este tema, se les está incitando a tener relaciones sexuales.

Nos dimos a la tarea de investigar cuántos institutos imparten cursos, talleres, conferencias, etc., acerca de educación sexual tanto para docentes, como para alumnos y padres de familia. Los resultados fueron los siguientes:

- Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente. Mencionada anteriormente.

Institutos:

- FEMESS. Federación Mexicana de Educación Sexual y Sexología, A.C. Ubicada en Agustín Melgar 25, Colonia Condesa, Cuauhtémoc, 06140 Ciudad de México, CDMX. Su página web es: <https://femess.org.mx/formacion-en-sexualidad>
- AMSSAC. Asociación Mexicana para la Salud Sexual, A.C. Ubicada en Tezoquipa 26 Col. La Joya, Del. Tlalpan, C. P. 14000, Ciudad de México. Su página web es: <https://www.amssac.org/>
- CEASS. Centro de Educación y Atención en la Salud y la Sexualidad. Ubicada en: Efraín González Luna 1893. Colonia Americana C.P. 44260. GUADALAJARA JALISCO. Su página web es: <http://www.ceassjalisco.com/>
- CESSEX. Centro de Estudios Superiores en Sexualidad A.C. Ubicada en: Calle 12 No. 210 entre 31B y 33 Col. San Nicolás, Mérida, Yucatán. Su página web es: <https://cessex.com.mx/>
- CISES. Centro Integral de Sexualidad y Educación Sexual. Ubicada en: Cuauhtémoc No. 14 (A un costado de la Iglesia de San José) Col. Centro C.P. 9100 Xalapa, Veracruz. No cuenta con página web.
- CRESEX. Centro Regiomontano en Sexología. Ubicado en: Manuel de Santa María No. 208 Col. Burócratas del Estado CP 64380, Monterrey, Nuevo León. Su página de Facebook es: Centro Regiomontano En Sexología.
- INESSPA. Instituto de Estudios sobre Sexualidad y Pareja A, C. Ubicada en: Calle Palenque 55, Narvarte Poniente, Benito Juárez, 03020 Ciudad de México, D.F. Su página web es: <https://inesspa.com/>

- DEMYSEX. Democracia y Sexualidad. Ubicada en: Av. Coyoacán 1878, Del Valle, Benito Juárez, 03240 Ciudad de México, CDMX. Su página web es: <https://demysex.org.mx/>

Internet:

- Instituto Superior de Erotismo, Sexualidad y Género. No cuenta con sucursales en ningún estado de la República. Las conferencias y cursos son vía internet. Su página web es: <http://isesg.blogspot.com/>

Talleres:

- Sexualidad. Impartido por la IAM Instituto Aguascalentense de las Mujeres. Tiene temas como: ¿se nace con esto de la sexualidad?, Nuestra Sexualidad, Mi cuerpo, Sexualidad, ¿Qué onda con las relaciones sexuales?, Todo esto tiene consecuencias y Ya puedo tomar decisiones.
- Jóvenes Construyendo Nuestra Sexualidad. Creado por las Licenciadas Paola Cabello Montaña, Oriana López Uribe, la Maestra Eugenia López Uribe y Mariana Mancilla Mendoza. Tiene temas como: Género, Vínculos Afectivos, Erotismo, Biología y Reproducción y Proyecto de vida.

Pudimos darnos cuenta, de que hay varias instituciones, páginas de internet y talleres relacionados con el tema. Sin embargo, no se les da la debida promoción, ya que nosotras no habíamos escuchado hablar de ninguna de las anteriores mencionadas. Los talleres revisados son en nuestra opinión completos y pensando en los jóvenes, creemos que los temas que tienen son abarcados de una manera llamativa para los adolescentes, desafortunadamente, solo se encuentran en internet y no se aplican de manera uniforme en la mayoría de las escuelas y por ello, no se tiene el resultado esperado. Además de que no existen talleres dirigidos ni a docentes ni a padres de familia.

CAPÍTULO III

CONSTRUCTIVISMO SOCIAL

En este capítulo, abordaremos la teoría del Constructivismo Social. Nos enfocaremos en Lev Semiónovich Vygotsky, que es considerado el padre de esta teoría. Se expondrán datos biográficos sobre él y daremos paso a cómo desarrolló su pensamiento constructivista y cómo puede ayudarnos esto en nuestra propuesta. Así mismo, se hará mención de lo que es la educación formal, no formal e informal.

El Constructivismo Social nos parece la teoría más adecuada para poder explicar cómo se va a dar el aprendizaje en nuestra propuesta. Es el aprendizaje que se obtiene en el día a día del ser humano. Por ello, es fundamental relacionarla con el aprendizaje que se obtiene de una red social, ya que ésta no tiene planeación, sino que el contenido que se sube es para que los seguidores, tengan acceso a la información y no se sientan obligados a estudiarla, sino que la lean y hagan conciencia sobre los temas que se van a tratar.

3.1. Lev Semiónovich Vygotsky

Nos parece importante hacer un pequeño apartado dedicado a la vida de Lev Semiónovich Vygotsky, para conocer un poco de donde deriva su pensamiento y esta teoría que queremos ocupar. Vergara (2019), hace mención de algunos datos sobresalientes del autor:

Se convirtió en un importante psicólogo, que hizo grandes aportaciones en la neuropsicología, la psicología del desarrollo y la educación. Fundó un laboratorio de psicología en la escuela Gomel. Ahí, dio conferencias que hacían referencia a su obra conocida "Psicología Pedagógica".

Estuvo en desacuerdo con las corrientes psicológicas europeas como la introspección y el conductismo estadounidense. Tampoco creía buena idea estudiar las conductas y experiencias como un todo (Gestalt Alemana).

Lo realmente importante para él, era la influencia que tiene el entorno en el que se desarrolla el niño. Los procesos psicológicos son cambiantes, no fijos y dependen del entorno vital.

Sus investigaciones se centraron en el pensamiento, el lenguaje, la memoria y el juego del niño. Se interesaba en problemas educativos. Las ideas que destacan en su teoría son: el lenguaje como instrumento imprescindible para el desarrollo cognitivo del niño. La consciencia progresiva que va adquiriendo el niño le proporciona un control comunicativo. El desarrollo lingüístico es independiente del desarrollo del pensamiento.

3.2 Definición de Constructivismo Social

A lo largo de los años, han surgido propuestas educativas para las nuevas generaciones en respuesta a las necesidades sociales, económicas, políticas, etc. Una de estas propuestas es el paradigma constructivista.

Como ya lo mencionamos anteriormente, Vygotsky es considerado el Padre del constructivismo. Conceptúa el conocimiento como un medio de interacción sujeto-medio (social y culturalmente).

Vygotsky (1962) se centra en la base social del aprendizaje en las personas. El contexto social da oportunidad de realizar actividades más complejas. Para los individuos, el entorno social es muy importante, el poder interactuar y tener amigos. Las nuevas tecnologías se enfocan en esto, aportando herramientas para que los individuos puedan compartir conocimientos, intereses, gustos, etc. con más personas.

El Constructivismo es una respuesta a la realidad de la era de la información. Antes de esta era las generaciones pasaban toda su vida sin que la información o conocimientos tuvieran grandes cambios. En la actualidad la información se actualiza o duplica cada cinco años y alguna se vuelve obsoleta.

“Resulta imposible a ser humano alguno aprender la información disponible en su área de desempeño laboral y profesional; por ello, la exigencia está en la necesidad de adquirir habilidades de procesamiento de la información, así como incorporar actitudes y valores para aprender a aprender para toda la vida.” (Ferreiro, 2007, p. 32)

Vygotsky concibe al conocimiento como algo que se adquiere y se elabora a través del proceso de aprendizaje. Es decir, que cada individuo lo crea, de acuerdo al entorno en el que se desenvuelve. Éste, es individual, relativo y cambiante. Cada persona da la interpretación del mundo en el que vive y se desarrolla.

El supuesto fundamental del constructivismo es que los seres humanos construyen, a través de la experiencia, su propio conocimiento y no simplemente reciben la información procesada para comprenderla y usarla de inmediato; es necesario crear modelos mentales que puedan ser cambiados, amplificados, reconstruidos y acomodarlos a nuevas situaciones. (Romo, *n.d.*)

Desde la perspectiva del constructivismo, el aprender se convierte en la búsqueda de sentidos y la construcción de significados. Es todo lo contrario a memorizar, procesar y repetir la información. Va enfocado a analizar y tomar decisiones propias sobre los saberes ya establecidos.

“Más que tratar de que el hombre asimile toda la información (lo cual es imposible), la preocupación se enfoca hacia cómo hacerlo; más aún, cómo debe hacerlo, saber hacerlo, para que en sucesivas aproximaciones puedan comprender y explicar, cambiar y transformar, criticar y crear.” (Ferreiro, 2007, p. 24)

De acuerdo a lo anteriormente analizado, nosotras concluimos que:

El Constructivismo es una corriente pedagógica, que se encarga de analizar y comprender cómo se origina, genera y cambia el conocimiento. La idea central es que el aprendizaje humano se construye y que la mente de cada persona elabora nuevos conocimientos a partir de las bases de enseñanzas anteriores. Tiene la necesidad de entregar herramientas al alumno, que le permitan crear sus propios procedimientos de aprendizaje, a través de la modificación de sus ideas. El Constructivismo asume que nada viene de nada. Es decir, que el conocimiento previo da nacimiento a conocimiento nuevo.

3.3 Didáctica Constructivista

Ortiz (2015) la define como:

“...una interacción entre el docente y los estudiantes, un intercambio dialéctico entre los conocimientos del docente y los del estudiante, de tal forma que se pueda llegar a una síntesis productiva para ambos y, en consecuencia, que los contenidos son revisados para lograr un aprendizaje significativo.” (p.94)

Mallart (2001):

“...es la ciencia de la educación que estudia e interviene en el proceso de enseñanza-aprendizaje con el fin de conseguir la formación intelectual del educando.” (p.28)

Ferreiro (2007):

“Es el proceso compartido por el maestro y los alumnos, en el cual el docente es el mediador entre el alumno, o grupos de alumnos, y el contenido de enseñanza, todo lo cual exige una participación activa intencionada y de cooperación de los alumnos” (p. 34 – 35)

Al analizar los conceptos anteriores, consideramos que Ferreiro, tienen la definición más acertada. Nos parece que es el autor que explica de una manera fácil y sencilla lo que es la Didáctica Constructivista. Sin embargo decidimos formar nuestra propia definición. La cual sería:

La Didáctica Constructiva, es aquella Ciencia que estudia el proceso de enseñanza-aprendizaje mediante el cual se realiza el esquema operativo de una actividad docente, se produce como resultado de la interacción diaria y en los diferentes entornos sociales. El sujeto tiene la capacidad de manejar información con los conocimientos previos para convertirlos en un nuevo conocimiento y de esa manera se pueda lograr la formación intelectual del individuo.

3.3.1 Funciones de la Didáctica

Existen cinco funciones fundamentales en la teoría de Vygotsky (1962):

1. Funciones mentales: existen dos tipos, las inferiores: nacemos con ellas y estamos limitados ya que están determinadas genéticamente. La conducta es impulsiva. Y las superiores: que se adquieren durante el contacto y convivencia con la sociedad. Son mediadas culturalmente.
2. Habilidades Psicológicas: la atención, la memoria, la formulación de conceptos son primero un fenómeno social y después, progresivamente, se transforman en una propiedad del individuo. Cada función mental superior, primero es social, es decir primero es interpsicológica y después es individual, personal, es decir, intrapsicológica.
3. Zona de Desarrollo Próximo: es la manera en la que el ser humano, aprende a desarrollar habilidades psicológicas. La gente que tiene más interacción con el individuo (papás, abuelos, maestros, etc.), es la que se encarga de que esta función se desarrolle, por ello, cuanto más interacción se tenga, más rápido se desarrollarán las habilidades.
4. Herramientas Psicológicas: son aquellas cosas que nos ayudan a interactuar, como lo son el lenguaje, obras de arte, diagramas, signos, dibujos, etc. Cosas visibles que nos llevan a cuestionarnos ciertas cosas y, por ende, a socializar con los demás. Median nuestros pensamientos, sentimientos y conductas. Nuestra capacidad de pensar, sentir y actuar depende mucho de éstas.
5. Mediación: debe existir un equilibrio entre nuestras intenciones y nuestras acciones; ya que lo que aprendemos, depende de las herramientas psicológicas que tenemos y éstas, a su vez, dependen del lugar en el que nos desenvolvemos.

Debemos tener estas funciones en cuenta, para poder identificar de qué manera vamos a hacer que nuestra didáctica funcione en nuestro proyecto. Tenemos que hacer un equilibrio entre las cinco para que la propuesta tenga más audiencia y aceptación de los adolescentes.

3.4. Relación Constructivismo – Redes sociales

Sabemos que el aprendizaje hoy en día no solo se da en las aulas de clase, sino también suele darse en otros momentos y lugares. Y que no siempre tiene que ser tan formal.

Las redes sociales como herramientas constructivistas funcionan como una continuación del aula escolar, pero de carácter virtual, ampliando el espacio interaccional de los estudiantes y el profesor, permitiendo el contacto continuo con los integrantes, y proporcionando nuevos materiales para la comunicación entre ellos. Esta tecnología presenta las características de interacción, elevados parámetros de calidad de imagen y sonidos, instantaneidad, interconexión y diversidad. (Hernández, 2008)

La forma de enseñanza clásica es donde el aprendizaje se forja a través del paso de información entre personas (maestro – alumno) porque en este caso lo importante no es construir sino recibir. Por el contrario, lo que busca el Constructivismo es que el aprendizaje sea activo, los alumnos deben de ir construyendo sus conocimientos. Es por ello que se debe complementar la educación formal, con la no formal.

Lograr un aprendizaje autónomo es lo ideal, de esa manera es como se da el Constructivismo social. De ahí parte la manera de aprender. El adolescente comenzará a construir nuevas ideas o conceptos basados en su conocimiento pasado, combinado con el que comenzará a adquirir en redes sociales. Al hacerse responsable de su propio aprendizaje también desarrollará una capacidad crítica. Que le ayudará a la toma de decisiones y que estas sean las más adecuadas para lo que ellos necesitan.

Desde el punto de vista constructivista, se puede pensar que el aprendizaje se trata de un proceso de desarrollo de habilidades cognitivas y afectivas, alcanzadas en ciertos niveles de maduración. Este proceso implica la asimilación y acomodación lograda por el sujeto, con respecto a la información que percibe. Se espera que esta información sea lo más significativa posible, para que pueda ser aprendida. Este

proceso se realiza en interacción con los demás sujetos participantes, ya sean compañeros y docentes, para alcanzar un cambio que conduzca a una mejor adaptación al medio.

“Algunas investigaciones han demostrado que los profesores constructivistas, a diferencia de los profesores tradicionales, fomentan entre sus alumnos el uso del ordenador para realizar actividades escolares.” (Hernández, S. 2008, p.5)

Hoy en día sabemos que las nuevas tecnologías han dado como resultado un cambio radical en las formas en que los individuos se relacionan, pues a través de estas las personas suelen influir sobre los demás, sin tener que establecer un contacto social directo, sino por medio de la pantalla del ordenador pues se facilita la comunicación.

En estos nuevos ambientes de aprendizaje el sujeto aprende a ser un ser social más activo que está inmerso en un medio de relaciones sociales y, además, es protagonista de la reconstrucción y/o construcción de su conocimiento, ya que en su actividad (lenguaje) permite internalizar, es decir llevar a un plano intraindividual (interno) lo que está en uno interindividual (fuera del sujeto). En otras palabras, lleva dentro lo que está afuera. (Ferreiro, 2007, p. 23)

Debemos de aceptar y estar conscientes que las redes sociales son de gran ayuda en el ámbito escolar, los adolescentes de hoy en día están muy interesados en estas y prefieren todo lo relacionado a los medios digitales. Los profesores deben de ir avanzando con la tecnología para lograr que sus clases sean más dinámicas y tener la atención de los alumnos. La información no solo sería escuchada sino también procesada y analizada, de manera que el tema este bien explicado y entendido.

3.5. Tipos de educación

La educación es un proceso que se da durante toda la vida del ser humano. Es por ello, que todo lo que pasa en nuestras vidas es un aprendizaje. Sin embargo, existen tres maneras diferentes de clasificar a la educación: formal, no formal e informal. A continuación, hablaremos un poco acerca de estas tres:

3.5.1. Educación Formal.

En Learning Portal, la definen como:

Educación institucionalizada, intencionada y planificada por organizaciones públicas y organismos privados acreditados. En su conjunto, esta constituye el sistema educativo formal del país. Por consiguiente, los programas de educación formal son reconocidos por las autoridades nacionales pertinentes o instancias equivalentes. La educación formal comprende esencialmente la educación previa al ingreso al mercado laboral. Con frecuencia, la educación vocacional, la educación para necesidades especiales y parte de la educación de adultos se reconocen como parte integral del sistema nacional de educación formal. (*n.d.*, párr.1)

Zorzi:

Es un concepto que se utiliza para definir a todo el proceso de formación y aprendizaje impartido por los establecimientos educativos oficiales de una sociedad. Esto incluye a las escuelas, los colegios, los institutos y las universidades, entre otros centros de enseñanza. (*n.d.* párr.1)

Para nosotras la educación formal, es el proceso de enseñanza-aprendizaje que recibimos en preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. Son instituciones a las que asistimos y, por consiguiente, nos otorgan un certificado, diploma y/o título que avale los años estudiados y acreditados en la institución. Está organizada por una malla curricular establecida que tiene los conocimientos que el docente debe transmitir.

El objetivo de la educación formal es preparar y capacitar a los individuos para que puedan insertarse de manera adecuada dentro de la comunidad en la que viven.

Es un proceso que se da de manera intencional, ya que su principal función es educar y transmitir los conocimientos a los alumnos. También es planificado, cada curso está preparado para que la información llegue de la manera correcta a cada grupo de la población a la que va dirigido.

3.5.1.1. Características de la educación formal

Hablar de las características nos ayuda a saber diferenciarla de la informal y no formal. Así, Zorzi, M. habla acerca de las características, que son:

- Es metódica: pertenece a un modelo académico y administrativo a nivel nacional. Se avanza hasta hacerse acreedor de un título y se deben cursar diferentes materias.
- Presencia de un maestro o profesor: encargado de impartir y evaluar los conocimientos obtenidos durante el curso.
- Reglas y estatutos: son necesarios para poder educar a los alumnos.
- Cuenta con plazos de tiempo: las actividades deben realizarse en un periodo cronológico determinado. El calendario debe estar bien organizado de tal manera, que se marquen las vacaciones.
- Plazos de tiempo: a través de la disciplina y la constancia en la realización de las actividades marcadas en el calendario, se deben cumplir las metas y objetivos planteados durante el periodo escolar.

Es una educación muy organizada en cuanto a días y contenido a estudiar se refiere. Se tienen vacaciones planificadas y reglas que le permiten tener un control del aprendizaje dentro de las aulas.

3.5.1.2. Ejemplos de Educación Formal

A continuación, se darán a conocer algunos ejemplos que nos proporciona Zorzi (*n.d.*) para entender mejor el concepto:

Preescolar: es el primer contacto que se tienen con la escuela, aquí aprenden conocimientos básicos como los números, las vocales, los colores y el cuidado del medio ambiente, entre otros. Dura de 2-3 años. Edad de ingreso: 4 años. Edad de egreso: 6 años.

Primaria: comienza con la alfabetización y formación elemental. Se transmiten conocimientos como lectura, escritura, matemáticas, ciencias naturales, historia, etc. Dura de 6-7 años. Edad de ingreso: 6 años. Edad de egreso: 12 años.

Secundaria: es la que le sigue a la primaria, se aprende de una manera diferente, ya que se tienen más profesores (1 por cada materia). Se cursan 3 años. Edad de ingreso: 12 años. Edad de egreso: 15 años.

Media Superior: también es conocida como bachillerato, aquí se hace una breve introducción y preparación para la etapa superior, en la que el alumno hace la elección de su carrera. Dura 3 años. Edad de ingreso: 15 años. Edad de egreso: 18 años.

Superior: es la encargada de preparar al alumno para la vida laboral, se imparten materias relacionadas a su carrera y hacen prácticas de la misma. Su duración es de 4-5 años. Edad de ingreso: 18 años. Edad de egreso: 22-23 años.

3.5.2. Educación No formal

Universidad Internacional de Valencia:

La educación no formal engloba toda actividad educativa realizada fuera de la estructura del sistema formal con el objeto de impartir cierto tipo de aprendizaje a algunos subgrupos de la población, ya sean adultos o niños... se caracteriza por estar organizada y planificada, impartándose en centros específicos o con el formato de cursos online. (2018, párr. 3 y 4)

Este proceso de aprendizaje, es menos complejo, no es necesario asistir de manera presencial a un salón de clases para poder obtener conocimientos. Estos se adquieren a través de una plataforma organizada y pensada para la transmisión de conocimientos adecuados. La diferencia de este tipo de educación es que, no se recibe ningún título, diploma o certificado. Que avale los conocimientos.

3.5.2.1. Características de la educación no formal

La Universidad Internacional de Valencia (2018), hace mención de las características de esta educación:

- ✓ Tiene fines no educativos
- ✓ Algunas propuestas son utilizadas como complemento o reemplazo de la educación formal

- ✓ Tiene métodos diversos de instrucción
- ✓ Es voluntariamente, no obligatorio
- ✓ Se puede impartir a personas de diferente edad e intereses.
- ✓ Se reconocen, pero ese no es el final de los estudios.
- ✓ No tiene certificación
- ✓ No se produce de manera intencionada
- ✓ Se obtiene conocimientos y habilidades de actividades formativas

Este tipo de conocimientos adquiridos, suelen servir para la vida diaria, ya que se basa en el hecho de aprender algún oficio y/o conocimientos extras a los que ya se tienen. Son cursos o talleres que muchas veces no brindan una certificación y por ende, no son tan profesionales como la escuela formal.

3.5.2.2. Ejemplos de la educación no formal

Para tener un poco más claro lo que es la educación no formal, brindaremos algunos ejemplos que García (2013) clasifica en:

CE.CA.T.I. (Centro de Capacitación para el Trabajo): tiene como objetivo que todas las personas mejoren su calidad de vida y se desarrollen de manera económica y social.

Casas de la mujer: instituciones que buscan mejorar la calidad de vida de las mujeres.

Cursos de verano: Se imparten para proporcionar algún conocimiento y/o habilidades, pero no se recibe certificación alguna.

3.5.3. Educación Informal

La Universidad Internacional de Valencia, la define como:

...el resultado de las actividades de la vida diaria relacionadas con el trabajo, la familia y el ocio. Se trata de un aprendizaje no estructurado, no conduce a la certificación y no suele tener un carácter intencional.... al tratarse de un tipo de información que no está institucionalizada no es posible disponer de datos ni ejemplos fiables y objetivos. (párr. 10-11)

Para Soto y Espidio se entiende como:

“Educación ilimitada, universal (afecta a todas las personas). Es la menos institucionalizada y es muy poco estructurada.” (p. 314)

Zorzi la define como:

...aprendizaje que se obtiene de manera no estructurada, fuera de los establecimientos educativos oficiales de una sociedad. Esto incluye a las nociones y conceptos que se adquieren en las actividades de la vida cotidiana, como el trabajo, los hobbies y el contacto con las demás personas. ... se desarrolla de manera irregular, no es planificada y no brinda el acceso a títulos, diplomas o certificados. Además, se caracteriza por no tener objetivos didácticos específicos o una duración determinada. (párr. 1-2)

Nos parece que la definición más completa, es la que brinda Zorzi. Concordamos que la educación informal es aquella en la que no se obtiene un título y tampoco se tiene que tomar como una clase diaria. Es la experiencia que se adquiere a través de las vivencias de las personas en su día a día. Al hablar de educación informal, hablamos de ciertas actividades formativas, que no tiene que ser obligatorias para nadie. Cada individuo es libre de elegir si las toma en cuenta y las aplica en su vida o no.

3.5.3.1. Características de la educación informal

Zorzi, hace mención de las siguientes características:

- No sigue un programa establecido por el gobierno de cada país.
- No ocupa un espacio curricular dentro de las instituciones educativas.
- Es una formación individual que surge del contacto con el entorno en el que se vive y por la información recibida a través de los medios de comunicación y otras fuentes de comunicación.
- No es necesario la presencia de un docente, para la difusión de la información.

- No tiene metas, plazos ni sigue un calendario escolar.
- El aprendizaje es inconsciente e involuntario.
- Es espontánea, azarosa y se da durante el desarrollo de la persona.

La educación Informal es una manera de aprendizaje que, con el paso de los años se ha ido desarrollando. Ahora con las nuevas tecnologías se ha extendido más, a través del internet y de las redes sociales mucha gente ha obtenido nuevos conocimientos. Lo anterior se debe a que no se sienten obligados a tomar una clase y lo hacen porque de verdad les interesa el tema. Inclusive, se han implementado las carreras *online* para que todos tengan acceso a la educación.

3.5.3.2. Ejemplos de la educación informal

Este tipo de educación se da, como ya lo mencionamos anteriormente, a lo largo de nuestras vidas, es por ello que Zorzi (*n.d.*) hace mención de los lugares en los que se puede hacer presente dicho tipo de educación:

Familia: este aprendizaje se da, cuando nuestros papás nos enseñan a hacer cosas de la casa, como bañarnos, amarrarnos la agujeta, cocinar, e incluso ir al baño.

Compañeros: cuando no entendemos algún tema y nuestros compañeros nos explican para que podamos entenderlo mejor. Incluso en el trabajo, cuando algún compañero nos explica cómo es el funcionamiento de algunas máquinas.

Amigos: cuando algún amigo nos enseña cómo jugar al futbol, básquetbol o algún juego de mesa. Que a nosotros nos resulta un tanto difícil aprender.

A los anteriores, nosotras agregaríamos uno que definiríamos como:

TIC'S: que es el aprendizaje que se obtiene de algún documental que vemos en televisión e incluso, la información que sale en las redes sociales. Y que muchas veces los jóvenes damos más crédito por el simple hecho de estar en internet y evitarnos el acercamiento a un libro.

Este aprendizaje es eso que la gente llama “La escuela de la vida”, pues con cada hecho, aprendemos cosas diferentes que nos ayudan en el camino de nuestras vidas.

	Aprendizaje Formal	Aprendizaje Informal	Aprendizaje No Formal
Objetivos	Cerrado Curricular Unidisciplinario Teórico	Abierto Extracurricular Multidisciplinario Aplicado	Cerrado Curricular/Extracurricular Unidisciplinario Teórico/Aplicado
Estructura	No diversificada Más Lineal	Diversificada No Lineal	No diversificada Más Lineal
Control	Externo	Interno	Externo
Contenidos	Conceptos Actitudinales Procedimiento	Conceptos Actitudinales Procedimiento	Conceptos Actitudinales Procedimiento
Evaluación	Producto Cuantitativa Sumativa Individual	Proceso Cualitativa Formativa Individual, grupal y social.	Producto Cuantitativa Sumativa Individual

(Asenjo, Asensio y Rodríguez, 2012, p. 43) Tabla 3. Planificación del Proceso de Enseñanza en programas formales, no formales e informales.

Decidimos trabajar con la educación no formal, porque es la que más nos va a ser de apoyo para nuestra propuesta. Misma que será a través de internet y tendrá acceso a toda la población en general. No esperamos evaluarlos, sino que tengan acceso a la información, de manera que no sea tediosa para los receptores y que pueda ser significativa para que tenga un efecto en sus prácticas cotidianas y en la prevención de un embarazo a temprana edad.

3.6. Educación en redes por pandemia.

A partir de la emergencia sanitaria que se presentó en este año (COVID – 19) y el aislamiento social al que nos tuvimos que enfrentar surgieron varios cambios en diferentes ámbitos de nuestras vidas. Uno de ellos es el ámbito de la educación, esta emergencia dio lugar al cierre masivo de las actividades presenciales en las escuelas y al tener la necesidad de continuar con los aprendizajes la educación en línea se popularizó.

...la UNESCO ha identificado grandes brechas en los resultados educativos, que se relacionan con una desigual distribución de los docentes, en general, y de los docentes mejor calificados, en particular, en desmedro de países y regiones con menores ingresos y de zonas rurales, las que suelen concentrar además a población indígena y migrante. (CEPAL, 2020, p. 1)

Desafortunadamente, la calidad de la educación nunca ha sido igualitaria para todos. En los lugares más recónditos no se le da la importancia a este ámbito como debería. Si bien, la pandemia vino a afectar a todo el mundo en general, en pueblos rurales, afectó aún más.

La pandemia ha transformado los contextos de implementación del currículo, no solo por el uso de plataformas y la necesidad de considerar condiciones diferentes a aquellas para las cuales el currículo fue diseñado, sino también porque existen aprendizajes y competencias que cobran mayor relevancia en el actual contexto. (CEPAL, UNESCO. 2020, p. 4)

A pesar de que la escolaridad de modalidad en línea ya era un hecho en nuestra sociedad, docentes, alumnos y padres de familia no estaban listos para asumir sus responsabilidades desde el hogar. Todos tuvieron que adaptarse a esta nueva normalidad, tuvieron que adaptarse a la convivencia 24/7 con la familia y aunado a esto, el estrés por tareas, clases y trabajo en casa.

La situación no ha sido fácil para nadie, todos hemos tenido que acostumbrarnos a vivir de esta manera. Las clases virtuales han sido buena idea, desafortunadamente, no todos tienen fácil acceso. Algunas personas han tenido que recurrir a los famosos café internet a conectarse a clases y hacer sus tareas, incluso hay personas que no

tienen la posibilidad económica de pagar esa clase de servicios y se ven en la necesidad de ir a sentarse a lado de los postes que cuentan con WiFi gratis para poder conectarse o conectar a sus hijos y entregar sus tareas en tiempo y forma.

La idea de utilizar el internet para enseñar no es algo nuevo; como ya lo mencionamos anteriormente, con el paso de los años el uso de la tecnología se ha ido implementando en el ámbito de la educación y es una muy buena herramienta para que los estudiantes puedan adquirir mayor información. Fue hasta el surgimiento de la pandemia (principios del año 2020), es que se le dio mayor importancia, ya que la mayoría de las escuelas brindaban sus clases presenciales y eran minoría las que podían impartir clases virtuales. Por ello, todas las instituciones tuvieron que optar por comenzar a usar las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) para evitar que los estudiantes se atrasaran y tener que reacomodar el calendario escolar.

Aunque se respondió de forma eficiente a la urgencia educativa a través de un enorme esfuerzo de docentes, estudiantes y autoridades; aún faltan muchas modificaciones por hacer. No todos los estudiantes están preparados tecnológicamente, ni el profesorado dispone de la formación necesaria para pasar del medio físico al virtual, ni los temarios ni libros de textos están adaptados a un cambio de modelo.

Sabemos que en algún momento la emergencia sanitaria va a cesar y que la forma de enseñanza regresará a su formato original, pero no sabemos exactamente cuándo ocurrirá esto. El aprovechar todas las herramientas que tenemos hará que los estudiantes sigan adquiriendo los conocimientos necesarios. Y se aprovechen al máximo las tecnologías que ya teníamos, pero muchas veces no era usado adecuadamente.

CAPÍTULO IV

REDES SOCIALES

En este capítulo hablaremos del fenómeno que son las redes sociales y el impacto que han causado en la vida de los adolescentes. Abordaremos temas que nos permitan conocer qué son, cómo se clasifican y de qué manera se ha dado su inclusión a la educación. Hablaremos principalmente de la red social *Instagram* que es la que utilizaremos para nuestra propuesta.

El uso que se le da al internet ha experimentado grandes cambios con el paso del tiempo. De ser una plataforma para leer o buscar información, se transforma a una llena de actividades, intercambio de información, muestras de amistad, gustos, actividades, estilos de vida, relaciones amorosas, creación, entre otras.

De acuerdo con el Instituto Federal de Telecomunicaciones (2019, p.16), el internet es la TIC más utilizada en México, ya que cada 66 de 100 personas de 6 años o más la utilizan.

En la actualidad, la mayoría de la población utiliza dispositivos digitales. Niños de 4 años ya desarrollaron habilidades para manejarlos sin la necesidad de que un adulto los apoye, aunque lo ideal es que si llegan a utilizar los dispositivos estén bajo supervisión de un adulto. Los adultos mayores aprendieron a usarlos y cuentan con la tecnología necesaria para poder comunicarse con sus seres queridos. En los jóvenes las redes sociales se han convertido en el medio de comunicación más utilizado y son parte de su día a día

“Con respecto de las actividades por Internet analizadas en el estudio, los resultados muestran que a nivel nacional las que más realizan las personas de 6 años o más son usar redes sociales con el 51%” (Institución Federal de Telecomunicaciones, IFT, 2019, p.17)

Las redes sociales se han vuelto indispensables en la vida de la mayoría de las personas. Vivimos pendientes de las notificaciones y mensajes que puedan llegarnos, apenas escuchamos sonar o vibrar el teléfono, tenemos que ver al

instante quién es el que trata de contactarnos e incluso llegamos a compartir información con desconocidos, creyendo que son nuestros “amigos” a través de la plataforma.

Los jóvenes están muy familiarizados con utilizar un celular, una computadora, una Tablet, por lo que el uso de las redes sociales también es una actividad que realizan con facilidad. García, Portillo, Romo y Benito (*n.d.* p.3) definen nativo digital como “los menores de 30 años que han crecido con la tecnología, teniendo una habilidad innata en el entorno digital”

Según un estudio realizado por el Instituto de Federal de Comunicaciones a nivel nacional, la probabilidad de que una persona o más use redes sociales es de 51.2%; no obstante, esta probabilidad cambia dependiendo de las características sociodemográficas de las personas. Algunas de las variaciones que se pueden presentar son: el sexo, nivel educativo, ingreso en el hogar, ocupación y edad.

En la variación de ocupación las y los estudiantes son quienes tienen la probabilidad más alta (82.7 %) y en la variación de nivel educativo pudimos observar que entre mayor sea el nivel educativo más probabilidad hay de que las utilice.

Las redes sociales se expanden constantemente a nivel mundial, las empresas, marcas y en general las personas han tenido que involucrarse con ellas, para poder interactuar con la sociedad. Vivimos inmersos en la tecnología y por ello, creamos páginas de internet para todo: cuentas personales, negocios, empresas, fábricas, etc.

4.1. Definición de redes sociales

El concepto de redes sociales es retomado desde el Siglo XIX, se utilizaba para designar un conjunto complejo de relaciones entre miembros de un sistema social a diferentes dimensiones. Fue hasta 1995, cuando la idea de red social emigró hacia el mundo digital y así se dio inicio a como conocemos nosotros las redes sociales.

Celaya (2008), las define como:

“...lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos.”

García y Del Hoyo (2013), afirman que:

“...las redes sociales forman parte de lo que se conoce como tecnologías web 2.0. Aparecen con el desarrollo de las nuevas tecnologías de la información y el conocimiento (Smartphone, ordenadores, tabletas), dando lugar así a una nueva sociedad basada en la red.”

Para Obeso (2019), son:

“...conjunto de personas que tienen vínculos entre sí, sea por temas comerciales, amistad, trabajo, parentesco, etc. ... permitieron que esos conjuntos de personas se encontraran en un entorno virtual, convirtiéndose en sitios web conformados por comunidades de personas que tienen cosas en común.” (párr. 9-10)

El autor García (2008) dice que:

Las redes sociales son, sin lugar a dudas, uno de los desarrollos más innovadores de la Web 2.0. concebidas con el propósito de interconectar usuarios que comparten aficiones, amistades, ideas, fotografías, vídeos y elementos multimedia de todo tipo, han crecido hasta la hipertrofia, engullendo una buena parte del tráfico de información en la Red. Aplicaciones como YouTube, MySpace, Flickr, Orkut o Facebook, además de ocupar el ranking absoluto de los lugares más visitados de Internet, constituyen un auténtico fenómeno de masas del que podemos extraer numerosas aplicaciones educativas (párr.1)

Todas las definiciones antes mencionadas se complementan. Sin embargo, nosotras trabajaremos con nuestra definición de las redes sociales, mismas que concebimos como:

Plataformas o páginas web donde los usuarios pueden comunicarse entre sí y compartir todo tipo de contenido digital (imágenes, videos, textos, enlaces, etc.).

Siendo así un nuevo medio de comunicación, que nos permite estar más cerca de las personas y tener acceso a cualquier tipo de información en cuestión de segundos.

4.2. Tipos de Redes

Todas las redes sociales se caracterizan por que son creadas y dirigidas por los mismos usuarios. Cada persona se encarga de generar y difundir la información que desea, dentro de la red social que más le guste, estas son interactivas y poseen distintas opciones; todas con el fin de entretener al usuario. Nos permiten contactarnos con personas que se encuentran a distancia, con las que hemos perdido comunicación en años o con personas con las que tenemos gustos en común.

Aunque pueden parecer iguales o similares, poseen características que las diferencian. Debido a esto y a que se han implementado en gran cantidad, ahora es necesario clasificarlas según los servicios que ofrecen. Foreman (2017), considera que existen 10 tipos de redes sociales:

1. **Redes Sociales:** utilizadas para conectarse con la gente y marcas en línea. Son las más utilizadas por los internautas, ayudan a organizaciones y personas a conectarse y compartir información e ideas a la distancia (leer noticias, compartir fotografías e inclusive buscar empleo). Ejemplos de ellas son: Facebook, Twitter y LinkedIn.
2. **Redes de intercambio de contenido multimedia:** generalmente se usan para compartir fotos, videos y/o videos en vivo, para interactuar aún más. Con el tiempo, comenzaron a perder un poco de diferencia con Facebook y Twitter ya que estas agregaron la opción de realizar videos en vivo. Sin embargo, la distinción más notoria, es que el objetivo principal de éstas, es ofrecer un lugar para buscar y compartir contenido multimedia en línea. Ejemplos de ellas son: *Instagram*, Snapchat y YouTube.
3. **Foros de debate:** utilizados para buscar, analizar y compartir noticias, información y opiniones. Son las más antiguas en cuanto a redes sociales. En estos sitios, se acude para saber de qué hablan y qué opinión se tiene

sobre el tema. Los usuarios, pueden mantener el anonimato si así lo desean. Ejemplos de ellas son: reddit, Quora y Digg.

4. **Redes de marcadores y organización de contenido:** se usan para descubrir, guardar, compartir y analizar contenido multimedia popular. Cultivan la creatividad e inspiración para gente que busca ideas. Otros tipos de redes también están agregando funciones de marcadores y organización. Por ejemplo, *Instagram* ahora ofrece a los usuarios guardar contenido y crear colecciones privadas. Ejemplos de ellas son: Pinterest y Flipboard.
5. **Redes de reseñas de consumidores:** son usadas para buscar, opinar y compartir información sobre marcas, productos y servicios (restaurantes, clubs, destinos turísticos, hoteles, etc.). Las opiniones son contenido que agregan valor a sitios web y servicios en línea. Ejemplos de ellas son: Yelp, Zomato y TripAdvisor.
6. **Redes de blogueo y publicación: se publica, descubre y comenta el contenido en línea:** Ofrecen herramientas para publicar contenido en línea en formatos. Ayuda a aumentar el reconocimiento y generar contenido atractivo para los canales. Ejemplos de ellas son: WordPress, Tumblr y Medium.
7. **Redes sociales de compra:** se descubren tendencias, se siguen marcas, se comparten hallazgos y se realizan compras. Cuentan con un sitio enfocado entre la experiencia social y de compra. La mayoría del contenido es generado por usuarios, quienes eligen los productos que les gustan, crean collages, los publican como un conjunto y luego lo comparten con otros usuarios. Ejemplos de ellas son: Polyvore, Etsy, Whis, Amazon y Fancy.
8. **Redes basadas en intereses:** usadas para conectarse con otras personas con un interés o pasatiempo en común. Se centran en un solo tema (libros, música, teatro, etc.). Ofrecen una experiencia a la medida para los deseos y necesidades de personas y comunidades que comparten dicho interés. Ejemplos de ellas son: Goodreads, Houzz y Last.fm.
9. **Redes de consumo colaborativo:** usadas para conectar personas en línea para anunciar, compartir, comprar, vender y comercializar productos y

servicios. Se han vuelto populares recientemente, ya que la gente se siente cómoda usándolas. Ejemplos de ellas son: Marketplace, Uber, Rappi, Taskrabbit.

10. **Redes sociales anónimas:** usadas para contar chismes, desahogarse, espiar y acosar. No son las más adecuadas, solamente llevan a tener problemas. Pueden parecer un lugar divertido. Sin embargo, ofrecen un foro en el que no hay consecuencias para el acoso cibernético y tienen mucha relación con el suicidio adolescente. Ejemplos de ellas son: Whisper, Ask.fm y After School.

Podemos darnos cuenta de que existen infinidad de redes sociales y que tal vez no conocemos todas. Sin embargo, es importante saber un poco acerca de cada una de ellas, para poder tomar una decisión a la hora de abrir alguna cuenta. La última clasificación es la más preocupante, muchos adolescentes las ocupan y es la más peligrosa ya que se puede dar el ciberacoso y este puede no ser castigado como debería.

Después de analizar las redes sociales que existen, nosotras decidimos trabajar con *Instagram*, nos parece que es una de las más completas, ya que se puede subir contenido en diferentes formatos, además cuenta con varias funciones para poder interactuar con los seguidores. A continuación, hablaremos un poco más sobre ella.

4.3. *Instagram*

Como ya lo mencionamos anteriormente, las redes sociales son uno de los medios de comunicación más empleados por las personas hoy en día. “Instagram es una de las que más rápido crecimiento ha experimentado en todo el mundo, especialmente en los adolescentes” (Quintana, 2016, párr. 1)

La idea principal de esta red social es el poder compartir fotografías y videos utilizando *hashtag* en modo de etiquetas, para que otros usuarios puedan encontrar contenido de su interés de una manera más fácil.

Matesa (2019), la define como:

una red social enfocada a la subida y tratamiento de imágenes que con sus retoques y filtros fotográficos avanzados la hacen única y diferente, ya que puedes darle un tratamiento profesional a cualquier imagen y compartirla con tu red de amistades tanto en Instagram como en otros lugares como Pinterest, Facebook, Tumblr, etc..... INSTA-GRAM está formado por estas dos palabras: INSTA, refiriéndose a la palabra instantáneo, en honor a las antiguas cámaras instantáneas, y la palabra GRAM, refiriéndose a la palabra telegrama (telegram en inglés), en honor a la antigua forma de compartir mensajes. (párr.4 y 7)

Entre las diferentes redes sociales, *Instagram* se ha ido fortaleciendo. Se puede interactuar con los seguidores de una manera creativa y dinámica. Aunado a esto, podemos decir que también es la red con más funciones, ya que los retoques de fotografías son un poco más profesionales que las otras plataformas.

4.3.1. Historia

De acuerdo a Metesta, D. (2019) algunos de los datos más sobresalientes sobre *Instagram* son:

Creada por Kevin Systrom y Mike Krieger, en San Francisco. Ambos creadores, estaban en busca de un proyecto fotográfico móvil, combinaron sus conocimientos en dicho tema; y así nació *Instagram*. Fue lanzada en octubre de 2010. En dos años, logró tener mucho éxito, para 2012 ya contaba con 100 millones de usuarios. Para el año 2014, ya tenía más de 300 mil.

Fue la primera red social en brindar filtros fotográficos avanzados y “*selfie*”. Los usuarios quedaban satisfechos al editar casi como profesionales sus fotos. Con ello, la gente obtenía más atención en sus cuentas y se volvían más populares.

Al principio, la aplicación estaba disponible solamente para dispositivos móviles iPhone. Sin embargo, debido a la demanda, se puso a disposición en dispositivos Android y en computadoras.

A principios del año 2011 se crean los *hashtags*, como estrategia para ayudar a los usuarios a descubrir fotos de otras personas que comparten imágenes con temas similares o iguales.

Para septiembre del mismo año, sale la versión 2.0 en la App Store. Las novedades eran que incluían filtros en vivo, nuevas opciones para aplicar efectos de desenfoque a lugares específicos y mejoró la edición de imágenes de alta resolución.

A mediados del 2012, se crea la versión para el público en Android. Más de 430 mil personas se registraron y comenzaron a utilizar la aplicación. Cuando se dio el anuncio, se obtuvieron un millón de descargas en menos de 24 horas.

El éxito de la aplicación fue tan grande que el 9 de abril de 2012, Mark Zuckerberg (dueño de la también famosa plataforma de *Facebook*), la compró. La venta fue calculada por la suma aproximada de mil millones de dólares. El motivo principal para comprarla, fue que *Instagram* le estaba quitando usuarios a *Facebook* por las nuevas tendencias.

En 2013 se introduce la opción de etiquetar a personas y marcas en las publicaciones. También se agregó *Instagram Direct*, herramienta que sirve para enviar mensajes directos y privados.

La aplicación iba cambiando año tras año, para 2015 se agregó la opción de publicidad. Con ello, muchas marcas comenzaron a promocionar: ropa, zapatos, viajes turísticos, etc.

El 2016 se convirtió en el año con más cambios para *Instagram*, se modificó el diseño, dejando su tradicional cámara vintage por un nuevo diseño atractivo y colorido. Agrega el *Instagram Stories*, una herramienta que permite subir fotos y vídeos que sólo está habilitada para 24 horas. Para finales de ese año, agrega una función más, que sería transmitir en directo, lo cual permite que los seguidores puedan unirse a la retransmisión, y la opción de “regalar corazones”.

De esta manera, dicha red social va formando parte de una de las redes más importantes del mundo, por su interactividad, conectividad y demás características

que la hacen única y la convierte, según Salinas (2017), en una de las redes sociales más usadas del mundo.

4.3.2. Características

Instagram se ha ido convirtiendo en una de las favoritas entre los jóvenes. No importa el parecido que tenga con Facebook y Twitter. Es la más llamativa, por sus variadas funciones que ya se han mencionado anteriormente y algunas otras, se mencionarán a continuación.

Salinas (2017), agrupa las características de la siguiente manera:

- **Dinamismo:** cuenta con un gran catálogo de filtros, marcos y la opción de transmitir en directo. Crear un *hashtag* hace más visible la imagen.
- **Conectividad:** las personas que tengan una cuenta, pueden reaccionar a las publicaciones e incluso pueden estar más conectados cuando se hace uso de un *hashtag* (hace que se cree una comunidad) y se comentan las publicaciones de los seguidores o los seguidos.
- **Masividad:** se ha convertido en una de las redes sociales que ha alcanzado a todas las personas alrededor del mundo (cuenta con 800 millones de usuarios).
- **Interactiva:** se puede publicar cualquier contenido visual, como imágenes, fotografías de secuencia e incluso videos de un minuto de duración. Se puede usar para mostrar contenido gráfico que también puede ser publicada en Facebook y Twitter desde la cuenta de *Instagram*.
- **Accesible:** se puede acceder desde cualquier dispositivo móvil, hasta una computadora, lo que permite mayor interacción y conectividad.
- **Bidireccional:** en el tema de las marcas, esta es una característica importante porque *Instagram* les permite tener relación con sus usuarios activos en esta red y hay mejor interacción entre clientes y la marca, lo que permite que las empresas capten su atención.
- **Plataforma Visual:** se destaca por ser una aplicación exclusivamente para contenido visual (imágenes y videos).

El uso de los *hashtags* nos permite tener más difusión en la red. Con ellos, se puede localizar fácilmente la información que estamos brindando, así como las imágenes que compartimos con los seguidores.

Antes de descargar esta aplicación en Google Play o Apple Store, la descripción que se puede leer es la siguiente:

Las personas y las cosas que amas, más cerca: *Instagram from Facebook*

Conéctate con amigos, comparte lo que haces o entérate de las novedades de tus seres queridos de cualquier lugar del mundo. Explora nuestra comunidad, en la que podrás mostrarte tal cual eres y compartir desde momentos cotidianos hasta los grandes acontecimientos de tu vida.

Exprésate y conéctate con amigos

- * Agrega a tu historia fotos y videos que desaparezcan después de 24 horas, y dales vida con herramientas creativas y divertidas.
- * Envía mensajes a tus amigos con Messenger. Comparte y conéctate con otras personas a través de lo que ves en el feed y las historias.
- * Usa la función "Reels" de *Instagram* para crear y descubrir videos cortos y entretenidos.
- * Publica en tu feed fotos y videos que quieras mostrar en tu perfil.

Obtén más información sobre lo que te interesa

- * Echa un vistazo en IGTV para descubrir videos más largos de tus creadores favoritos.
- * Inspírate con fotos y videos de cuentas nuevas en la sección "Explorar".
- * Descubre marcas y pequeñas empresas, y compra productos relevantes para tu estilo personal.

Algunas funciones de Instagram podrían no estar disponibles en tu país o región.

Una de las características de los nativos digitales según Prensky (2001) es que prefieren los gráficos a los textos y funcionan mejor cuando trabajan en la Red y cómo podemos observar, *Instagram* es una red social basada en fotos y videos, es decir, totalmente visual. En la actualidad, los jóvenes son más prácticos y prefieren la información fácil y rápida, por ello, esta red social es la más adecuada para nuestra propuesta.

4.3.3. Ventajas

Además de las características anteriormente mencionadas, la aplicación también cuenta con algunas ventajas.

Para Salinas (2017), son:

- Editar fotos con su amplio catálogo de filtros, marcos, etc.
- Está disponible para Android, iPhone y computadoras.
- Es gratis.
- Vincula las publicaciones a Facebook y Twitter.
- Guarda las fotos automáticamente, sin la necesidad de haberlas publicado.
- Bloquear a cualquier usuario para evitar que vea tu perfil.
- Enviar mensajes directos.
- Usar hashtags específicos para que las imágenes sean más vistas.
- Es un medio de comunicación visual, que ofrece imágenes, videos y mensajería privada.
- Promueve habilidades fotográficas. Los usuarios deben tomar criterios para utilizar ángulos, planos, filtros, etcétera, para tener una buena imagen.
- Por ser una red masiva, permite tener conexión con millones de personas.
- Tiene mayor alcance de visibilidad y difusión, gracias al contenido gráfico y visual de calidad.
- Mostrar la creatividad, ya que las imágenes que se utilizan pueden tener una buena composición fotográfica y atractiva.

El conocer estas ventajas nos ayuda a estar convencidas de que es la mejor opción para nuestro proyecto. Además de subir imágenes, vamos a interactuar con los

usuarios a través de encuestas, videos, etc. para conocer su opinión sobre el tema. Y poder conocer más sobre los temas que tienen dudas y así poder ayudarlos más.

4.4. El adolescente y las redes sociales

Hoy en día, las personas y sobre todo los adolescentes, utilizan las redes sociales como espacios de socialización y búsqueda de contenidos que sean de su interés. Vivimos en un nuevo mundo lleno de tecnología, misma que va en constante cambio y aumento de acuerdo a las necesidades y demandas de los usuarios.

La manera de interactuar con los adolescentes, ha ido cambiando. Es indispensable que nosotros como profesionales de la educación vayamos actualizándonos con ellos, para lograr una buena comunicación y que el mensaje les llegue de una manera adecuada.

Los adolescentes invierten la mayor parte de su tiempo en el celular. Están pendientes todo el día, todos los días, de sus redes sociales (las actualizaciones, cuántos seguidores tienen, quiénes comenzaron a seguirlos, los *likes* que tuvo su foto, etc.). Por ello es fundamental, indagar un poco más, sobre la relación entre estos dos. Para poder orientarlos sin que ellos se sientan atacados y/o insultados por estar tan al pendiente de su celular.

García y Del Hoyo (2013), afirman que hoy en día los jóvenes se encuentran interconectados entre sí, a través de las redes sociales, son capaces de comunicarse con varios amigos al mismo tiempo y pueden acceder desde internet a cualquier tipo de información.

Si bien es cierto que las redes sociales nos mantienen cerca de las personas a las que tenemos lejos (como parientes, amigos, etc.), también nos alejan de los que tenemos más cerca. Al igual, nos ayudan a obtener información de una manera más rápida y sencilla, sin necesidad de salir de casa.

“...los jóvenes y adolescentes necesitan sentirse partícipes de algo, de tener su propio sitio personal y de construir una red de amigos. Se buscan sentimientos de pertenencia y afiliación, información, identidad y valores, los que determinan la forma de relacionarse en las redes.” (Díaz, *n.d.* párr.6)

Utilizar las redes sociales, puede traer cosas positivas en los adolescentes, mediante estas pueden expresarse, encontrar una identidad y sentirse parte de una comunidad. Además, muchas veces ciertos temas relacionados a la sexualidad son difíciles de tratar, pues a los adolescentes les da pena preguntar sus dudas a los profesores o familiares por el temor al “qué dirán” o simplemente no quieren que sepan del comienzo de su vida sexual. Si se tienen plataformas que brinden información correcta y segura sobre estos temas, será más fácil que los adolescentes puedan tener interacción y aprendan sobre éstos.

“El uso moderado y adecuado de las nuevas tecnologías es positivo para satisfacer algunas necesidades de los adolescentes como son las relativas al juego y tiempo de ocio, la educación formal e informal, la interacción entre iguales, etc.” (Quintana, 2016, p.5)

De alguna manera, los adolescentes al estar en busca de su identidad, utilizan las redes sociales como medio de comunicación. Aunado a ello, están en pleno desarrollo de su sexualidad y las dudas que les surgen, no son aclaradas por adultos, sino por internet. De ahí, surge nuestra propuesta de trabajar el tema embarazo en la adolescencia a través de la red social *Instagram*.

4.5. Redes sociales y educación informal

La creciente digitalización de la sociedad en los últimos años ha generado grandes cambios en diferentes ámbitos, por ejemplo: en la comunicación y en la educación. Actualmente, el contacto con las personas ha disminuido y se tiene más comunicación a través de las pantallas digitales. Muchas personas han optado por interactuar por medio de las redes. La educación es más fácil con las nuevas tecnologías, ahora se tiene la información en cuestión de segundos, no como antes que tenían que pasar horas en una biblioteca para leer y/o buscar los libros adecuados.

Rodríguez (2010) define a la educación como “el proceso de vinculación y concienciación cultural, moral y conductual, a través del cual, las nuevas

generaciones asimilan y aprenden los conocimientos, normas de conducta, modos de ser y formas de ver el mundo, además de crear nuevos conocimientos.” (p. 36)

De acuerdo al concepto anterior podemos decir que la educación es un proceso evolutivo, esto quiere decir que va a depender de la época en donde el hombre se encuentre. Por ello, debe ir en constante cambio de acuerdo a las necesidades de cada comunidad, pues no se pueden quedar con la didáctica de antes donde el docente es el que tiene la razón de todo y el alumno no puede cuestionar absolutamente nada.

La educación no sólo se produce dentro de las aulas de los colegios, sino que en cada lugar de este mundo se puede producir la educación: en una cafetería, en casa de un amigo, en una biblioteca, en nuestra propia casa, etc. Esto es debido a que la educación se comparte entre las personas por medio de nuestras ideas, culturas, conocimientos, opiniones, etc. Por todo ello, la educación no solo se produce a través de las palabras, sino que está presente en todas nuestras acciones, sentimientos y actitudes. (Rodríguez, 2010, p. 36)

Sabemos que el aprendizaje hoy en día no solo se da en las aulas de clase, sino también suele darse en otros momentos y lugares como lo mencionamos en el capítulo anterior. Esto es la educación informal.

El internet es una herramienta en la cual además de compartir información, ahora se utiliza para entablar una comunicación y hacer debates de algunos temas en específico. Los sujetos no solo son consumidores de dicha información, si no que pueden aportar ideas y contenido.

“Internet ya no es una mera herramienta para distribuir y recuperar información, sino un instrumento para dialogar y compartir, para la comunicación interpersonal y para el entretenimiento” (Buckingham, 2013, pág. 10)

Actualmente, internet se ha convertido en una parte esencial de nuestras vidas. Se debe hacer mayor énfasis en incluir las redes sociales dentro de la educación, para que los alumnos obtengan beneficios de ellas (escolares y desarrollo personal). De esta manera, la tecnología nos ayudará a dar grandes pasos en la educación.

La creación de comunidades de aprendizaje, entendiéndolas como grupos temáticos de individuos con una finalidad educativa, se fundamenta en el hecho de que las personas aprendemos socialmente, a través de la participación activa en el desarrollo de actividades con sus pares y otras personas, aunque en muchos casos estas actividades sean individuales. Este tipo de comunidades favorecen aspectos como la comunicación y la participación, ayudando al alumno a pasar del contexto académico al mundo real. (Borrás, *n.d.* párr.4)

Esperamos que el adolescente tome en cuenta que las redes sociales y la educación no están peleadas, pueden trabajar en conjunto y de esta manera, obtener un mejor aprendizaje. Además, se mejorarán algunas actitudes como la comunicación y la participación, ya que muchas veces es más fácil hacer un comentario en redes que dentro del aula (donde normalmente se ve a los docentes como un modelo de autoridad incorregible).

Tener una red social como una comunidad de aprendizaje tiene ciertas características, que Borrás (*n.d.*) clasificaría de la siguiente manera:

- Ofrecen un entorno con múltiples herramientas y materiales de aprendizaje.
- Permiten el acceso a gran cantidad de información.
- Fomentan aprendizaje informal autónomo.

Lograr un aprendizaje autónomo es lo ideal, de esa manera, es como se da el Constructivismo social, mencionado en el capítulo anterior. De ahí parte la manera de aprender. El adolescente comenzará a construir nuevas ideas o conceptos basados en su conocimiento pasado, combinado con el que comenzará a adquirir en redes sociales. Al hacerse responsable de su propio aprendizaje también desarrollará una capacidad crítica.

Las redes sociales “Son una herramienta que permite abordar la educación desde una perspectiva diferente, integrando los aprendizajes que nos aportan, tanto la educación formal, como la informal, lo que suponen la posibilidad de crear métodos de aprendizaje mucho más ricos y completos, más positivos y atractivos para el alumnado y para la comunidad educativa en su conjunto.” (Cruz, 2017, p.21)

Si hablamos de la educación informal como algo que surge de la vida cotidiana y que se compone de interacciones, las redes sociales pueden ser un medio donde se dé este tipo de educación. Son un escenario en el que se puede dar un aprendizaje inconsciente, además que debemos considerar que los adolescentes que utilizan las redes sociales invierten varias horas de su tiempo y reciben mucha información a través de estas.

Por lo anterior, es que nosotras decidimos recurrir a *Instagram* para difundir este tema. Es una red social que los adolescentes utilizan de manera frecuente y el que estén viendo imágenes creativas con información sobre el tema de embarazo en la adolescencia, hará que tengan el tema más presente y puedan adquirir el aprendizaje de una manera informal.

CAPÍTULO V

PROPUESTA PEDAGÓGICA

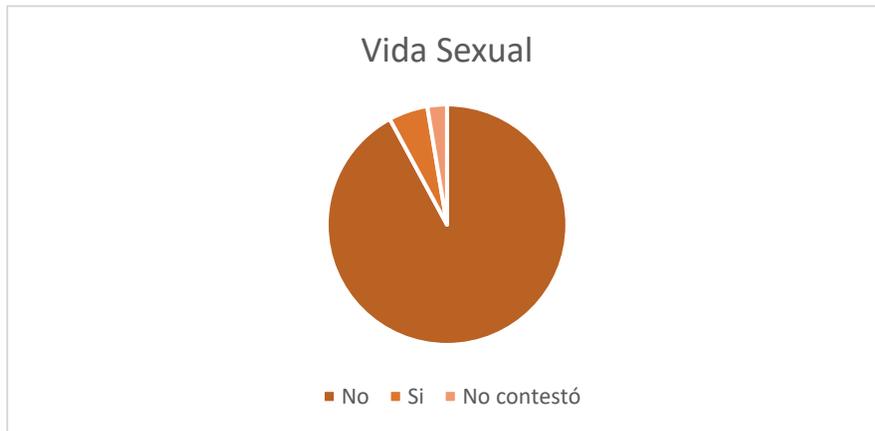
En el capítulo, daremos a conocer en qué consiste nuestra propuesta para ayudar a la problemática del Embarazo Adolescente. Expondremos nuestros objetivos y expectativas al realizar dicha actividad.

La propuesta que a continuación se presenta, pretende ayudar a la problemática que se ha venido presentando a lo largo de los años en la población adolescente, que tiene que ver con cómo ejercen su sexualidad y que se manifiesta con el embarazo a temprana edad. Nuestra idea es ayudar a los adolescentes a obtener la información de la mejor manera con base en el constructivismo para que sea significativa, no pretendemos que se sientan obligados a tomar temas o talleres, porque, aunque si hay participación, no se le da la importancia debida.

Nuestro interés surge a partir de un diagnóstico realizado en la secundaria “Aztecas” N.º 188 en el turno matutino, ubicada en calle Amatl esq. con Xochiapan s/n Col. Santo Domingo, Alcaldía Coyoacán. Se aplicaron dos instrumentos (Anexo 1, Anexo 2) sobre el tema de “métodos anticonceptivos” y los resultados obtenidos fueron que la mayoría de los alumnos del grupo 3ºE (38 alumnos), saben los métodos anticonceptivos, pero no tienen gran conocimiento acerca de su uso.

Del análisis del cuestionario “Nivel de Conocimientos de Métodos Anticonceptivos”, (Anexo 1) obtuvimos lo siguiente:

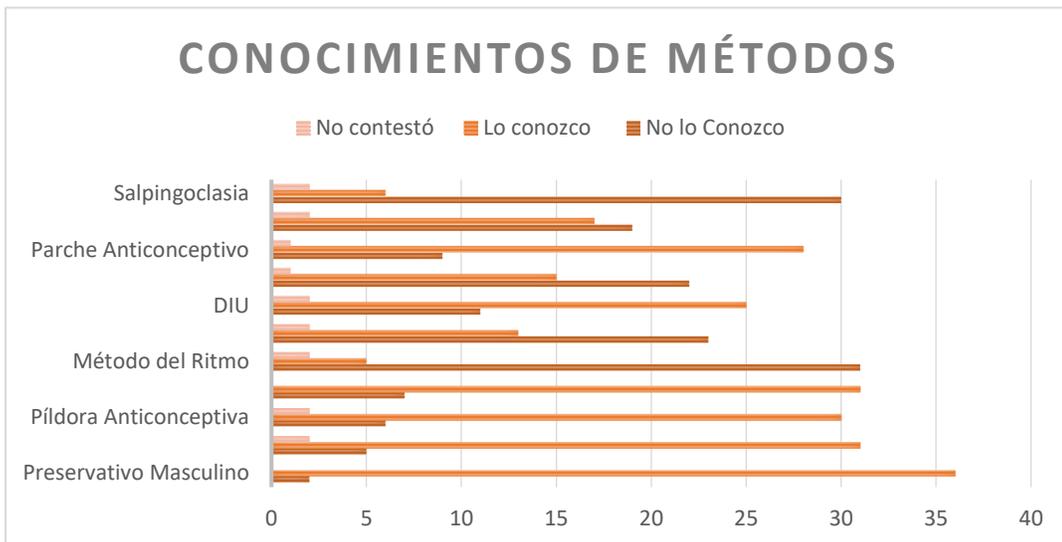
- En un salón de 38 alumnos, 10 tienen 13 años, 25-14 años y 3-15 años.
- De los 38 alumnos, 17 son hombres, 20 mujeres y 1 no respondió.
- 35 de los alumnos aún no comienzan con su vida sexual, 2 ya iniciaron y 1 no contestó. Se puede observar que el 92% de los alumnos encuestados no han tenido relaciones sexuales, el 5% de los alumnos ya iniciaron su vida sexual y 3% de los alumnos no respondieron.



Gráfica 1. Vida Sexual. Elaboración propia.

Como podemos observar la gran mayoría de alumnos aún no comienza su vida sexual, pero debemos de tomar en cuenta el rango de edad en el que se encuentran. Podemos decir que están en una edad muy corta y que aún no son suficientemente maduros para comenzar su vida sexual. Sin embargo, deben recibir la orientación adecuada para que aprendan a cuidar su cuerpo y entiendan todos los riesgos que conlleva esta decisión en esa etapa de crecimiento.

En la siguiente gráfica podemos observar cuales son los métodos anticonceptivos más conocidos por los alumnos.



Gráfica 2. Conocimientos de Métodos. Elaboración propia.

La mayoría de los alumnos conocen los preservativos, tanto masculino como femenino, pero no lo conocen con ese nombre, sino como "condón"; Se les tuvo que

explicar qué era un preservativo para que ellos lo identificaran. Los métodos que no conocen, son la vasectomía y la salpingoclasia. El parche anticonceptivo, la inyección hormonal, el DIU, el coito interrumpido, el método del ritmo, la píldora del “día siguiente” y la píldora anticonceptiva, son poco conocidos y no se tiene mucho conocimiento sobre ellos. Aquí es donde se debe hacer mayor énfasis, para que los adolescentes sepan que existen más métodos y que aunque no son tan efectivos y solamente los ayuda a prevenir embarazos y no ETS, pueden ser utilizados para ejercer de una manera responsable su sexualidad.

Los resultados obtenidos del cuestionario “Nivel de Conocimientos acerca de los Métodos Anticonceptivos” (Anexo 2) fueron:

- 31 de los estudiantes creen que los conocimientos que tienen acerca de la sexualidad son suficientes para poder evitar un embarazo.
- 31 de los alumnos saben para qué sirve un método anticonceptivo y que les ayudará a prevenir un embarazo.
- De 38 estudiantes que contestaron el cuestionario, 32 consideran que la información y apoyo que les brinda su escuela les será útil para evitar embarazos.
- A pesar de que los métodos de barrera suelen ser los más comunes, la mayoría de los alumnos no los conocen y no saben cómo se utilizan.

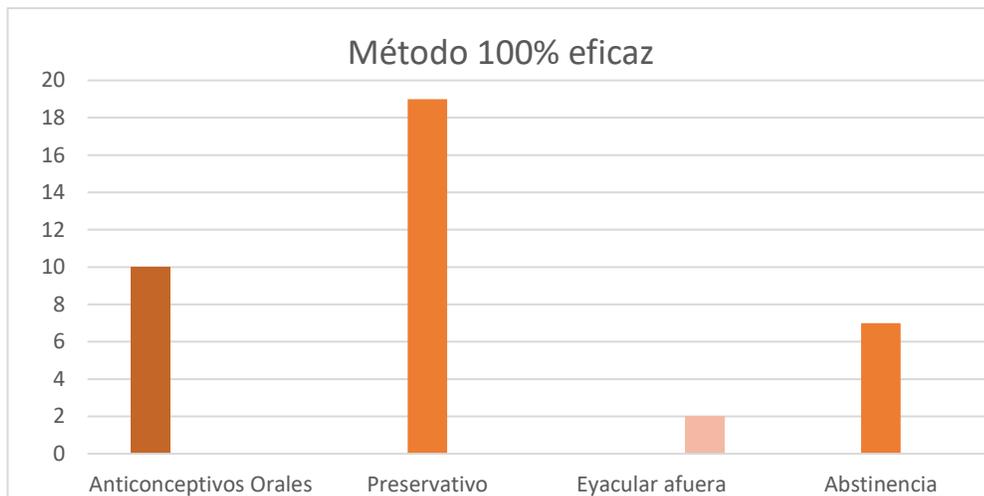


Gráfica 3. Métodos de barrera. Elaboración propia.

Este fue uno de los resultados del diagnóstico que más llamó nuestra atención, pues como lo mencionamos, los métodos de barrera son de los más conocidos, comunes y accesibles. Este resultado no coincide con la pregunta de “¿cuáles

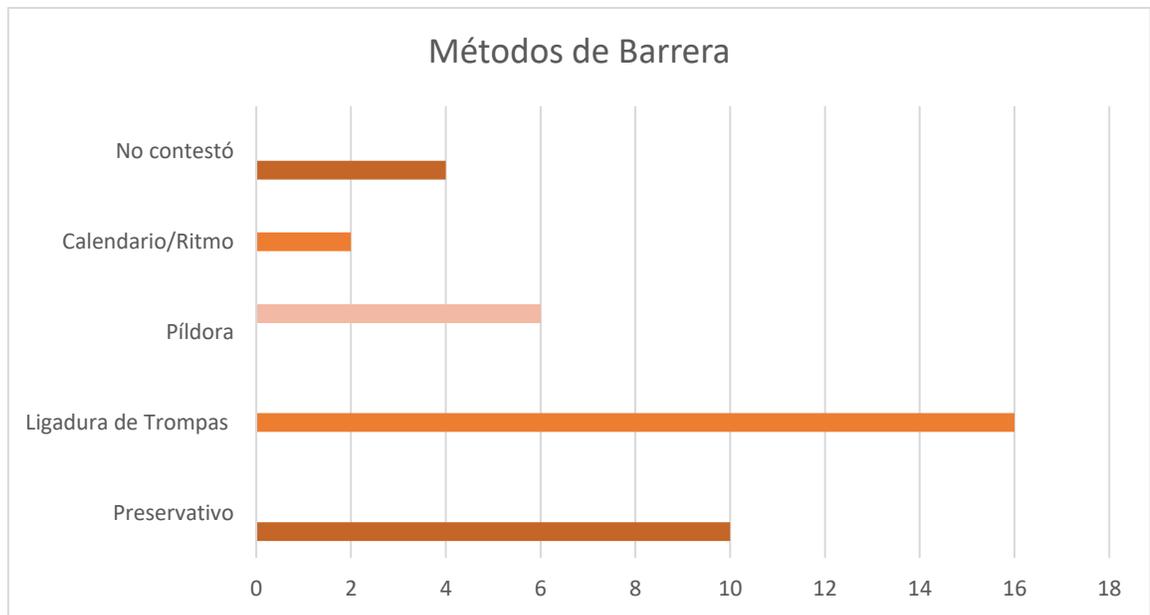
son los métodos anticonceptivos que más conoces?”, pues ahí la respuesta con más porcentaje es el de los preservativos.

- 19 de los estudiantes creen que el método anticonceptivo 100% eficaz para evitar un embarazo es el preservativo.



Gráfica 4. Método 100% eficaz. Elaboración propia.

- 21 de los alumnos saben cuáles son los métodos anticonceptivos naturales. Aunque también una gran cantidad piensa que los métodos naturales son el preservativo, píldoras o pastillas.
- 15 alumnos saben cuáles son los métodos hormonales y 23 alumnos no saben cuáles son.
- Únicamente 10 alumnos supieron que el preservativo es un método de barrera.



Gráfica 5. Preservativo: método de barrera. Elaboración propia.

- 35 estudiantes de los 38 que contestaron el cuestionario están de acuerdo en el uso de métodos anticonceptivos.

Estos datos fueron los que llamaron más nuestra atención, nos dimos cuenta de que algunas respuestas eran contradictorias y nosotras nos preguntamos:

- ¿Qué tantos conocimientos tienen los adolescentes sobre métodos anticonceptivos, para prevenir el embarazo no deseado?
- ¿Cuánta y qué tan verídica es la información que obtienen los adolescentes sobre esta problemática a través de las redes sociales?
- ¿Los adolescentes están conscientes de las consecuencias de un embarazo a esa edad?

Hablar de sexualidad con los jóvenes hace que:

- Mejore su actitud con relación a los temas de salud, los componentes sexuales y reproductivos.

- No aumente la actividad sexual, el aumento de riesgo, o los índices de ETS ni VIH.
- Ayudar a que los adolescentes tomen conciencia de las consecuencias que trae el embarazo adolescente a temprana edad.

Los programas que promueven la abstinencia no han sido eficaces ya que, a los jóvenes, lo prohibido les resulta llamativo. Los programas que combinan la abstinencia con el uso adecuado de métodos anticonceptivos, han sido un poco más favorables.

Por lo anterior, nosotras proponemos la creación de una cuenta en la red social *Instagram* para la prevención de embarazos no deseados en adolescentes. Ésta, coadyuvará en la generación de conciencia en los adolescentes a través de la información brindada. Todo esto para que entiendan las situaciones y los riesgos a los que tendrían que enfrentarse al ser padres a temprana edad.

5.1. Fundamentación teórica

Planteamos la necesidad de que los adolescentes reciban una educación sexual, para tener claro el concepto, nos enfocaremos en la definición de la UNFPA (2016):

“La educación sexual integral es un enfoque de la educación sobre sexualidad basado en los derechos y con perspectiva de género, tanto dentro como fuera del ámbito escolar... Incluye información científicamente precisa sobre desarrollo humano, anatomía y salud reproductiva, así como información sobre anticoncepción, parto e infecciones de transmisión sexual (ITS)... Y va más allá de la información al ayudar a los y las jóvenes a explorar y cultivar valores positivos en torno a su salud sexual y reproductiva.” (párr. 4-5)

Las redes sociales se han consolidado como herramientas de comunicación dentro de la sociedad, a través de las cuales, tanto individuos como empresas, han logrado proyectar, informar, compartir y difundir información con públicos o grupos específicos. Por ello, queremos que los adolescentes hagan un buen uso de las

mismas. Que aprendan que pueden utilizar estas plataformas con diversos fines que no solo son para entretenimiento, sino que también pueden ser formativas.

La creación de la cuenta en la red social *Instagram*, se realiza como una herramienta de intervención pedagógica, para enriquecer la educación sexual que se les brinda a los jóvenes. A su vez, prevenir lo no planeado a esta edad, a través el diálogo, la reflexión, la asertividad y concientización de los jóvenes.

La propuesta se encuentra fundamentada en el Constructivismo donde el conocimiento previo da nacimiento a conocimiento nuevo; y en la educación no formal que se obtiene de manera no estructurada y fuera de los establecimientos educativos oficiales de una sociedad.

5.2. Justificación

Como lo hemos mencionado anteriormente, en México la problemática del embarazo adolescente, es cada vez más preocupante pues los índices van en aumento. Nos parece de suma importancia darle prioridad a este tema, se tiene demasiada información, pero al no darle la propagación adecuada, no sirve de nada todo lo que se ha hecho para tratar de dar fin a este problema.

La Orientación Educativa es un proceso de ayuda continuo a todas las personas y en todos sus aspectos, con una finalidad de prevención y desarrollo, mediante programas de intervención educativa y social, basados en principios científicos y filosóficos. La orientación es considerada como parte integral del proceso educativo. Implica a todos los educadores y debe llegar a todas las personas, en todos los aspectos y durante todo su ciclo vital. De esta forma, el papel del tutor educativo es muy importante porque está capacitado para detectar a tiempo, cualquier problemática educativa o personal en los alumnos. El tutor puede brindar orientación a los alumnos, sobre la educación sexual y así, evitar que los adolescentes tengan relaciones coitales sin el debido cuidado.

Como futuras pedagogas y orientadoras educativas, nos preocupa la situación actual. Muchas veces, los adolescentes mantienen relaciones sexuales coitales con sus parejas por presión social. No existe nadie que les explique que no es malo ser

virgen; pues al parecer, a las niñas de ahora les “estorba” la virginidad y la pierden solamente para ver qué se siente e incluso por presión social; y así, poder platicar con sus amigas cuando éstas cuenten sus experiencias sexuales. Los adolescentes no son capaces de medir consecuencias y piensan en “a mí no me va a pasar”; incluso hay jóvenes que aseguran que “con condón no se siente igual”, argumento que utilizan para convencer a su pareja de no protegerse. A veces, la pareja los chantajea al decirles que si no tienen relaciones sexuales coitales, van a terminar, ya que no es capaz de demostrarle su amor. Las jóvenes de ahora creen que solo de esa manera se puede demostrar amor y seden a su pareja. Aun cuando no están seguras de dar el siguiente paso, lo hacen para no quedarse solas, pero no piensan en qué es lo que ellas quieren de verdad.

Queremos dejar de lado los pensamientos anteriormente mencionados. Para que los adolescentes y en especial las jóvenes, aprendan a tomar esa decisión de una manera responsable. Es decir, sin sentirse presionadas ni por el novio ni por su grupo de amigas que ya están más experimentadas.

Nos parece importante intervenir, porque a pesar del fácil acceso a la información sobre métodos anticonceptivos y que las escuelas cada vez instituyen más acerca de cuestiones relacionadas con sexualidad, los índices de embarazos no deseados en adolescentes siguen en aumento. Es alarmante, porque además se han realizado campañas que no han dado los resultados esperados.

Es necesario reconocer que esta problemática desencadena otras condiciones negativas para el desarrollo de los adolescentes. Se vuelve relevante para el sistema educativo puesto que en muchas ocasiones, los estudiantes se ven en la necesidad de abandonar sus estudios. La razón, es que han embarazado a su novia, o han quedado embarazadas, aun cuando no completan su desarrollo físico y emocional.

La idea de utilizar esta herramienta surge de que las redes sociales aparte de estar en el campo del entretenimiento, hoy en día son un nuevo sistema de información e interacción, además, nos parece que es una manera diferente en la que los adolescentes pueden obtener nuevos conocimientos. Así, se darán cuenta de que

no se trata solamente de “leer información” si no que, pueden interactuar y hacer más dinámico el aprendizaje.

En los últimos años las tecnologías de la comunicación han impactado en el ámbito social, por lo que pueden ser de gran ayuda para fomentar prácticas en las que los adolescentes interactúen para mejorar su personalidad y forma de pensar. Debemos aprovechar la importancia que le dan los adolescentes a las redes sociales y los recursos que estas nos brindan, para popularizar información que les ayudará en su futuro.

Existen redes sociales que son exclusivas para el uso educativo, pero nosotras decidimos utilizar una de las redes sociales más populares para que el contenido estuviera más presente en la vida de los adolescentes que nos siguen.

Pensamos que la idea de la creación de una cuenta en la red social *Instagram* (elegimos esa aplicación, después de analizar las demás en el capítulo IV y darnos cuenta de que es la más completa); es adecuada porque hoy en día, los adolescentes pasan la mayor parte del tiempo en internet. Las redes sociales y los celulares se han vuelto indispensables en la vida de los adolescentes y de esa manera, el acceso es más fácil y no es tan aburrido para ellos. Esto con el fin de que entiendan y vean de cerca las situaciones a las que tendrían que enfrentarse al ser padres a temprana edad.

Las redes sociales han impactado en la sociedad, en especial a los jóvenes y adolescentes que tienen alguna cuenta de correo electrónico. *Instagram* es una red social gratuita que permite compartir fotos, imágenes y opiniones a todos los usuarios.

5.3. Objetivos

En dicha propuesta, esperamos que los adolescentes:

- Observen de cerca, las dificultades a la que se enfrentan al ser padres a temprana edad.

- Hagan un buen uso de los métodos anticonceptivos, para evitar un embarazo no deseado.
- Tengan en cuenta datos estadísticos del embarazo adolescente en México.

Para que nuestra propuesta dé los resultados que queremos, nos planteamos los siguientes objetivos:

5.3.1. General

Despertar el interés y fomentar el sentido de responsabilidad para prevenir embarazos no deseados en adolescentes, mediante la creación de una cuenta en la red social *Instagram*.

5.3.2. Específicos

- Explicar los métodos anticonceptivos a los adolescentes para hacer buen uso de ellos.
- Brindar a los adolescentes información sobre la importancia de cuidar y respetar su cuerpo.
- Exponer los factores de riesgo y las consecuencias a las que se exponen cuando son madres/padres a temprana edad.

5.4. Metodología

Buscamos que la información brindada no sea tediosa para los adolescentes, sino que, por el contrario, vean el sitio como una página en la que pueden expresar sus dudas sin temor a ser juzgados. Estar tras una pantalla nos va a ayudar a que se facilite la comunicación.

La cuenta está dirigida para adolescentes de 15 – 18 años. Estamos conscientes que al ser una red social y no estar privada, nos pueden seguir personas de diversos rangos de edad. Lo que no nos afecta, puesto que entre más alcance tengan nuestras publicaciones, la información llegará a las personas que la necesiten.

El contenido de la plataforma será acorde a la edad y a lo “que está de moda” entre los jóvenes:

- Imágenes: se explicarán de manera breve, algunos datos importantes que deben saber y que algunas veces se dan por entendidos y no son así.
- Videos: se relatarán situaciones de los problemas a los que se enfrentan, de una manera divertida.
- Historias: Es una función de la aplicación y se harán interactivas, de manera que los adolescentes pueden participar y dar una pequeña opinión o externen sus dudas.

La dinámica será la siguiente:

- Se publicará contenido constantemente
- Se proporcionará información de manera creativa
- Se resolverán dudas sobre los métodos anticonceptivos
- Se harán ver las consecuencias que tendrían si quedan embarazadas y la responsabilidad extra de embarazar a su novia, en el caso de los niños

El contenido tendrá:

Imágenes y videos relacionados a los siguientes temas:

*Métodos naturales:

*Métodos hormonales:

*Métodos de barrera:

*Métodos quirúrgicos

*¿Qué es el embarazo no deseado?

*Cuáles son las dificultades a las que se enfrentan, tanto mujeres como hombres al tener un hijo

*Situaciones reales de tener un hijo

Decidimos nosotras crear las imágenes que se iban a estar subiendo a la cuenta de Instagram y para esto utilizamos PowerPoint, que como sabemos es un programa informático de Microsoft que sirve para hacer diapositivas y/o presentaciones. Estas pueden ser de texto esquematizado o de animaciones de texto e imagen a las que se les puede aplicar diferentes diseños.

Descargamos diferentes tipografías y utilizamos una amplia paleta de colores para que las imágenes fueran más llamativas. Para las ilustraciones nos apoyamos de bancos de imágenes los cuales tienen mucho contenido para libre uso.

También algunas imágenes y videos que compartimos en nuestras historias fueron contenido de otras cuentas y/o usuarios hasta de otra red social (Tik Tok), siempre dando crédito a los creadores e incluso recomendando las cuentas. Todo esto con el fin de brindarles a los adolescentes más cuentas con contenido e información confiable

Nosotras relacionamos todo lo anterior con la didáctica constructivista, Ferreiro (2007) menciona que “Es el proceso compartido por el maestro y los alumnos, en el cual el docente es el mediador entre el alumno, o grupos de alumnos, y el contenido de enseñanza, todo lo cual exige una participación activa intencionada y de cooperación de los alumnos” (p. 34 – 35)

Partimos de lo anterior, para poder crear el diseño de nuestra cuenta en *Instagram*, no queremos que se nos vea como autoridad, estamos en la búsqueda de una comunicación lateral, crear una comunidad en la que los seguidores sientan la confianza para preguntar de cualquier tema. También combinamos nuestro diseño con la educación no formal, que es aquella que no lleva una estructura y se da fuera de las instalaciones. Con ello, esperamos que la combinación de estas 2 teorías complementen nuestra propuesta.

5.4.1. Aplicación

Aquí es donde ponemos en marcha nuestra propuesta, pues como tutoras/orientadoras, queremos que los adolescentes encuentren la información

adecuada a lo que buscan. Una ventaja es que, al no conocernos físicamente, ellos se sentirán con más confianza de exponer sus dudas.

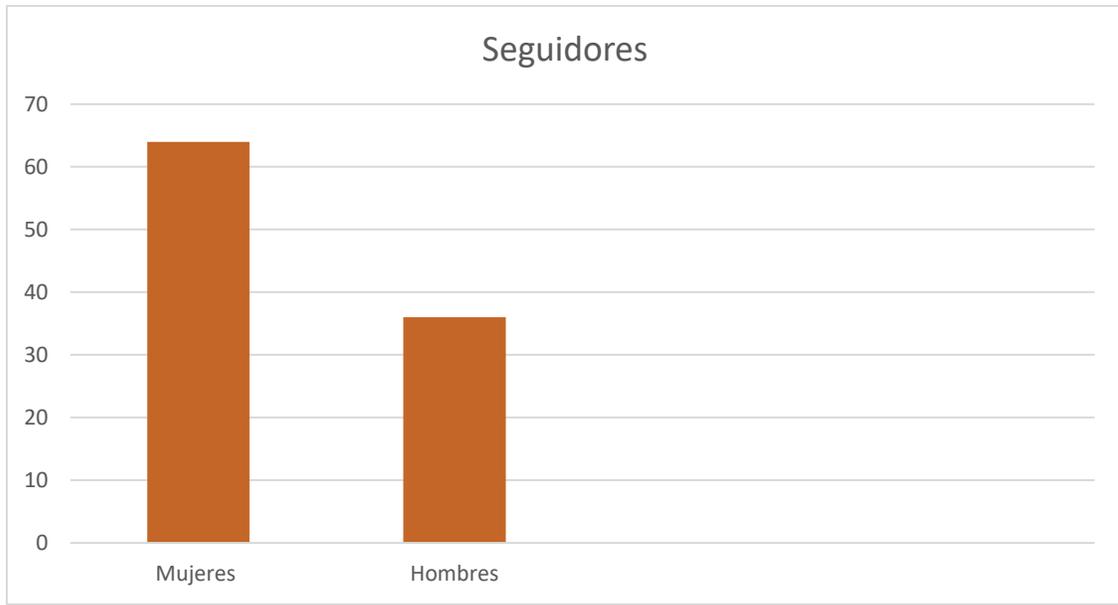
La cuenta se abrió el 20 de febrero de 2020 con el nombre de *educa.sex_*



Imagen 1. Logotipo. Elaboración propia

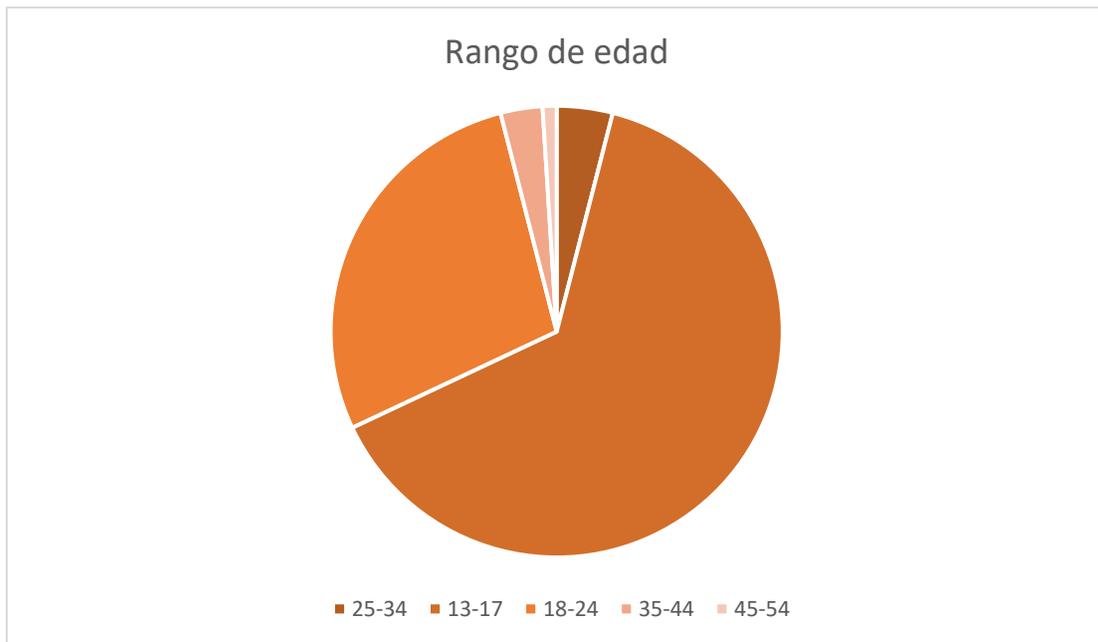
Para comenzar con la difusión de la cuenta, decidimos comentar con nuestros amigos cercanos (20 años o más). Con esto, la cuenta logró llegar a 42 seguidores. Posteriormente les pedimos de favor que nos ayudaran a recomendar nuestra página, de esa manera, logramos llegar a 84 seguidores y después 101 que tenemos actualmente.

De los 101 seguidores, 65 son mujeres y 36 hombres. Es decir que la población de mujeres (64%) interesadas en el tema es mayor que en el de los hombres (36%). Cuestión que nos parece de suma importancia ya que, como siempre las más interesadas en el tema son las mujeres. Desafortunadamente, los hombres no le dan mucha importancia al tema, porque la “responsabilidad” recae en las mujeres.



Gráfica 6. Seguidores. Elaboración propia.

El rango de edad de los seguidores es de:



Gráfica 7. Rango de edad. Elaboración propia.

Podemos observar que el 64% de nuestros seguidores entra en el rango de edad propuesto (15-18 años). Este dato, nos lleva a deducir que la información que se está proporcionando llegará a la población que queremos. Para nosotras es un logro importante ya que es más del 50% de la población que sigue la cuenta.

Se han realizado 18 publicaciones, entre ellas imágenes que muestran datos estadísticos sobre el tema y otras muestran información sobre los datos generales de los métodos anticonceptivos. Se realizaron 9 historias para interactuar, en donde se les mostraron videos de cómo es que se coloca el DIU de cobre y el SIU, otras historias, fueron sobre encuestas de conocimientos sobre los métodos anticonceptivos y otras fueron acerca de situaciones de la vida cotidiana. La finalidad, es que conozcan: qué son, para qué sirven, cómo se usan y cuál es su efectividad; de esa manera, podrán tomar una decisión sobre cuál es el mejor para usar, dejando claro que lo mejor es ir con un especialista para que los oriente.

5.5. Resultados

A la fecha nuestros resultados han sido favorables. Después de analizar el crecimiento que tuvimos durante estos 11 meses (febrero 2020 – enero 2021), pudimos notar que al principio tuvimos pocos seguidores, pero gracias a las recomendaciones logramos que aumentara. Cumplimos nuestra meta ya que la mayoría son adolescentes de 13-17 años y ellos son los principales destinatarios de nuestra propuesta.

Todas las imágenes e historias que se han publicado tienen una buena interacción (recibieron *likes*, comentarios e incluso las llegaron a compartir). Aunado a esto, observamos como ventaja que la difusión del contenido llegó a otras personas que, aunque no están en el rango de edad tiene la información y de esta manera se logra que más personas conozcan datos importantes sobre el tema.

Esperamos que la cuenta siga en aumento para seguir apoyando a los adolescentes en este tema y que esta información pueda llegar a las personas que lo necesiten para ayudar a que el índice en embarazo adolescente disminuya constantemente.

CONCLUSIÓN

Consideramos que erradicar o disminuir el porcentaje de embarazos adolescentes es una tarea compleja, ya que es un problema en el que influyen varios factores. Aunque sea una tarea difícil, tenemos que seguir trabajando para que la tasa de embarazo adolescente disminuya y México deje de encabezar la lista. Si lo anterior se logra, podríamos contribuir a disminuir la sobrepoblación a través de la reducción de la tasa de natalidad en nuestro país y la pobreza de nuestro país.

En lo relacionado a la sexualidad aún se tienen muchos mitos y tabúes, aunque poco a poco se ha empezado a hablar de este tema de manera abierta. Debemos estar conscientes de que los tiempos cambian y por consiguiente, la sociedad también, por eso no podemos quedarnos con los pensamientos de antaño ni seguir educando a nuestros hijos así. Si desde un principio se les hablara a los niños sobre sexualidad de forma más natural, al llegar a la etapa de la adolescencia, tendrían cimientos más sólidos y podrían tomar mejores decisiones a la hora de ejercer su sexualidad. Es imprescindible normalizar el tema para hacerle saber a los adolescentes que no está mal tener dudas acerca de las nuevas relaciones a las que se enfrentan.

Hablar de Constructivismo y educación no formal en conjunto nos ayudó para darlas a conocer y hacer saber que ambas se complementan. Ambas buscan la construcción del conocimiento que se crea de un conocimiento previo y no se obtiene certificación alguna, ya que se da de manera espontánea.

La educación sexual está incluida en el programa, pero es poco manejada dentro de las aulas y muchas veces solo nos limitamos a la información que se brinda en las instituciones educativas. Desde nuestro punto de vista, consideramos que abrir nuevos espacios de intervención es vital para lograr el impacto en los adolescentes; y que mejor que hacerlo a través de una red social que actualmente es donde los jóvenes pasan la mayor parte de su tiempo.

En la actualidad, las tecnologías de la información se han posicionado como muy buenos recursos para poder proporcionar información a muchas personas. Planear

estrategias y programas que incluyan a estas tecnologías podría funcionar para un mejor manejo de temas, desenvolvimiento de los alumnos dentro del aula de clases y adquisición de habilidades en su futuro como seres humanos y como profesionistas.

Una conclusión fundamental a la que llegamos, es la necesidad de brindar una educación sexual en todos los niveles educativos, ya que nos enfrentamos a temas muy complejos, en los que como ya lo mencionamos, socialmente existen muchos tabúes que se van transmitiendo de generación en generación, reproduciendo ideas erróneas. Además de que como sociedad (padres de familia y/o docentes), no estamos preparados al 100% para hablar de estos temas con los adolescentes e inclusive a nosotros mismos nos resulta vergonzoso hacerles mención de algún tema relacionado con la sexualidad.

Este trabajo culmina con la creación de una cuenta en *Instagram*. Su contenido es relacionado a temas de educación sexual, pensando en ayudar a disminuir el porcentaje de adolescentes embarazadas. Son muchas las inquietudes y dudas que se llegan a tener con respecto a la educación sexual, por eso todo el contenido que se comparte en la cuenta es para que los adolescentes estén informados y puedan tomar decisiones de su propia sexualidad de manera responsable y segura.

Al término de la investigación, pudimos observar que nuestro objetivo general se cumplió, puesto que el mensaje llegó a la población adecuada. El 64% son adolescentes: personas a las que iba dirigida nuestra propuesta y es en ellos en quienes queremos despertar el interés y sentido de responsabilidad sin que se sientan ofendidos o atacados.

De nuestros objetivos específicos, podemos concluir que:

- Los métodos anticonceptivos fueron bien explicados, se hicieron pequeñas infografías en las que se brindaban los datos más importantes de cada método.

- Se les hizo saber que es importante cuidar y respetar su cuerpo y la mejor manera de hacerlo, es tomando decisiones adecuadas que no afecten su futuro como profesionistas.
- Se les expusieron factores de riesgo a los que se enfrentan al ser padres a temprana edad, como lo es el desempleo y tener que abandonar sus estudios y, por ende, su carrera se ve truncada. Se les hizo hincapié en que la responsabilidad no es solamente de las mujeres, sino que los hombres deben asumir su responsabilidad y no olvidarse de que ellos formaron parte de la procreación del bebé.

Al abrir la página de *Instagram*, nos dimos cuenta de que sí tuvimos participación por parte de los seguidores. Las reacciones fueron aumentando, al igual que aumentaban los seguidores.

Creemos que, sí a los adolescentes se les proporcionan espacios para la reflexión sobre los beneficios de ejercer su sexualidad de forma libre, pero sobre todo responsable, existiría una gran posibilidad de que la ejercerían de manera segura.

Hablar de la educación no formal, es importante, más ahora en tiempos de pandemia. Con la nueva normalidad y modalidad escolar vía internet, es aún más importante abrir cuentas en redes sociales que hablen de temas diversos incluyendo el de sexualidad. Así, se logrará que los adolescentes y todo aquel que tenga acceso a internet pueda encontrar respuestas a las dudas que le surgen y no son capaces de expresar en público o con un docente al frente.

Si bien es cierto que lograr esto parece complicado, es necesario empezar a abrir este tipo de sitios en donde los adolescentes puedan encontrar información correcta y no se guíen con la información que brindan en cualquier página de internet o por lo que sus amigos les dicen. Muchas veces, ésta es errónea o de experiencias propias (que no son iguales en todas las personas) y por ende, puede haber confusión en la transmisión del mensaje. Debemos apoyarnos de páginas y redes sociales que sean confiables para poder tomar la decisión de seguir los consejos que ahí se brinden, es aquí donde podemos empezar a poner en práctica nuestro pensamiento crítico.

Pudimos concluir que en esta modalidad, los adolescentes expresan dudas al no saber quién está detrás de la pantalla. En el mes de septiembre, recibimos mensajes de dos seguidoras, quienes querían orientación acerca de un tema personal. Aunque no fueron temas sobre el embarazo adolescente, estaban relacionados al tema de sexualidad y nos ayudó para darnos cuenta que todo es más fácil a través de internet. Parece extraño, pero es más cómodo preguntar tu duda a algún desconocido que a alguien que te conoce. Lo anterior, tal vez por temor al “qué dirán”, pues vivimos en una sociedad en la que desafortunadamente, somos criticados y señalados por cualquier actitud mala o fuera de lo común.

Como sociedad mexicana nos hemos resignado a este tipo de situaciones y nos parece “normal” ver adolescentes embarazadas. No son bien orientadas en su proceso de cambio y por ello, caen en este tipo de situaciones que solamente las hace perder sus nuevos privilegios y las priva de vivir y disfrutar su adolescencia.

Muchos padres de familia no hablan con sus hijos porque piensan: *“Si hablo con mi hijo/a sobre el tema, le estoy dando permiso y/o la estoy incitando para que tenga relaciones sexuales”*. La realidad es que, al hablar con los jóvenes de estos temas, hará que ellos estén más informados y puedan ejercer su sexualidad de manera responsable. Es por ello, que nosotras creemos prudente que dentro del plan curricular se agreguen los cursos/talleres que mencionamos en el capítulo II para que, de esta manera, la información llegue a los padres de familia y docentes para que sepan cómo abordar el tema. Así mismo, también sería importante que los adolescentes hablen sobre cómo les gustaría que los adultos hablaran de estos temas con ellos para que no sientan que la información es tediosa o se aburran al escuchar esa clase de temas.

Debemos dejar de lado los complejos que se nos han venido inculcando sobre este tema. El trabajo se debe hacer en conjunto: docentes-padres de familia- alumno. Para que el índice de embarazos adolescentes sea cada vez menor, todos debemos hablar del tema como algo muy normal porque lo es, y dejar de catalogarlo como un tema que solamente debe tratarse con adultos.

REFERENCIAS

- Aberastury, A. (1900). *La adolescencia normal*. México: Paidós
- Araya, v. Alfaro, M. y Andonegui, M. (2007). *Constructivismo: Orígenes y Perspectivas*. Revista de educación Laurus, Vol. 13, núm. 24. Venezuela.
- Barragán, F. (1999). *Programa de Educación afectivo sexual. Educación Secundaria*. Revista Sevilla: Junta de Andalucía.
- Borrás, O. (n.d.). *Uso de las redes sociales en educación*. En: urjconline.atavist.com/uso-redes-sociales-educacion-2
- Buckingham, D. (2013). *Jóvenes interactivos: nueva ciudadanía entre redes sociales y escenarios escolares*. En: www.Revistacomunicar.com > verpdf
- Caraballo, A. (2018). *Embarazo adolescente: riesgos y consecuencias*. En: guiainfantil.com/articulos/embarazo/embarazo-adolescente-riesgos-y-consecuencias/
- Celaya, J. (2008). *La empresa en la WEB 2.0*. Editorial Grupo Planeta: España.
- Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (2015). *Sexualidad en la adolescencia*. <https://www.gob.mx/salud/cnegsr/es/acciones-y-programas/sexualidad-en-la-adolescencia>
- CEPAL, UNESCO. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*.
- CEUPE. (n.d.) *¿Qué es la didáctica?* En: ceupe.com/blog/que-es-la-didactica.html
- Colegio Williams. (2019). *Constructivismo: ¿Qué es y cuáles son sus beneficios?* En: blog.colegiowilliams.edu.mx/que-es-constructivismo-sus-beneficios
- CONAPO. (2015). *Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente*. En:

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/232448/1_ENAPEA_Reu_Extraordinaria_MMT.pdf

Cruz, L. (2017). *Adolescentes y redes sociales en la era digital*. España: Universitat de les Illes Balears.

De la Fuente, R., et al (1997). *Salud mental en los adolescentes*. México: FCF.

Díaz, A. (n.d.). *Adolescentes y redes sociales*. En: clinicalascondes.cl/CENTROS-Y-ESPECIALIDADES/Centros/Centro-de-Adolescentes-y-redes-sociales

Ferreiro, R. (2007). *Estrategias didácticas del aprendizaje cooperativo. El constructivismo social: Una nueva forma de enseñar y aprender*. México: Trillas.

Foreman, C. (2017). *10 tipos de redes sociales y cómo pueden beneficiar a tu negocio*. En: blog.hootsuite.com/es/8-tipos-de-redes-sociales/

Gabaldón, F. y Guerrero, E. (2009). *Formación ciudadana: ética y valores*. EMÁN: Argentina

García, A.A. (2008). *Presentaciones on-line y Redes Sociales Educativas*. En: <http://recursostic.educacion.es/observatorio/web/es/cajon-de-sastre/38-cajon-de-sastre/553-presentaciones-estilos-cognitivos-y-netgens?start=1>

García, J. y Figueroa J. (1992). *Práctica anticonceptiva en adolescentes y jóvenes del área metropolitana de la ciudad de México*. *Salud Pública* (34), 413-426. En <http://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/5519/5903>

García, M. y Del Hoyo, M. (2013). *Redes sociales, un medio para la movilización juvenil*. *Zer*. 18 (34)

García, Portillo, Romo y Benito. (n.d). *Nativos digitales y modelos de aprendizaje*. En: <http://ceur-ws.org/Vol-318/Garcia.pdf>

Gispert, J. (2004). *Prevención del embarazo no deseado*. 1º ed. UNAM.

Hernández, A. (2010-2011). *Didáctica General* España: Universidad de Jaén.

Hernández, L. (2015). Inician vida sexual entre 12 y 15 años. *Excelsior*.
<https://www.excelsior.com.mx/nacional/2015/01/18/1003289>

Hernández, S. (2008). *El modelo constructivista con las nuevas tecnologías: aplicado en el proceso de aprendizaje*. Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento. Vol. 5, núm 2.

IMJUVE. (2012). *Encuesta Nacional de Valores en Juventud 2012*. México: UNAM

INFOBAE (2019). *En México, una de cada 10 adolescentes ha tenido un hijo e inició su vida sexual a los 15 años*. En: <https://www.infobae.com/america/mexico/2019/05/19/en-mexico-una-de-cada-10-adolescentes-ha-tenido-un-hijo-e-inicio-su-vida-sexual-a-los-15-anos/>

Instituto Federal de Telecomunicaciones. (2019). *Uso de las TIC y actividades por internet en México: Impacto de las características sociodemográficas de la población*. En:
<http://www.ift.org.mx/sites/default/files/contenidogeneral/estadisticas/usodeinternetenmexico.pdf>

Instituto Nacional de las Mujeres. (2020). *Gobierno de México fortalece las acciones para erradicar el embarazo infantil y prevenir el embarazo en adolescentes*. En: <https://www.gob.mx/inmujeres/prensa/gobierno-de-mexico-fortalece-las-acciones-para-erradicar-el-embarazo-infantil-y-prevenir-el-embarazo-en-adolescentes?idiom=es#:~:text=En%20ese%20sentido%2C%20inform%C3%B3%20que,salud%20para%20las%20y%20los>

León, P., Minassian, M. y Borgoño, R. (2008). *Embarazo Adolescente*. Chile: Revista Pediátrica Electrónica. Vol. 5, N.º 1.

Mallart, J. (2001). *Didáctica, concepto, objeto y finalidades*. En: Sepúlveda, Félix y Rajandell Núria (coordinadores). *Didáctica General para psicopedagogo*. Madrid: UNED.

Matesa, D. (2019). *Qué es Instagram, para qué sirve y cómo funciona*. En: expertosnegociosonline.com/como-usar-instagram-y-para-que-sirve/

Muñoz, A. (n.d.). *Desarrollo cognitivo: el pensamiento del adolescente*. Centro de Psicología Virtual (CEPVI)

Navarrete, B. (2018). *Teoría del Constructivismo. Piaget*. En: primariagomezmaganda.com/inder.php/novedades/enseñanza-aprendizaje/84-teoría-del-constructivismo.piaget

Niemeyer, R. y Mahoney, M. (1998). *Constructivismo en Psicoterapia*. Barcelona: Paidós.

Obeso, P. (2019). *Redes sociales: que son, cómo funcionan qué tipos existen y cómo influyen en las estrategias de Marketing*. En: rockcontent.com/es/blog/que-son-las-redes-sociales/

Oliva, C. (2012). *Una intimididad cuestionada*. Aposta: Revista de Ciencias Sociales.

OMS. (2020). *El embarazo en la adolescencia*. En: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>

Organización Mundial de la Salud (2018). *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>

Ortiz, D. (2015). *El constructivismo como teoría y método de enseñanza*. Revista: Sophia, Colección de Filosofía de la Educación, núm.19. Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana.

París, E. (n.d.). *El embarazo en la adolescencia*. En: bebesymas.com/embarazo/el-embarazo-en-la-adolescencia

Pineda, S. y Aliño, M. (2002). *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*. MINSAP: Cuba

Pozo, J.I. (1996). *Aprendices y maestros*. Madrid: Alianza.

Profamilia (n.d.). *Adolescencia y Pubertad*. En: profamilia.org.co/aprende/cuerpo-sexualidad/adolescencia-y-pubertad

Quintana, G. (2016). *Motivos para el uso de Instagram en los adolescentes*. En: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/10411/QuintanaPortillaGemaRosa.pdf?sequence=1>

Rodríguez, A. (2010). *Evolución de la educación*. En <https://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=13&ved=0CCwQFjACOAo&url=http%3A%2F%2Fdiainet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F3391388.pdf&ei=fylaVc2bKszJsAW6lGoBg&usg=AFQjCNE4or5aE4gppHRd5VRmv1DMAILIRw&sig2=gJS5G1phwWYzchaAMovttA>

Romo, A. (n.d.). *El enfoque sociocultural del aprendizaje de Vygotsky*. AFAAN.

Saldarriaga, P. Bravo, G. y Loor, M. (2016). *La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea*. Ecuador: Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

Salinas, A. (2017). *Historia, servicios y características de la red social Instagram*. En: mott.marketing/información-sobre-la-historia-servicios-caracteristicas-de-la-red-social-instagram/

Santos, H. (2007). *Educación Sexual en la escuela Buenos Aires*. Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires GCBA.

Secretaría de Salud de la Ciudad de México. (2014). *Por ti, por mí, por tod@s. Información vital para la salud sexual*. CDMX.

Secretaría de Salud. (2015). *Sexualidad en la Adolescencia. Programa de Salud Sexual y Reproductiva de los Adolescentes. CNEGSR*. En: <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/sexualidad-en-la-adolescencia-programa-de-salud-sexual-y-reproductiva-de-los-adolescentes-cnegsr>

Secretaria de Salud. (2016). *26 de septiembre: Día Nacional para la Prevención del Embarazo No Planificado en Adolescentes*. En: <https://www.gob.mx/salud/articulos/26-de-septiembre-dia-nacional-para-la-prevencion-del-embarazo-no-planificado-en-adolescentes?idiom=es>

Sobeida, M. (2012). *Embarazo adolescente*. Revista Electrónica Medicina, Salud y Sociedad. Vol. 3, N°1.

Soto, J.R. y Espidio, X.E. (1999). *La educación formal, no formal e informal y la función docente*. España: Universidad de Coruña.

UNESCO. (2014). *Educación Integral de la sexualidad: conceptos, enfoques y competencias*. OREALC: Chile

UNESCO. (2017). *La educación es esencial en la prevención de los embarazos en la adolescencia*. En: unesco.org/new/es/mediaservices/singleview/news/education_critical_in_preventing_adolescent_pregnancy/

UNESCO. (2019). *Por qué es importante la educación integral en sexualidad*. En: <https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad>

UNFPA -Fondo de Población de las Naciones Unidas- (2016). *Educación Sexual Integral*. En: unfpa.org/es/educación-sexual-integral

Universidad Internacional de Valencia. (2018). *Características definitorias de la educación informal*. En: universidadviu.com/características-definitorias-de-la-educacion-informal/

Valdez, B. (2019). *México ocupa segundo lugar a nivel mundial en embarazo adolescente*. Milenio. En: milenio.com/ciencia-y-salud/embarazo-adolescente-mexico-ocupa-mundo-latinoamerica

Vargas, G. y Rosado, Y. (2010). *Quiúbole con...interactivo*. México: Aguilar.

Vergara, C. (2019). *Biografía de Lev S. Vygotsky*. En: actualidadenpsicologia.com/biografia/lev-vygotsky/

Villa, G. y Jiménez, A. (2019). *Embarazo adolescente en México: un problema alimentado por la inequidad*. El País. En: elpais.com/elpais/2019/03/14/planeta_futuro/1552580422_784534.html

Zorzi, M. (n.d.). *Educación informal: concepto, características y ejemplos*. En: lifeder.com/educación-informal/

ANEXOS

Anexo 1

Folio: _____

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO

NIVEL DE CONOCIMIENTO DE MÉTODOS
ANTICONCEPTIVOS

Edad:

Sexo:

Grupo:

Instrucciones: Subraya la respuesta correcta. En el cuadro, contesta lo que se te pide de forma clara.

1.- ¿El uso de anticonceptivos es para?

- a) mujeres
- b) hombres
- c) ambos

2.- ¿Has tenido relaciones sexuales?

- a) sí
- b) no

Método	¿Lo conoces?	¿A través de dónde recibiste la información?	¿Cuál crees más útil? (marca con una palomita)	¿Cuál consideras más efectivo? (marca con una palomita)	¿Dónde puedes adquirirlo?
Preservativo masculino					

Preservativo femenino					
Píldora anticonceptiva					
Píldora “del día siguiente”					
Método del ritmo					
Coito interrumpido					
DIU					
Inyección hormonal					
Parche anticonceptivo					
Vasectomía					
Salpingoplastia					
Otro ¿cuál?					

Anexo 2

Folio: _____

Universidad Pedagógica Nacional.

Nivel de conocimientos acerca de los métodos anticonceptivos que tienen los alumnos de una secundaria.

Objetivo: Analizar el nivel de conocimientos acerca de los métodos anticonceptivos que tienen los alumnos de una secundaria. Contesta lo más honesto posible.

Instrucciones: Marca con una x tu respuesta.

	Sí	No	No sé
1. Consideras que tus conocimientos acerca de reproducción y sexualidad humana pueden ser aplicados para evitar un embarazo.			
2. Los métodos anticonceptivos son aquellos que ayudan a prevenir embarazos y algunos evitan enfermedades de transmisión sexual.			
3. El método de abstinencia sexual consiste en no tener las relaciones sexuales			
4. Crees que en la primera relación sexual una mujer puede quedar embarazada.			
5. Consideras que la educación y apoyo que brinda tu colegio en cuanto a métodos anticonceptivos te será útil para aplicarlos en tu vida y evitar embarazos.			
6. Crees que la píldora de emergencia no se recomienda usar de manera continua debido a su baja efectividad y la frecuencia de efectos secundarios.			
7. Consideras que el DIU (dispositivo intrauterino) es permanente.			
8. Conoces los métodos de barrera y cómo se utilizan.			
9. Crees que la vasectomía es un método anticonceptivo permanente en el cual se ligan y cortan los conductos deferentes, sitio por donde pasan los espermatozoides.			
10. Sabes cuál es la manera de usar inyecciones como método anticonceptivo.			

Instrucciones: Subraya tu respuesta.

11. ¿Cuál es el método anticonceptivo 100% eficaz para evitar el embarazo?

- a) Usando anticonceptivos orales.
- b) Usando preservativo.
- c) Terminar afuera o eyacular fuera de la vagina.
- d) Orinar después de haber tenido relaciones sexuales.
- e) La abstinencia.

12. ¿Para qué sirve el preservativo (condón) en la relación sexual?

- a) Previene el embarazo, las enfermedades de transmisión sexual y el SIDA
- b) Disminuyen la producción de semen
- c) Aumenta la sensación haciendo la relación sexual más agradable para la pareja.

13. ¿Cuáles de los siguientes métodos anticonceptivos son considerados naturales?

- a) Preservativo, píldoras o pastillas
- b) Método del ritmo.
- c) Inyecciones anticonceptivas.

14. ¿Cuál de los siguientes es un método anticonceptivo de barrera?

- a) El preservativo
- b) La ligadura de trompas
- c) La píldora
- d) Del calendario o del ritmo

15. ¿Cuál de los siguientes es un método anticonceptivo hormonal?

- a) El preservativo
- b) La ligadura de trompas
- c) La píldora
- d) Del calendario o del ritmo

16. ¿Cuándo deben tomarse los anticonceptivos orales?

- a) Deben tomarse solo los días que se tiene relaciones sexuales
- b) Deben tomarse diariamente
- c) Deben tomarse interdiario.

17. ¿Cuándo se toma la píldora del día siguiente?

- a) Se toma todos los días
- b) Se toma en caso de una relación sexual sin protección
- c) Se toma antes de una relación sexual

18. ¿Estás de acuerdo con el uso de métodos anticonceptivos?

- a) Sí
- b) No

Gracias por tu colaboración.