

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA



TEMA:

“ESTUDIO DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LA SEXUALIDAD QUE TIENEN LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE LOS SEGUNDOS SEMESTRES DE LA ESCUELA DE PEDAGOGIA, DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE, FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA DURANTE EL AÑO LECTIVO 2008-2009”.

Tesis Previa A La Obtención Del Título De Licenciados En La Especialidad
De Psicología Educativa Y Orientación Vocacional

- Cando Aguirre Segundo Rafael
- De Jesús Medrano Mayra Alejandra

DIRECTOR:

- Dr. Gabriel Echeverría

Ibarra, 2009

ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En Calidad de Director de la Tesis Titulada:

“EL CONOCIMIENTO DE LA SEXUALIDAD EN LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE LOS SEGUNDOS SEMESTRES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE, FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA DURANTE EL AÑO LECTIVO 2008-2009”.

Del señor Rafael Cando Aguirre y la señorita Mayra De Jesús Medrano estudiantes de la especialidad de Psicología Educativa y Orientación Vocacional, considero que el presente informe de investigación reúne todos los requisitos para ser sometido a la evaluación del jurado examinador que el H. C. Directivo de la Facultad designe.

Ibarra, julio del 2009

Dr. Gabriel Echeverría

DIRECTOR

DEDICATORIA

El presente trabajo lo dedicamos a DIOS el que día a día nos guía con su luz divina por el sendero del bien.

A nuestros padres quienes con su apoyo incondicional y su voz de aliento nos motivan a luchar siempre por nuestros ideales; he hicieron que culminemos con éxitos nuestra carrera profesional.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Técnica Del Norte, en Especial a la Facultad de Ciencia y Tecnología a sus distinguidas autoridades, docentes y alumnas los cuales nos permitieron aplicar la metodología descrita en el presente trabajo.

A nuestro querido director y amigo Doctor Gabriel Echeverría que con su constancia nos guio en la elaboración de este proyecto.

De manera especial un enorme agradecimiento a quienes de una u otra manera nos apoyaron en la elaboración del proyecto.

ÌNDICE

| | |
|----------------------|-----|
| Caratula | i |
| Aceptación Del Tutor | ii |
| Dedicatoria | iii |
| Agradecimiento | iv |
| Índice General | v |
| Resumen | ix |
| Introducción | 1 |

CAPITULO I

| | |
|---|----------|
| 1.- EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN | 2 |
| 1.1.- Antecedentes | 2 |
| 1.2.- Planteamiento Del Problema | 3 |
| 1.3.- Formulación Del Problema | 4 |
| 1.4.- Delimitación | 5 |
| 1.4.1.- Unidades De Observación | 5 |
| 1.4.2.- Espacial | 5 |
| 1.4.3.- Temporal | 5 |
| 1.5.- Objetivos | 5 |
| 1.5.1.- Objetivo General | 5 |
| 1.5.2.- Objetivos Específicos | 5 |
| 1.6.- Justificación | 6 |

CAPITULO II

| | |
|---------------------------------------|----------|
| 2.- MARCO TEÓRICO | 8 |
| 2.1. Fundamentación Teórica | 9 |
| 2.1.1 Fundamentación Epistemológica | 9 |
| 2.1.1.1 Humanista: | 10 |
| 2.1.2 Fundamentación Psicológica | 10 |
| 2.1.2.1 Teoría Contextual o Ecológica | 10 |
| 2.1.3 Fundamentación Sociológica | 11 |
| 2.1.3.1 Socio-Critica | 11 |
| 2.1.4. Modelo Pedagógico | 12 |
| 2.1.4.1 Modelo Crítico | 12 |
| 2.1.5 La Sexualidad | 13 |
| 2.1.5.1 Aspecto Biológico: | 14 |
| 2.1.5.2 Aspectos Psicológicos | 14 |

| | |
|--|-----------|
| 2.1.5.3 Aspectos Sociológicos | 14 |
| 2.1.5.4 Aspecto Espiritual | 15 |
| 2.1.6. Métodos De Control De Natalidad | 15 |
| 2.1.6.1 Métodos De Barrera | 16 |
| 2.1.6.1.1. El Condón, O Preservativo Masculino | 16 |
| 2.1.6.1.2. El Preservativo Femenino | 17 |
| 2.1.6.1.3. El Diafragma | 17 |
| 2.1.6.1.4. Espermicidas | 17 |
| 2.1.6.2. Dispositivos Intrauterinos | 18 |
| 2.1.6.3. Anticonceptivos Hormonales | 18 |
| 2.1.6.3.1. La Píldora Del Día Después O Píldora Postcoital | 19 |
| 2.1.6.3.2. El Implante Norplant | 19 |
| 2.1.6.3.3. El Parche Anticonceptivo | 20 |
| 2.1.6.3.4. El Fármaco Anticonceptivo Inyectable | 20 |
| 2.1.6.4. Esterilización Quirúrgica | 20 |
| 2.1.6.4.1. Vasectomía | 20 |
| 2.1.6.4.2. Ligadura De Trompas | 21 |
| 2.1.7. Enfermedades De Transmisión Sexual | 21 |
| 2.1.7.1 Gonorrea | 21 |
| 2.1.7.2 Sífilis | 22 |
| 2.1.7.3 Clamidia | 23 |
| 2.1.7.4 Papiloma Humano | 24 |
| 2.1.7.5 Herpes Genital | 24 |
| 2.1.7.6 Tricomoniasis | 25 |
| 2.1.7.7 Sida | 25 |
| 2.1.7.8 Haemophilus Ducreyi – Chancro | 26 |
| 2.1.8. El Enamoramiento | 26 |
| 2.1.8.1. Características Del Enamoramiento | 27 |
| 2.1.8.2. Evolución Del Enamoramiento | 28 |
| 2.1.8.3. El Desamor | 29 |
| 2.1.8.4. Después Del Desamor | 30 |
| 2.1.9. Asertividad | 31 |
| 2.1.9.1 ¿Cómo Debe Ser La Asertividad Entre La Pareja? | 31 |

| | |
|---|----|
| 2.1.10. El Embarazo | 32 |
| 2.1.10.1 Consecuencias Psicológicas Y Sociales | 32 |
| 2.1.11. La Masturbación | 33 |
| 2.1.11.1. Aspectos Positivos De La Masturbación | 33 |
| 2.1.11. 2. Técnicas De Masturbación | 34 |
| 2.1.11. 3. Consecuencias Psicológicas Y Medicas | 35 |
| 2.1.12. Petting | 35 |
| 2.1.13. Placer | 36 |
| 2.1.14. Identidad Sexual | 37 |
| 2.1.14. 1. Identidad De Genero | 37 |
| 2.1.14. 2. Rol De Genero | 37 |
| 2.1.15. Mitos Sobre La Sexualidad | 38 |
| 2.1.16. Guía Didáctica | 42 |
| 2.1.16.1. Aspectos Que Caracterizan La Guía Didáctica | 42 |
| 2.1.16.2. Funciones | 43 |
| 2.1.16.3 Componentes Estructurales | 44 |
| 2.2 Posicionamiento Teórico Personal | 48 |
| 2.3. Glosario De Términos | 49 |
| 2.4. Subproblemas o Interrogantes | 50 |
| 2.5. Matriz Categorial | 51 |
| CAPITULO III | |
| 3. METODOLOGIA DE INVESTIGACION | 52 |
| 3.1. Tipo de Investigación | 52 |
| 3.2. Métodos | 53 |
| 3.3. Técnicas e Instrumentos | 53 |
| 3.4. Población | 54 |
| 3.5. Esquema de la Propuesta | 55 |
| CAPITULO IV | |
| 4. ANALICIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS | 56 |

CAPITULO V

| | |
|--|-----------|
| 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | 68 |
| 5.1 Conclusiones | 68 |
| 5.2 Recomendaciones | 69 |

CAPITULO VI

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| 6. PROPUESTA ALTERNATIVA | 70 |
| 6.1. Título de la Propuesta | 70 |
| 6.2. Justificación e Importancia | 70 |
| 6.3. Fundamentación | 71 |
| 6.4. Objetivos | 73 |
| 6.5. Ubicación Sectorial y física | 74 |
| 6.6. Desarrollo de la Propuesta | 74 |
| 6.7. Impactos | 159 |
| 6.8. Difusión | 159 |
| 6.9. Bibliografía | 159 |

ANEXOS

RESUMEN

En este trabajo de investigación se logró determinar el nivel de conocimiento sobre la sexualidad que tienen las alumnas de los 2dos semestres de la escuela de Pedagogía de la FECYT en la Universidad Técnica del Norte, se evidencio bajos niveles de conocimientos y asertividad debido a la escasa o nula información que han recibido las jóvenes en sus instituciones educativas anteriores o por parte de sus padres como también a la errónea información emitida por sus pares; es por eso que después de conocer los factores que influyen en el bajo nivel de conocimiento de la sexualidad se propone la elaboración de una Guía de Educación Sexual y Afectiva que aporte a la formación integral de las jóvenes de la FECYT, mediante la adquisición de conocimientos científicos, vivencia de valores resaltando la importancia de la salud afectividad y asertividad sexual. Para evitar la propagación de enfermedades venéreas, embarazos no planificados, frustración emocional, abortos, deserción estudiantil etc., etc. Este trabajo se sustenta en el Humanismo, la Teoría Contextual o Ecológica, la Socio-Crítica, el Modelo Crítico, ya que contribuyen al crecimiento personal e integral de las jóvenes desarrollando potencialidades humanas como la adquisición de valores y actitudes, que conllevan a la formación de un ser humano activo, crítico, deliberante, que toma sus propias decisiones y es gestor de cambios porque no solo da conocimientos científicos sino que enseña a ser, sentir y vivir con los demás siendo autónomos, proactivos, responsables y creativos.

INTRODUCCIÓN

Realizar este trabajo de investigación de tesis fue en base al desempeño objetivo que se obtuvo al realizarla la respectiva investigación en las estudiantes de los segundos semestres de la facultad FECYT de la Universidad Técnica del Norte, investigando minuciosamente se determinando las causas internas y externas que influye los embarazos no deseados y la deserción escolar.

Su contenido y ejes psicológicas se sustentan en referentes teóricos de diferentes autores que engloban el tema de la sexualidad y de todo lo que encierra la misma, siendo a su vez aspectos idóneos y sustanciales para el análisis físico, psicológica, emocional y porque no decirlo, espiritual de cada estudiante.

Con los resultados obtenidos de las investigaciones realizadas, se ha elaborado una propuesta consistente basada en una guía interactiva y psico-pedagógica que permitirá desarrollar un ente de seguridad, conocimiento y asertividad en la toma de decisiones y en los comportamientos afectivos, esto por supuesto, para los que consideren oportuno la socialización de dicha propuesta.

Este proceso recupera los espacios de comportamientos objetivos y responsabilidades autóctonas en el medio social, familiar y educativo en las que se desenvuelven, pues se pretende enfocar un desarrollado del nivel de autoestima y asertividad que le lleve a alcanzar metas propuestas, reduciendo considerablemente los embarazos no planificados y la epidemia imponente de las enfermedades de transmisión sexual.

CAPITULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes:

Hablar de nuestra sexualidad nunca ha sido tarea fácil, el ser humano no se ha resignado a callar y no ha cesado de hablar de la sexualidad y todo lo que ella implica. Las personas hoy en día comentan en secreto y a escondidas los misterios del cuerpo y del placer que provocan las diferencias entre mujeres y hombres, las diferentes circunstancias de las conquistas y de los goces indescriptibles que se originan en la fusión de los amantes.

Pese a las nuevas actitudes modernas que han sido más libres y espontáneas, aún persisten prejuicios, desconocimientos y temores antiguos que siempre harán del tema de la sexualidad una realidad conflictiva. En esta fuente virtual <http://www.cienciapopular.com/n/> se señala que **“Jamás en la historia de la humanidad, el mundo se ha erotizado tanto como el actual”**. Parece imposible vender algo sin recurrir a mensajes que tomen en cuenta algún elemento de la sexualidad. Sin embargo, pese a este torbellino de imágenes, de canciones, de voces, no todo está claro, de hecho, para cada persona, no está clara la significación misma de la sexualidad. Más aún, se tiene la impresión de que cuando más evidente se hace lo sexual y lo erótico, la sexualidad más se encierra en sí misma.

Michel Foucault manifestó que: **“No es posible abordar al ser humano, sino dentro de lo que la sexualidad significa para cada una de las culturas”**. ¿Cómo saberlo todo, cómo abarcar en un conjunto de experiencias y sensaciones la complejidad de nuestra existencia, lo inexplicable del amor, el misterio que hace que un gesto sea una caricia y no una agresión?

1.2.- Planteamiento Del Problema:

La sexualidad a nivel mundial ha ido captando mayor importancia ya que se ha dado la trascendencia que el tema lo amerita por ser una problemática global.

En los países latinoamericanos no hay políticas gubernamentales que aseguren la debida información sobre la sexualidad, mucho menos la utilización de métodos anticonceptivos, y no solo como control de la natalidad sino también como precaución de enfermedades de transmisión sexual como también la sobrepoblación. Específicamente en Ecuador existe pocos conocimientos sobre los métodos anticonceptivos, la religión como uno de los entes más conflictivos, entre otros pretende imponer “normas” en contra de ciertos métodos, aceptando únicamente como visión religiosa los métodos naturales que no son efectivos y además no protegen de las enfermedades de transmisión sexual.

Vera Fernández, Vinancio y Cols en la revista Obstetricia y Ginecología da a conocer En términos estadísticos que **“existe un 75% de muertes de mujeres por abortos mal realizados en lugares clandestinos, sin el menor control y con instrumentos inadecuados”**, esto se debe a la escasa información que reciben no solo las mujeres sino también los hombres que son parte de esta problemática.

La propuesta pretende enfocar con una serie de talleres, métodos psicopedagógicos eficientes y creativos, que otorgan una asistencia informativa y preventiva a las estudiantes de los segundos semestres y en lo posterior proporcionar esta información a todo el educando.

CEMOPLAF, (2008) señalo que **“En las instituciones educativas a pesar de ser una ley educar en sexualidad, se ha notado la escasa**

información sobre este tema”. Muestra de ello se ve consecuencias de jóvenes y adolescentes que ven truncadas sus metas por no tener el debido asesoramiento de los padres y madres o profesores de las instituciones educativas. En la Universidad Técnica del Norte, la información sobre sexualidad es insuficiente ya que se evidencia un gran número de estudiantes en estado de gestación, esto quiere decir que las nociones que adhieren las jóvenes no son suficientes para llevar una vida sexual responsable, por esta razón, consideramos necesario concienciar a las estudiantes sobre la importancia de vivir una sexualidad con responsabilidad. Profundizar el ¿Cómo, por qué y para qué? de este tema, ayudará a ejercer mejor nuestra comunicación, evitando tabúes y alcanzando eficazmente los fines a los que cada uno planteo al momento de ingresar a esta casona del saber.

Formar e informar acerca de la sexualidad tiene como finalidad, alcanzar un alto grado de asertividad en cada una de las estudiantes como también un proyecto de vida más fructífero y responsable, permitiéndonos reducir eficazmente los conflictos emociones, las obsesiones y sus consecuencias que existe en paraje, de igual manera, evitar la propagación de enfermedades de transmisión sexual y exclusivamente los embarazos no planificados.

1.3.- Formulación Del Problema:

Cuál es el nivel de conocimiento que tienen las alumna@ de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía sobre la sexualidad en la Universidad Técnica del Norte, Facultad de Educación Ciencia y Tecnología, para diseñar estrategias que permita prevenir los embarazos no planificados y la deserción estudiantil?.

1.4.- Delimitación:

1.4.1.- Unidades De Observación:

La investigación se llevó a cabo con las alumnas de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía.

1.4.2.- Espacial:

La investigación se realizó en la Universidad Técnica del Norte, Facultad de Educación Ciencia y Tecnología en la Ciudad de Ibarra.

1.4.3.- Temporal:

Esta investigación se ejecutó desde el mes Febrero hasta el mes de Agosto del 2009.

1.5.- OBJETIVOS

1.5.1.- Objetivo General:

- Diagnosticar el nivel de conocimiento de las estudiantes sobre la sexualidad para proponer alternativas de solución que nos permita orientar por medio de una guía auto instruccional.

1.5.2.- Objetivos Específicos:

- Seleccionar las estrategias idóneas para la formación y prevención de los embarazos no planificados, enfermedades de transmisión sexual y su inferencia.
- Elaborar una guía con estrategias y métodos psicopedagógicos para las estudiantes, mismo que facilite el conocimiento sobre la formación y prevención de embarazos no planificados y enfermedades de transmisión sexual.
- Socializar la guía concerniente a la formación, prevención e información, para priorizar su importancia a las autoridades, personal docente y estudiantes para efectuar su aplicación inmediata.

1.6.- JUSTIFICACIÓN:

Del análisis precedente se deduce de manera concluyente la necesidad de la creación de una Guía de educación sexual dirigida a las alumnas de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía de la Universidad Técnica del Norte de la FECYT, ya que en dichos niveles no se recibe la cátedra de Educación Sexual por lo cual se ha evidenciado consecuencias tales como: embarazos no planificados y propagación de infecciones de transmisión sexual.

En la actualidad uno de los problemas más considerables ha sido el alto número de embarazos no planificados en las estudiantes universitarias y la propagación de enfermedades de transmisión sexual, se considera que uno de las causas que ha ocasionado tal desconcierto ha sido el escaso conocimiento sobre la sexualidad, ya que éste concepto no solo determina la procreación como mucha gente juzga, sino también los comportamientos, actitudes y emociones que encierre este complejo pero necesario tema, éstas variantes son las fuentes más significativas para inducir al desarrollo personal de los hombres y mujeres, pero lamentablemente poco o nada se ha realizado para atender esta problemática.

Cabe recalcar que este manual no busca reprimir las prácticas sexuales de las estudiantes, lo que pretendemos es enfatizar en el manejo adecuado de la sexualidad, tomando en cuenta los riesgos que corren al no utilizar medidas de prevención ya que las consecuencias podrían ser irremediables.

Es conocido que las particulares condiciones de nuestro país caracterizadas por la dependencia, el atraso, la miseria entre otros requiere de personas críticas, asertivas que ayuden para no seguir sumergiendo al país en un retraso que también es provocada por el incremento acelerado de la población, en vista de este análisis subjetivo,

consideramos necesaria la oportuna investigación en la Universidad Técnica del Norte para colaborar con el desarrollo inter e intra-personal; ya que es preciso aprender a considerar a la sexualidad como un aspecto natural de las personas y no debe provocar vergüenza o temor, haciendo de este tema parte de la formación intrínseca de hombres y mujeres.

El proyecto aporta con herramientas que incrementa la autonomía de las estudiantes, suministrando información que les ayude tomar decisiones más informados y de manera responsable, evitando la deserción estudiantil causada por los embarazos no planificados.

CAPITULO II

2.- MARCO TEÓRICO

A través de la historia se ha demostrado que la educación sexual ha sido prohibida, mala e indebida. Hablar de sexo es para muchos despertares en las jóvenes ideas y pensamientos malsanos, y creen que el callar y no mencionar, dejarían de existir los problemas relativos a ello.

Michel Foucault Determina que **“Muchas personas, por falta de experiencias plenas en su vida se sienten frustradas a cierta edad por problemas de tipo sexual, o por preocupaciones emocionales de diferente índole”**. Los temores o sentimientos de culpa sobre el sexo y la conducta sexual deben ir encaminada en la madurez y realización de la vida de manera autónoma y coherente, permitiéndole construir bases firmes sus relaciones interpersonales.

El Sexólogo Clínico; Especialista en Hipnosis Clínica y Programación Neurolingüística: José Jaime Martínez manifiesta que **“Los conflictos sobre el sexo no son los únicos que contribuyen a una mala adaptación, pero son básicos en la etapas evolutivas de cada individuo”**. Es importante descubrir que la abundante ignorancia en los terrenos del sexo y la alta frecuencia de excesivas inhibiciones sobre la conducta que debe asumirse en las relaciones de pareja y la necesidad de alivio de las tensiones sexuales, convierten a estos problemas en las causas más comunes de sentimientos de incapacidad, y búsquedas desviadas de caminos que conducen a relaciones insatisfechas, conflictivas y poco soportables para él/ella y su pareja.

Una posible salida para estos problemas sexuales sería la creación de una educación reflexiva con programas y normas reales ajustadas a una organización social culta y sin prejuicios.

2.1. Fundamentación Teórica.

Para que la presente investigación sea efectuada de forma idónea para las jóvenes se enfatizó en: modelos, fundamentos, teorías y enfoques psicopedagógicos que favorecen el desarrollo integral, dependiendo de las circunstancias.

2.1.1 Fundamentación Epistemológica

2.1.1.1 Humanista:

En esta investigación, El Humanismo aporta al crecimiento personal de las alumnas, desarrollando potencialidades humanas, adquisición de valores y actitudes que permita vivir una vida digna y con sentido. Según Carrasco (2005) señala que **“Uno de los factores educativos más importantes es la actitud acogedora, atenta y comprensiva del educador”**.

El alumno es un ente activo dentro y fuera del aula ya que interviene en las experiencias de aprendizaje de manera dinámica y espontánea para lograr el éxito personal y académico; con el acercamiento afectivo del docente esto se convierte en un factor insustituible de motivación al momento que facilita la información científica, de esta manera el educando aprende a aprehender, convirtiéndose éste en un gestor de su propio aprendizaje.

Los métodos más idóneos son los activos, tales como, la exploración, los trabajos grupales y la investigación ya sea bibliográfica, virtual o de campo. Los recursos a utilizarse para el desarrollo eficiente de estos métodos son: revistas especializadas, documentales, cámaras fotográficas, presentación multimedia, filmadoras, diapositivas, material lúdico de acuerdo al tema a tratarse.

El humanismo no solo se preocupa por el resultado académico sino por todo el proceso de aprendizaje, proporcionando una evaluación cualitativa. La misma que conlleva a la formación de un ser humano activo, crítico, deliberante, que toma sus propias decisiones siendo gestor de cambios y siempre dispuesto a servir a los demás.

2.1.2 Fundamentación Psicológica:

2.1.2.1 Teoría Contextual o Ecológica:

Esta teoría contribuye principalmente en la conducta escolar y social, sobre todo de las interacciones persona – grupo, y persona – medio ambiente, enfatizando principalmente el rol que juega el contexto histórico, geográfico, ecológico, cultural, económico, social, familiar, psicológico y escolar, en especial la ilustración vigorosa de sus individuo. Según Hamilton, esta corriente se preocupa por: **“Atender a la interacción entre las personas y su entorno profundizando en la reciprocidad de sus acciones”**.

El profesor es técnico y crítico, llegando a convertirse en gestor del proceso de interacción, creando expectativas y generando un clima de confianza. El alumno por su parte es un ente dinámico que busca alcanzar bases científicas asociadas con los procesos Psicopedagógicos, inmiscuyéndose en la vida real.

Los métodos a utilizarse son las investigaciones cualitativas, etnográficas y socio dramas; que a su vez utilizan recursos abiertos y flexibles tales como: filmadoras, internet, rota folios, diapositivas, proyector de imagen, presentación multimedia.

La evaluación es cualitativa y formativa, ya que no solo quiere dar conocimiento al alumno sino que le interesa enseñar a ser, sentir y vivir con los demás.

2.1.3 Fundamentación Sociológica

2.1.3.1 Socio-Critica:

La finalidad de enlazar la investigación con esta corriente es para llegar a una mutua comprensión de la realidad y transformarla, partiendo de la profunda insatisfacción que genera una sociedad injusta. Los centros educativos deben ser un medio para desarrollar en l@s estudiantes habilidades sociales, que se involucren con la sociedad siendo estos autónomos y proactivos.

Las educandas asumen un hábito crítico basado en funciones, acciones y pensamientos democráticos de la sociedad, potencializando de diversas formas a la persona y al medio. En este modelo destaca el papel de los docentes como facilitadores, como mediador como un estímulo de experiencias vitales, contribuyendo al desarrollo de las capacidades de pensar, de reflexionar.

Los métodos más idóneos serian: el planteamiento de los temas de estudio como problemas, dilemas, asuntos que merezcan dilucidación, las investigaciones críticas que usa como recurso el dialogo significativo y la iniciativa humana, ya que es una acción esencialmente política convirtiéndose en un medio de liberación y desarrollo humano para que

gracias al conocimiento científico puedan comprenderlos e incidir sobre dichas cuestiones.

Pretendiendo formar un ser humano que conozca la realidad social y aprenda a negociar democráticamente, buscando transformar la sociedad en beneficio de los más débiles, siempre comprometido con la justicia y la equidad con un gran desarrollo de habilidades sociales que le permitan interactuar de forma efectiva con el medio.

2.1.4. Modelo pedagógico:

2.1.4.1 Modelo Crítico:

Este Modelo contribuye eficientemente a nuestra investigación ya que es una propuesta de enseñanza que intenta ayudar a las alumnas a cuestionar y desafiar la dominación y las creencias y prácticas que la generan. En otras palabras, es una teoría y práctica (praxis) en la que las alumnas alcanzan una Conciencia crítica. McLaren (1997) manifiesta que **“La pedagogía crítica se entiende a la educación como un proceso de negociación democrática que facilita la comprensión de la realidad, obteniendo una autonomía y fortalecimiento personal”**.

En esta Modelo, el maestro trabaja para guiar a las alumnas a cuestionar las teorías y las prácticas consideradas como represivas, incluyendo aquellas que se dan en la propia escuela; animando a generar respuestas liberadoras tanto a nivel individual como colectivo, las cuales ocasionen cambios en sus actuales condiciones de vida.

A menudo las alumnas inicia cuestionándose a sí mismo como miembro de un grupo o proceso social (incluyendo religión, identidad nacional, normas culturales o roles establecidos). Después de alcanzar un punto de revelación, en el que empieza a ver a su sociedad como algo

profundamente imperfecto, se le alienta a compartir este conocimiento en un intento de cambiar la naturaleza opresiva de la sociedad.

El método más importante en este modelo es que la enseñanza puede ser controlada mediante programas virtuales, de campo o personales, mismas que deben tener sustento en los objetivos a alcanzar y que son medibles a partir de exámenes, talleres, presentaciones o socio dramas que generalmente son homogéneos, planeados exclusivamente por el estudiante, siendo éste un tanto ajeno a los procesos educativos y que el profesor adopta para ir controlando el conocimiento en su formación

Éste modelo Permite formar a un ser humano autónomo, con liderazgo productivo, proactivo, razonador, creativo, responsable y que sepa involucrarse con la sociedad.

2.1.5 La Sexualidad

La sexualidad es una de las formas cotidianas de relación entre los seres humanos. Es lo que, como seres humanos, sentimos y pensamos respecto de ser hombre o mujer, así como la manera en que lo experimentamos. La sexualidad Se encuentra presente en todas las etapas de la vida y en ella se conjugan varios aspectos biológicos, psicológicos, sociales y espirituales.

El objetivo de la educación sobre sexualidad es ayudar a los jóvenes a desarrollar el conocimiento, la autonomía y las habilidades –tales como la comunicación, la toma de decisiones y la negociación para hacer la transición a la edad adulta gozando de buena salud sexual.

2.1.5.1 Aspecto Biológico:

Diversos procesos biológicos tienen gran influencia en nuestra sexualidad. Cada ser humano, desde el momento de su concepción tiene una configuración genética en la que está determinando si es hombre y mujer. Además de los diversos aparatos y sistemas que caracterizan a los individuos de una especie, en el caso concreto de los seres humanos, hay también rasgos tanto físicos como biológicos que diferencian al hombre de la mujer. Entre ellos se encuentran nuestras características sexuales primarias y secundarias. Diversos procesos biológicos que ocurren en nuestro organismo. Ejemplo, el equilibrio nervioso y hormonal o la fecundación, están íntimamente relacionados con la sexualidad.

2.1.5.2 Aspectos Psicológicos:

Algunas investigaciones señalan que el proceso de reconocer la identidad sexual ocurre en los primeros dieciocho meses de vida. La identidad sexual influye en los aspectos emocionales y sentimentales del ser humano, y es fundamental en la estructuración de la personalidad.

Estos procesos se caracterizan por ser personales, es decir, varían de un individuo a otro. Este entramado extraordinario conforma dos universos individuales y relacionados que constituyen la psicología femenina y la psicología masculina, cada uno con sus especificidades y complejidades.

2.1.5.3 Aspectos Sociológicos:

La sexualidad está vinculada con todos los aprendizajes y comportamientos que marcan la sociedad en que vivimos y la cultura en

que estamos inmersos. Es por eso que la sexualidad no es un concepto generalizado para todas las comunidades o etnias del mundo.

Aprendimos los roles que nos corresponden como hombres y mujeres desde nuestro hogar y se van consolidando gradualmente en otros espacios como la escuela, con nuestras amigas etc.

2.1.5.4 Aspecto Espiritual:

Dentro de la matriz cultural de un pueblo o una sociedad, la sexualidad tiene siempre un contenido espiritual. En antiguas civilizaciones, la fecundidad se reconoció como un regalo de la divinidad y la esterilidad se consideró una maldición. En la mayoría de los pueblos y grupos étnicos actuales la sexualidad tiene carácter sagrado. Esta se produce normalmente dentro del vínculo matrimonial y presenta la unificación de sus características: La procreación, el establecimiento de vínculos afectivos de la pareja y la conformación de la familia como cédula básica de la sociedad. La sexualidad se encuentra dentro de la escala moral y ética de la sociedad.

Todas estas manifestaciones conforman nuestra sexualidad y nos permiten comprender dicho concepto no solo desde la biología, como comúnmente se nos enseña, sino desde una perspectiva más amplia y la forma en que vivimos nuestra sexualidad.

2.1.6. Métodos de Control de Natalidad

La mayor parte de los métodos de control de natalidad son reversibles, es decir, cuando dejan de utilizarse hombres y mujeres vuelven a ser fértiles. Pero por el contrario, los métodos quirúrgicos son,

en muchos casos, irreversibles, es decir una vez que se recurre a ellos las mujeres y los hombres no pueden ser padres de nuevo.

Ningún método de control de natalidad es eficaz al 100% a la hora de evitar el embarazo, aunque algunos resultan más eficaces que otros. La tasa de embarazos de un método anticonceptivo, también denominada tasa de fallos, se expresa habitualmente en forma de porcentaje que representa el número de embarazos esperados por cada 100 mujeres que usan el método en cuestión durante un año.

2.1.6.1 Métodos De Barrera

Los métodos de barrera consisten en el bloqueo físico del útero para impedir la entrada del esperma. Incluyen el preservativo masculino y femenino, el diafragma y la esponja vaginal.

2.1.6.1.1. El Condón, o Preservativo Masculino:

Es el método más antiguo utilizado por los hombres, y cuando se emplea de forma adecuada es eficaz en un 94% de los casos. Debido a que es barato y fácil de usar, no necesita supervisión médica y carece de efectos secundarios conocidos, es el anticonceptivo más empleado en el mundo. Además, su uso es vital para prevenir la transmisión del VIH, el virus que produce El Síndrome De Inmunodeficiencia Adquirida. El condón también previene el contagio de otras enfermedades de transmisión sexual como:

- La Gonorrea,
- El Herpes,
- La Hepatitis y
- El Linfogramuloma Venéreo.

2.1.6.1.2 El Preservativo Femenino:

Consiste en una funda de poliuretano con dos anillos flexibles en cada extremo. Uno de ellos se fija a la vagina, mientras que el otro permanece fuera, cubriendo parcialmente los órganos genitales externos. Utilizado correctamente tiene una eficacia del 79%, algo menor que la del preservativo masculino y, al igual que éste, no precisa de control médico. Todavía no está claro su grado de protección frente a las enfermedades de transmisión sexual.

2.1.6.1.3. El Diafragma:

Es una cubierta de goma que se ajusta al cérvix y que contiene una crema o gel espermicida que inutiliza a los espermatozoides próximos a los bordes del diafragma. Estos dispositivos están también libres de efectos secundarios, y su eficacia anticonceptiva es del 82%. Los diafragmas deben ser prescritos por el médico, quien determina el tamaño y tipo apropiado de diafragma para cada mujer.

Un sistema parecido es La Esponja Vaginal, impregnada de espermicida, que se introduce en el cérvix con anterioridad a la relación sexual. Su mecanismo de acción es similar al del diafragma.

Los métodos anticonceptivos de barrera causan pocos efectos secundarios, aunque algunas personas pueden presentar reacciones alérgicas a la goma del preservativo o a los espermicidas.

2.1.6.1.4. Espermicidas:

Los espermicidas son espumas, cremas, geles o supositorios que contienen sustancias químicas que inutilizan los espermatozoides. No necesitan supervisión médica y alcanza su máxima eficacia cuando se utilizan junto a otro método, como el preservativo o el diafragma. Deben introducirse en la vagina antes de cada relación sexual y la mujer no

debe ducharse hasta pasadas de 6 a 8 horas de haber mantenido relaciones. Son eficaces en un 70% a la hora de prevenir el embarazo.

2.1.6.2. Dispositivos Intrauterinos:

El dispositivo intrauterino, o DIU, en sus diversos modelos, es un diminuto alambre de plástico o metal que se coloca en el útero. Puede estar cubierto de cobre y algunos también liberan pequeñas cantidades de un progestágeno. Su eficacia es de un 96%. Los DIU reducen la capacidad de los espermatozoides para fertilizar el óvulo e interfieren en la implantación del óvulo fecundado en las paredes del útero. El DIU debe ser colocado en el útero por un médico. Algunas mujeres experimentan calambres uterinos y aumento del flujo menstrual cuando utilizan el DIU, y existen algunas pruebas de que estos dispositivos aumentan el riesgo de infección pélvica. Otros efectos secundarios adversos incluyen la reacción alérgica al cobre y la perforación de la pared del útero. Una complicación más grave, que ocurre en muy pocas ocasiones, es el embarazo ectópico, es decir, la implantación del huevo fertilizado fuera del útero.

2.1.6.3. Anticonceptivos Hormonales:

Los anticonceptivos hormonales son sustancias químicas que funcionan mediante la alteración del modelo hormonal normal de una mujer para que no se produzca la ovulación. Actúan sobre el revestimiento uterino para evitar la implantación del huevo fecundado en el útero, y modifican la composición del moco cervical. Estos anticonceptivos pueden ser administrados en forma oral (píldora), inyectable o mediante implantes. Cuando se usan adecuadamente, los anticonceptivos hormonales son un método de control de natalidad muy

eficaz que, sin embargo, no ofrece protección frente a las enfermedades de transmisión sexual, tales como el SIDA.

Los Anticonceptivos Orales incluyen las píldoras combinadas, que contienen estrógenos y progestina y las píldoras sólo de progestina. Para evitar embarazos, debe tomarse una píldora durante 21 días, después de los cuales se descansa durante un periodo de 7 días. Su eficacia es del 94 por ciento.

El uso de anticonceptivos orales puede aliviar los dolores menstruales, reducir el flujo menstrual y ofrecer cierta protección frente a la enfermedad inflamatoria pélvica, el cáncer de ovario y endometrio y la endometriosis. Puede provocar efectos secundarios adversos, como sangrado intermenstrual, cefaleas, hipertensión, aumento de peso, cambios de humor, descenso del deseo sexual, enfermedades cardíacas, insuficiencias respiratorias, galactorrea e interacciones medicamentosas.

2.1.6.3.1. La Píldora Del Día Después o Píldora Postcoital

Es un método anticonceptivo de emergencia similar a la píldora pero con mayor cantidad de hormonas. La mujer debe tomar la píldora de emergencia hasta 72 horas después de haber tenido una relación sexual sin protección y, normalmente, debe tomar otra 12 horas más tarde. Dependiendo de en qué momento del ciclo se encuentre la mujer, la píldora postcoital puede inhibir o retrasar la ovulación o impedir la implantación del huevo fecundado.

2.1.6.3.2. El Implante Norplant.

Consiste en seis pequeñas cápsulas que contienen progestina y que se implantan quirúrgicamente en el brazo de la mujer y van liberando poco a poco pequeñas cantidades de esta hormona sintética. Este implante subdérmico dura hasta cinco años. Los efectos secundarios

adversos que puede provocar son aumento del flujo menstrual, sangrado intermenstrual, infección en la zona del implante, dolor de cabeza, aumento de peso y galactorrea.

2.1.6.3.3. El Parche Anticonceptivo

Que se aplica sobre la piel liberando una dosis continua de progestágeno y estrógeno al flujo sanguíneo. El parche se cambia semanalmente durante tres semanas consecutivas, dejando una semana de descanso. Previene el embarazo con el mismo grado de eficacia que la píldora y presenta los mismos efectos secundarios.

2.1.6.3.4. El Fármaco Anticonceptivo Inyectable.

Una forma sintética de progesterona denominada acetato de medroxiprogesterona, se inyecta en el músculo del brazo o del glúteo cada tres meses. Los efectos secundarios negativos incluyen aumento de peso, sangrados irregulares, dolor de cabeza, depresión, disminución del deseo sexual y dolor abdominal.

2.1.6.4. Esterilización Quirúrgica:

Los métodos de esterilización quirúrgica, La Vasectomía en los hombres y La Ligadura De Trompas en las mujeres, son eficaces casi en un 100%. Sin embargo, estos métodos no protegen frente al SIDA y son métodos anticonceptivos permanentes. Aunque en algunos casos pueden ser reversibles, no deben efectuarse con la esperanza de que puedan serlo.

2.1.6.4.1. La Vasectomía:

Es una cirugía para cortar los conductos deferentes, los conductos que llevan los espermatozoides de un hombre desde el escroto hasta la

uretra. La uretra es el conducto que transporta los espermatozoides y la orina fuera del pene. Después de una vasectomía, los espermatozoides no pueden movilizarse fuera de los testículos. Por lo tanto, un hombre que haya tenido una vasectomía exitosa no puede embarazar a una mujer. La vasectomía debe realizarse en una clínica con el empleo de anestesia local.

No existe ningún riesgo serio relacionado con la vasectomía. El semen se examinará en los meses posteriores a la operación para verificar que no contenga espermatozoides. En muy raras ocasiones, los conductos deferentes pueden crecer y juntarse nuevamente.

2.1.6.4.2. Ligadura De Trompas:

También llamada "ligadura tubárica", es una cirugía para cerrar las trompas de Falopio de una mujer, que son los conductos que conectan los ovarios con el útero, de manera que ya no pueda quedar en embarazo. La ligadura de trompas es algo más complicada y requiere anestesia local o general. Se lleva a cabo cortando y ligando las trompas de Falopio, los conductos que llevan el óvulo del ovario al útero.

2.1.7. Enfermedades De Transmisión Sexual

2.1.7.1 Gonorrea:

Es de las enfermedades de transmisión sexual (ETS) más frecuentes y es causada por la bacteria *Neisseria gonorrhoeae*.

- a) **En La Mujer:** secreción vaginal inusual, sangrado vaginal inusual, dolor en la parte inferior del abdomen. La mujer infectada, puede no tener síntomas o presentar ligeras molestias al orinar o flujo.

- b) **En El Hombre:** dolor al orinar, gotas de pus que salen del pene. Tarda dos a tres días después del contacto sexual para producir síntomas.

La gonorrea y la infección por clamidia pueden ocasionar esterilidad cuando no son tratadas. Si es que una mujer infectada da a luz, su bebé podría contagiarse y quedar ciego a menos que reciba tratamiento.

2.1.7.2 Sífilis:

Es una enfermedad de transmisión sexual ocasionada por la bacteria *Treponema pallidum*. Esta bacteria necesita un ambiente tibio y húmedo para sobrevivir, por ejemplo, en las membranas mucosas de los genitales, la boca y el ano. Se transmite cuando se entra en contacto con las heridas abiertas de una persona con sífilis. Esta enfermedad tiene varias etapas, la primaria, secundaria o principios de la latente. En la etapa secundaria, es posible contagiarse al tocar la piel de alguien que tiene una erupción en la piel causada por la sífilis. Esta no se contagia al tocar el asiento del baño o una toalla que ha sido usada por la persona infectada.

Síntomas: Existen cuatro etapas por la cual puede atravesar la enfermedad si no es tratada a tiempo.

- **Etapa Primaria:** El primer síntoma es una llaga chancro en la parte del cuerpo que entró en contacto con la bacteria. Estos síntomas son difíciles de detectar porque por lo general no causan dolor y, en ocasiones, ocurren en el interior del cuerpo. Una persona que no ha sido tratada puede infectar a otras durante esta etapa.
- **Etapa Secundaria:** Surge alrededor de tres a seis semanas después de que aparece la llaga. Aparecerá una erupción en todo el cuerpo, en las palmas de las manos, en las plantas de los pies o en alguna otra

zona. Otros síntomas que se pueden sentir son fiebre leve, inflamación de los ganglios linfáticos y pérdida del cabello.

- **Etapa Latente:** La sífilis, si no es diagnosticada ni tratada durante mucho tiempo, entra en una etapa latente. En esta etapa no hay síntomas notables y la persona no infectada no puede contagiar a otros. Sin embargo, una tercera parte de las personas que están en esta etapa empeoran y pasan a la etapa terciaria de la sífilis.
- **Etapa Terciaria (tardía):** Esta etapa puede causar serios problemas como trastornos mentales, ceguera, anomalías cardíacas y trastornos neurológicos. En esta etapa, la persona infectada ya no puede transmitir la bacteria a otras personas, pero continúa en un periodo indefinido de deterioro hasta llegar a la muerte.

2.1.7.3 Clamidia:

Es una enfermedad de transmisión sexual causada por una bacteria llamada *Chlamydia trachomatis*.

Se transmite a través del contacto sexual con una persona infectada con la bacteria, ya sea anal, vaginal o a través del contacto de la boca con los genitales. Si no se trata a tiempo, las consecuencias podrían ser serias.

Causa: En la mujer puede causar infertilidad, esterilidad, y enfermedad pélvica inflamatoria. En el hombre puede causar inflamación de la uretra, de la próstata y los testículos.

Síntomas: La mayoría de las personas que tienen clamidia tienen pocos o ningún síntoma hasta que la enfermedad está en una etapa más o

menos avanzada. Cuando se presentan síntomas, éstos usualmente aparecen de una a tres semanas después de haberla contraído.

Las primeras señales pueden incluir: Flujo vaginal poco común, Dolor al orinar , Irritación en el recto , Inflamación de la membrana del ojo, dolor en la , parte baja del abdomen , Sangrado luego de tener relaciones sexuales , sangrado entre periodos menstruales, Dolor durante la relación sexual ,

En los hombres también pueden sentir secreciones acuosas que sale a través del pene y ardor y picazón en la apertura del pene.

2.1.7.4 Papiloma Humano:

Este virus es el responsable de las verrugas genitales y también ha sido la causa de algunos casos de cáncer cervical y de otros tipos de cáncer genital. Se desconoce qué es lo que produce este virus. El papiloma humano produce las verrugas genitales que son altamente contagiosas.

Síntomas: A unos tres meses de que una persona haya sido expuesta al virus, las verrugas aparecerán en el lugar en que hubo contacto con la persona infectada. Pueden aparecer varias verrugas al igual que una sola. Si no se tratan, ellas formarán un tejido carnoso con aspecto coliflor. En algunos casos las verrugas desaparecen, pero la persona continuará infectada.

2.1.7.5 Herpes genital:

Causa: Existen dos clases de virus del herpes simple. Cuando se presentan llagas en los labios o ampollas causadas por la fiebre, se deben al virus del herpes simple I. El virus del herpes simple II por lo general produce llagas en el área genital, pero también pueden salir en

los labios y boca. Se contagia a través del contacto sexual con alguien que tenga llagas genitales visibles.

Síntomas: Ampollas pequeñas y muy dolorosas que se pueden encontrar alrededor de la vagina, en el pene, alrededor del ano, los muslos y los glúteos. Estas ampollas pueden reventarse y secarse formando costras.

2.1.7.6 Tricomoniasis:

Es causada por el parásito *tricomona vaginalis*, cuya incubación es de días a semanas. En la mujer: Produce flujo vaginal maloliente, espumoso, de color verde-amarillento, que se acompaña de molestias para orinar. Ardor y escozor vaginal.

En el hombre: Secreción de color blanco, aguanoso, que sale del pene, dolor o ardor al orinar.

2.1.7.7 Sida.

El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) es responsable del síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) y ataca a los linfocitos T-4 que forman parte fundamental del sistema inmunológico del hombre.

Como consecuencia disminuye la capacidad de respuesta del organismo para hacer frente a infecciones oportunistas originadas por virus, bacterias, protozoos, hongos y otro tipo de infecciones.

La causa más frecuente de muerte entre enfermos del SIDA es la neumonía por *Pneumocystis carinii*, aunque también es elevada la incidencia de ciertos tipos de cáncer como los linfomas de células B y el sarcoma de Kaposi. También son características las complicaciones neurológicas, la pérdida de peso y el deterioro físico del paciente.

El VIH se puede transmitir por vía sexual, a través del contacto con sangre, tejidos o agujas contaminadas y de la madre al niño durante el embarazo o lactancia. Tras la infección, los síntomas del SIDA pueden tardar incluso más de 10 años en manifestarse.

2.1.7.8 Haemophilus ducreyi – Chancro

El chancro es una enfermedad ulcerosa genital causada por la bacteria *Haemophilus ducreyi*. Biozell Diagnóstico Molecular ofrece la prueba de detección de *H. ducreyi* mediante la técnica de PCR que amplifica secuencias específicas de su ADN genómico. Este método es más sensible y más rápido que el cultivo del microorganismo. Así mismo Biozell ofrece la posibilidad de detección simultánea de los tres agentes responsables de la formación de úlceras genitales sobre una única muestra tomada de la lesión

2.1.8. El Enamoramiento

Para Friedrich Nietzsche **“El enamoramiento es un estado emocional surcado por la alegría y la satisfacción de encontrar a otra persona que es capaz de comprender y compartir tantas cosas como trae consigo la vida”**. Desde el punto Bioquímico, se trata de un proceso que se inicia en la corteza cerebral, pasa al sistema endocrino y se transforma en respuestas fisiológicas.

El amor empieza realmente cuando termina el enamoramiento. En el amor se ven los defectos y se aceptan, y se intenta ayudar a la otra persona a superarlas. El amor verdadero está basado en la realidad y tiene una proyección más larga y estable que el enamoramiento.

2.1.8.1. Características Del Enamoramiento

Marie Papillot.Ed. Martínez Roca en su libro: “Mil Y Una Estrategias Amorosas” da a conocer que **“El enamoramiento es un estado de ánimo, un desencadenante de la experiencia amorosa”**. Dicha experiencia puede ser compartida o no por la otra persona; si esta responde a nuestro deseo amoroso, es la vivencia del éxtasis y de la magia. No parece haber barreras para los amantes, como si nada tuviera mayor sentido que ellos mismos.

Cuando, por el contrario, no existe una correspondencia, el deseo y la frustración continua generan un estado de tristeza profunda. Toda esa energía que genera el enamoramiento, al no encontrar respuesta, se vuelve contra uno mismo generando autodestrucción. Se pierde la alegría, el deseo de vivir, y uno se ve a sí mismo inferior, pensando cosas como:

- ¡Algo malo tendré para que no me quiera!
- ¡No soy lo suficientemente guapo/a, simpático/a!
- ¡Nunca encontraré a nadie para mí!
- ¡No me volveré nunca a enamorar!

Hay que hacer una despedida interior, vivir el duelo y prepararse para una nueva apertura.

Francesco Alberoni en su libro: “El Primer Amor” nos dice que **“Cuando una persona está enamorada es fácilmente reconocida por los otros a través de todo un lenguaje corporal, la forma de mirar al otro, de escucharle, de sonreírle”**. Enamorarse produce placer, nos volvemos más receptivos con todos los sentidos: somos capaces de detectar sutiles cambios de voz, de la mirada, del gesto, nos permitimos también sentir más las emociones y todo nuestro organismo se revitaliza.

También aumenta nuestra autoestima, nos sentimos más seguros e importantes, queridos/as, incluso aquellos aspectos que antes no nos gustaban de nosotros mismos, ya no son tan importantes. Es como si de repente nos sintiéramos hermosos/as, útiles, inteligentes, fuertes, deseados/as y nos convertimos en todo aquello que queremos ser o que cree el otro que somos.

El enamoramiento, como todos los procesos internos, se produce individualmente, y a veces maravillosamente se da a dúo, pero en otras ocasiones no es correspondido. En este caso es cuando, unido al placer del enamoramiento, aparece la tristeza y la melancolía amorosa.

2.1.8.2. Evolución Del Enamoramiento

Final O Consolidación:

El enamoramiento dura un período más o menos largo, tras el cual pueden suceder dos cosas: o concluye, o se transforma. Se va pasando a un mayor contacto con la realidad, empezamos a ver al amado/a también en aquellos aspectos que no nos gustan.

Por ejemplo: Puede suceder...

a) El Enamoramiento Concluye y Con Él La Relación.-

Cuando desidealizamos a la persona amada, observamos que difiere mucho de lo que era en nuestras fantasías, de nuestras expectativas de relación. Nos damos cuenta entonces de que tenemos valores y formas de ver la vida muy diferente. Desaparece la magia, la vibración de los cuerpos. Deja de seducirnos. Nos desenamoramos.

Esto es lo más frecuente tras la mayoría de los enamoramientos. Son vividos como una experiencia hermosa, intensa, pero fugaz. Especialmente en la adolescencia, donde se ensayan los caminos amorosos y se construye la propia identidad. Muchos enamoramientos surgen para concluir, formando parte del aprendizaje de la vida.

b) Cuando El Enamoramiento Se Transforma En Una Relación Consolidada.-

Desaparece la idealización, pero la persona que descubrimos nos llena, nos gusta y decidimos compartir nuestra vida con ella. Desaparecen muchas de las reacciones físicas típicas de la etapa del enamoramiento, dando paso a un amor profundo y comprometido, en el que los dos miembros de la pareja se preocupan el uno por el otro y se cuidan mutuamente.

El amor y el desamor forman parte de la vida, necesitamos, pues, vivir estas experiencias aprendiendo de ellas, tomándolas como oportunidades que nos ofrece la vida en el proceso de nuestro desarrollo como personas. Las crisis nos ayudan a renovarnos, a generar nuestros propios recursos, que nos ayudan a afrontar la vida de una forma más positiva y feliz. No tenemos por qué vivir la ruptura amorosa como un fracaso, sino como una evolución hacia algo más positivo, aprendiendo a confiar en nosotros mismos y en el propio proceso de la vida.

2.1.8.3. El Desamor.

Michael Broder en su obra “El Arte De Seguir Juntos” manifiesta que: **“El amor y el desamor forman parte de la vida. Necesitamos, pues, vivir estas experiencias aprendiendo de ellas, tomándolas como oportunidades que nos ofrece la vida en el proceso de nuestro desarrollo como personas”**. Las crisis nos ayudan a renovarnos, a generar nuestros propios recursos, que nos ayudan a afrontar la vida de

una forma más positiva y feliz. No tenemos por qué vivir la ruptura amorosa como un fracaso, sino como una evolución hacia algo más positivo, aprendiendo a confiar en nosotros mismos y en el propio proceso de la vida.

2.1.8.3. Después Del Desamor.

El final del enamoramiento puede desembocar en una vivencia de Desamor o Shock Sentimental. Por muy doloroso que sea el shock sentimental que se sufre cuando uno pierde a la persona que ama, es un fenómeno normal con una evolución y unas fases. Es un período denominado de DUELO, en el cual uno tiene que adaptarse a vivir y a ser feliz de nuevo sin la persona que quería.

Este período está constituido por tres fases:

- **La Primera Fase**, que es la más cercana a la Ruptura, se vive con gran tristeza, llegándose a culpabilizar por la ruptura con pensamientos del tipo: ¿Si hubiera hecho.... esto no habría pasado? ¿Si no hubiera hecho... quizá aún seguiríamos juntos? Es la etapa denominada MASOQUISTA.
- **En La Segunda Fase**, empiezan a salir los rencores y entonces es "El Otro" el que vemos como el culpable único de la ruptura.
- **En La Tercera Fase**, ya éste asimila la realidad, mira las cosas con otra perspectiva, ya acepta el desamor y crea nuevas expectativas en su vida.

En ninguna de estas fases, que a veces se alternan, se ve la realidad tal y como es. Con el paso del tiempo las emociones se tranquilizan y vemos las cosas de una manera más objetiva, llegando a entender los motivos de la ruptura. Uno se va sintiendo cada vez más independiente, menos triste, menos resentido y va encontrando nuevas formas de

disfrutar. Poco a poco la herida se va cerrando y uno vuelve a recuperar la confianza en sí mismo/a, abriéndose a nuevas relaciones.

2.1.9. Asertividad

Ésta es una habilidad personal que nos permite expresar nuestros sentimientos, deseos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Es una manera de llegar a conseguir los objetivos que nos proponemos sin sentirnos incómodos por ello ni incomodar a los demás.

En nuestra vida diaria a menudo tenemos que tomar decisiones rápidas, esas decisiones deben ser las más acertadas, es decir las que sean más asertivas. Ser asertivo, a menudo favorece al aumento de la confianza y seguridad en uno mismo, y esto puede mejorar nuestra posición social y respeto de los demás hacia nosotros.

2.1.9.1 ¿Cómo Debe Ser La Asertividad Entre La Pareja?

Uno se pone a pensar que es lo que está pasando con las parejas que en estos tiempos se divorcian, se dice que “cada vez se casan menos”, de las que se casan, aproximadamente “la mitad se divorcian”, de las que no se divorcian “la mitad siguen juntos solo por costumbre y entre ellos no existe amor”; entonces con estas cifras uno se da cuenta que con el tiempo son muy pocas las parejas en las que persiste el amor en el tiempo.

No siempre debemos esperar demasiado de la persona a la que amamos, a veces es prudente rebajar un poco nuestras exigencias, no hay que olvidar que ser pareja no significa estar atados en todo

momento, habrán momentos en que se necesita estar juntos, habrán otros momentos que necesitas preservar tu espacio individual.

2.1.10. El Embarazo

El embarazo comienza cuando el espermatozoide de un hombre fecunda el óvulo de una mujer y este óvulo fecundado se implanta en la pared del útero. Como el embarazo altera los esquemas hormonales normales de una mujer, uno de los primeros síntomas del embarazo es la pérdida del periodo menstrual. Otros síntomas son: aumento de la sensibilidad de las mamas, cansancio, náuseas, sensibilidad a los olores, mayor frecuencia en la micción, cambios de humor y aumento de peso.

2.1.10.1 Consecuencias Psicológicas y Sociales:

- El estado psicológico y emocional también se ve afectado durante el embarazo y es vivido según la personalidad de cada mujer, en función de si se trata de un embarazo no planificado, su relación de pareja y su entorno familiar y social también se verá conmovido.
- El embarazo no deseado, crea un sentimiento de rechazo, conflictos y frustraciones que afectaran al bebe, a la madre, a la relación de pareja y a su entorno familiar y social.
- Las pueden sentir discriminación o compasión por alguno de sus compañeros, en la familia pueden encontrar rechazo, aislamiento y conflicto entre los padres. En lo social pueden darse matrimonios forzados, abandono o devenir en madres solteras.
- También se dan frecuentes divorcios en parejas jóvenes puesto que no están lo suficientemente preparadas para llevar una relación de pareja, superando positivamente todos los desacuerdos que como humanos se presentan.

- Los varones también sufren un desajuste en su desarrollo al enfrentarse que van a ser padres sin haberlo pensado. Algunos desean adquirir la responsabilidad de la paternidad, pero la inmadurez no le permite asumir el nuevo rol como se debe. Otros en cambio evaden el problema, sin embargo habrá momentos en la vida que piensen en la responsabilidad que debieron asumir y no lo hicieron.

2.1.11. La Masturbación:

La masturbación se entiende que es toda actividad erótica que comporta un auto estimación voluntaria teniendo como meta llegar al orgasmo. Dicho en otros términos, esta es una etapa muy común en los y las jóvenes a los que competen caricias íntimas en sus genitales como en todo su cuerpo. Algunos consideran que esto “perturba” la mente del hombre y de la mujer otorgando cierta malicia y excitación excesiva, analicemos científicamente los factores de la masturbación o conocida también como autoerotismo.

2.1.11.1 Aspectos positivos de la masturbación

- Es agradable, divertido, placentero.
- Es sano y natural, y la única forma de sexo sin riesgo de contagio de enfermedades y de embarazo no deseado.
- Es una forma saludable de relajarse, obviamente mucho mejor que tomando un tranquilizante.
- Ayuda a dormir más y mejor.
- Permite conocer lo que sexualmente te gusta y por lo tanto guiar a tu pareja para mejorar vuestras relaciones sexuales.

- En caso de necesidad de saciar tu apetito sexual, siempre puede hacerse. En cambio, no siempre se dispone de pareja.
- Permite que tú controles el ritmo de las caricias, de la excitación, del placer, por lo que a veces se consiguen mejores orgasmos que en otras formas de sexo.
- Quita presión a tu pareja que no es la única fuente de tus orgasmos.
- Permite fantasear y actuar según lo que tú quieras y te apetezca. Sólo has de satisfacerte a ti y no te has de preocupar de nadie más.

2.1.11.2 Técnicas De Masturbación.

Son numerosas estas técnicas, en función de las costumbres y experiencias pasadas, pero generalmente, consiste en la estimulación directa de los órganos externos.

En el hombre, la manipulación del pene consiste en extender el cuerpo del pene con las manos y en efectuar movimientos bastante vigorosos de adelante hacia atrás con o sin cubrir el glande por el prepucio. La estimulación directa del glande y la parada puede hacerse al principio pero se convierte rápidamente muy sensible y desagradable cuando la excitación es fuerte.

En la mujer, la estimulación directa se hace al nivel de los pequeños labios y alrededor del clítoris, evitando el glande clitoridiano que es también muy sensible en cuanto la excitación es fuerte. Los movimientos manuales de la mujer son mucho más lentos y suaves que los del hombre. Lo más común es que la mano de la mujer pase de los pequeños labios a la región clitoridiana y hacia la entrada de la vagina y

la otra mano puede al mismo tiempo presionar el monte de Venus o acariciar los senos. Otras mujeres utilizan la técnica de la presión en el nivel del monte de Venus o del bajo vientre y al mismo tiempo contractan los muslos. En el hombre como en la mujer, el ritmo y la presión de las caricias aumenta con la excitación hasta llegar al orgasmo.

2.1.11.3 Consecuencia Psicológica Y Médica De La Masturbación

No existe ninguna consecuencia médica de la masturbación ni psicológica excepto si se convierte en algo convulsivo; se entra entonces en el caso del TOC (trauma obsesivo compulsivo).

Hay que desculpabilizar la masturbación y repetir que no es nefasta para la salud ni para la sexualidad posterior si tomamos el tiempo de masturbarnos. Hay que aprender a masturbarse todo el cuerpo y no sólo el sexo puesto que la masturbación es un acto sexual y como cuando se está con otra persona no hay que centrarse sólo en los genitales ni en el hecho de eyacular. Aprenda hacer de la masturbación un placer de la caricia sin un fin sistemático, es un buen ejercicio para conseguir más tarde una sexualidad satisfactoria.

2.1.12. Petting

Al hablar de relaciones sexuales, se crea una asociación de forma inconsciente al hecho de que tenga que haber penetración, ya que el coito es el método que normalmente se usa para la reproducción. El petting es un intercambio de caricias, placer, afecto, pero sin que tenga que haber necesariamente penetración. Debemos de comprender la sexualidad de una forma más extensa, ya que la penetración es solo una pequeña parte de esta.

En este tipo de relaciones sexuales no necesitas usar ningún método anticonceptivo, y puedes disfrutar de la sexualidad sin riesgo de embarazo. Por ello, debemos realzar la importancia de que las relaciones afectivo sexuales sean lo más placenteras posibles y a su vez seguras, ya que esto evita un miedo y una incertidumbre posterior muy molestos.

Si entendiéramos que la sexualidad es un intercambio de sensaciones, de sentimientos y de caricias; podríamos transmitir este afecto de muchas formas ya sea con o sin penetración, y considerar a la relación sexual como algo completo como si hubiera habido penetración, ya que como lo dijimos anteriormente esta es una parte pero no un todo.

Visto de otro modo, la sexualidad comprende también la identidad que esta adquiere cada persona, mirando su medio cultural y social donde se envuelve, en tal virtud es necesario tomar en cuenta los conceptos de cada uno de estas identidades, analizando el género y rol dependiendo la cultura y la sociedad a la que cada ser humano se encuentra inmerso.

2.1.13 Placer

De forma general se puede entender que, placer es una sensación y/o sentimiento agradable, aunque a veces las maneras de buscar placer resultan negativas.

Hay muchas formas de obtener placer, puede ser físico como saborear un succulento plato de nuestra comida preferida y disfrutarlo, también ante una visión espectacular, por ejemplo de fuegos artificiales, o una hermosa escultura, como también disfrutando de cualquier tipo de masaje de los muchos existentes, algunos tipos de masajes nos acercan a otro tipo de placer, el placer que a casi nadie disgusta, el placer sexual,

donde generalmente dos personas gozan de sus cuerpos mutuamente, aunque también puede realizarse a solas o en grupo, el masaje erótico.

2.1.14 Identidad Sexual

- **La Homosexualidad:**

La Homosexualidad es la preferencia y atracción sexual por personas del mismo sexo,

- **Heterosexualidad:**

Que no es más que la preferencia por el sexo opuesto y

- **Bisexualidad:**

Que es la atracción por ambos sexos.

La identidad y el papel que desempeña el género son generalmente fenómenos aprendidos y no constituidos genéticamente ni constitutivamente determinados. Estudios endocrinológicos y cromosómicos en homosexuales revelan que no existe más número de variaciones que la media o promedio normal. Las características sexuales anatómicas masculinas o femeninas se establecen en el momento de la concepción, pero factores del entorno influyen en la posterior aceptación individual del género.

2.1.14.1. Identidad De Género

Es la identificación psicológica que va contribuyendo a la persona con uno u otro género el sentir psicológicamente íntimo de ser hombre o ser mujer.

2.1.14.2. Rol De Género

Es el comportamiento que los individuos adoptan frente a las demandas sociales en función de su sexo de asignación.

2.1.15. Mitos Sobre La Sexualidad

Las conversaciones sobre el sexo siempre se han visto plagadas de mitos. Y era de esperarse, ya que los mitos son un intento por parte de las personas de dar explicaciones a cosas que a veces no entendemos del todo bien. Algunos mitos pueden llegar a ser hasta graciosos, sin embargo, la mayoría sólo logra confundir y mal informar a la gente, al punto que pueden perjudicar la salud, causar problemas en la pareja, formar estereotipos y prejuicios y causar muchos embarazos no planificados.

Una vida sexual sana y satisfactoria sólo es posible si se tiene información veraz sobre el tema, y los mitos ocasionan todo lo contrario, algunos de los mitos más comunes son:

1. Las emisiones nocturnas (sueños húmedos) indican un trastorno sexual.

Falso, es el resultado de sueños eróticos y normales en cualquier persona, sea hombre o mujer.

2. Durante la menstruación una mujer no debe practicar deportes, ni lavarse el pelo.

Falso, no provoca daño alguno. Las mujeres durante la menstruación pueden participar en sus actividades diarias sin ningún problema.

3. La presencia de himen es la prueba rotunda de la virginidad.

Falso, con gran frecuencia esta membrana se ha roto por accidentes en la zona púbica. Por otro lado, existen casos en los que el himen es tan flexible que puede realizarse el acto sexual en forma repetida sin ocasionar la ruptura.

4. Una mujer no puede quedar embarazada la primera vez que tiene relaciones sexuales.

Falso, si la mujer ha llegado a la pubertad y se encuentra ovulando puede quedar embarazada aun si es la primera vez que tiene relaciones sexuales y aun si no ha tenido su primer periodo menstrual.

5. Las vaginas de las mujeres huelen a pescado.

Falso, una vagina limpia y saludable no tiene olores a pescado. Sin embargo, infecciones causadas por algunas bacterias pueden causar que la vagina tenga olores fuertes y desagradables. En estos casos, es recomendable acudir donde su médico para una revisión médica.

6. Si un hombre se masturba demasiado, tarde o temprano se le acabarán los espermatozoides.

Falso, un hombre adulto produce alrededor de 300 millones de espermatozoides al día y este proceso continúa año tras año hasta la muerte. Los hombres se diferencian de las mujeres, las cuales si nacen con un número determinado de óvulos.

7. EL VIH puede pasar por los condones.

Falso, todas las investigaciones han demostrado que los condones de látex son una barrera efectiva con la transmisión del VIH, siempre y cuando éstos sean utilizados de forma correcta. Sin embargo, existen condones que están hechos de algunos órganos animales, los cuales sí contienen poros lo suficientemente grandes para permitir el paso del VIH.

8. La impotencia o disfunción eréctil no tiene cura.

Falso, existen hoy en día muchos tratamientos con un alto grado de efectividad para tratar la disfunción eréctil. Muchos hombres que han sufrido de disfunción eréctil ahora viven una vida sexual sana y

9. Si se tienen relaciones sexuales sin protección en un jacuzzi, la mujer no puede quedar embarazada debido a que el agua caliente mata a los espermatozoides.

Falso, los espermatozoides pueden pasar del hombre a la mujer sin tener contacto con el agua. Además, hay que recordar que la temperatura del cuerpo humano es de 37C.

10. Tener relaciones sexuales parados u orinar después de tener relaciones sexuales evita que la mujer salga embarazada.

Falso, ninguna de estas actividades evitan el embarazo.

11. Retirar el pene de la vagina antes de eyacular es una forma efectiva de prevenir el embarazo.

Falso, el coito interruptor no es efectivo para prevenir el embarazo. Antes de la eyaculación, se segregan fluidos pre-eyaculatorios que contienen miles de espermatozoides capaces de fecundar el óvulo y producir un embarazo.

12. Uno puede saber si una persona es homosexual sólo con mirarla.

Falso, es imposible saber la opción sexual de una persona con sólo mirarla.

13. La masturbación es practicada casi exclusivamente por los hombres.

Falso, según muchos estudios realizados en las últimas décadas un gran porcentaje de mujeres disfrutan de la masturbación.

14. Sólo los hombres tienen sueños mojados.

Falso, las mujeres también tienen sueños mojados acompañados muchas veces de orgasmos nocturnos.

15. Para disfrutar del sexo plenamente las parejas deben conseguir orgasmos simultáneos.

Falsos, los orgasmos simultáneos no son necesario para tener una vida sexual plena. Por lo contrario, muchas parejas que se esmeran por conseguirlos crean una presión innecesaria lo cual contribuye a que la pareja no disfrute del momento sexual.

16. Una gota de esperma es equivalente a 40 gotas de sangre.

Falso, el semen es producido por los testículos, las vesículas seminales y la próstata y no por la sangre.

17. La vasectomía causa impotencia o disfunción eréctil en el hombre.

Falso, la esterilización en el hombre o en la mujer no reduce el deseo ni el desempeño sexual. Es más, al eliminar la posibilidad de embarazo, en muchos casos el deseo y el desempeño sexual se ve incrementado.

18. Los hombres tienen deseos sexuales más fuertes que las mujeres.

Falso, el deseo sexual varía de persona en persona y no está sujeto al sexo de la persona. En general el deseo sexual es igual en ambos sexos.

19. El sexo anal o el estímulo en la zona anal, es sólo practicado por los homosexuales.

Falso, el sexo anal o el estímulo en la zona anal es practicado también por muchas parejas heterosexuales.

20. La educación sexual en los colegios sólo conduce a la promiscuidad.

Falso, estudios realizados en los últimos años demuestran que la educación sexual no conduce a la promiscuidad. Antes de que se impartieran clases de educación sexual en los colegios, ya existían un gran número de personas promiscuas. Según varios estudios, la educación sexual ha ayudado a reducir estos números. Por último, la educación sexual ayuda a los jóvenes a desarrollar actitudes positivas y saludables hacia la sexualidad, además de promover las relaciones interpersonales las cuales ayudarán a desarrollar armoniosas vidas familiares.

2.1.16. Guía Didáctica

Una guía didáctica es un instrumento impreso con orientación técnica para el estudiante, que incluye toda la información necesaria para el correcto uso y manejo provechoso del libro de texto, para integrarlo al complejo de actividades de aprendizaje para el estudio independiente de los contenidos del curso.

La guía didáctica debe apoyar al estudiante a decidir qué, cómo, cuándo y con ayuda de qué estudiar los contenidos de un curso a fin de mejorar el aprovechamiento del tiempo disponible y maximizar el aprendizaje y su aplicación.

Es la propuesta metodológica que ayuda al alumno a estudiar el material, incluye el planteamiento de los objetivos específicos o particulares, así como el desarrollo de todos los componentes de aprendizaje incorporados por tema, apartado, capítulo o unidad.

2.1.16.1. Aspectos que caracterizan la Guía Didáctica:

Son características de una guía didáctica las siguientes:

- Ofrecer información acerca del contenido y su relación con el programa de estudio para el cual fue elaborado.
- Presentar orientaciones en relación a la metodología y enfoque del curso.
- Presentar indicaciones acerca de cómo lograr el desarrollo de las habilidades, destrezas y aptitudes del educando.
- Definir los objetivos específicos y las actividades de estudio independiente para orientar la planificación de las lecciones, informar al alumno de lo que ha de lograr a fin de orientar al evaluación.

2.1.16.2 Funciones:

a) Orientación:

- Establecer las recomendaciones oportunas para conducir y orientar el trabajo del estudiante.
- Aclarar en su desarrollo dudas que previsiblemente puedan obstaculizar el progreso en el aprendizaje.
- Especificar en su contenido la forma física y metodológica en que el alumno deberá presentar sus productos.

b) Promoción Del Aprendizaje Auto Sugestivo:

- Sugiere problemas y cuestiona a través de interrogantes que obliguen al análisis y reflexión.
- Propicia la transferencia y aplicación de lo aprendido.
- Contiene previsiones que permiten al estudiante desarrollar habilidades de pensamiento lógico que impliquen diferentes interacciones para lograr su aprendizaje.

c) Auto Evaluación Del Aprendizaje:

- Establece actividades integradas de aprendizaje en que el alumno hace evidente su aprendizaje.

- Propone estrategias de monitoreo para que el estudiante evalúe su progreso y lo motive a compensar sus deficiencias mediante el estudio posterior.
- Usualmente consiste en una evaluación mediante un conjunto de preguntas y respuestas diseñadas para este fin. Esta es una función que representa provocar una reflexión por parte del estudiante sobre su propio aprendizaje.

2.1.12.3 Componentes estructurales:

Los componentes básicos de una guía didáctica que posibilitan sus características y funciones son los siguientes:

- **Índice:**

En él debe consignarse todos los títulos ya sean de 1°, 2° o 3° nivel, y su correspondiente página para que, como cualquier texto, el destinatario pueda ubicarlos rápidamente.

- **Presentación:**

Antecede al cuerpo del texto y permite al autor exponer el propósito general de su obra, orientar la lectura y hacer consideraciones previas útiles para la comprensión de los contenidos del material de lectura.

- **Objetivos generales:**

Los objetivos permiten al estudiante identificar los requerimientos conceptuales procedimentales y actitudinales básicos a los que se debe prestar atención a fin de orientar el aprendizaje.

Son la mejor guía para que el estudiante sepa que se espera de su trabajo, cuáles son los aspectos fundamentales a los que debe prestar atención en las lecturas y con qué criterios será evaluado su aprendizaje.

La definición de los objetivos debe hacerse en términos de conocimientos, destrezas o habilidades, actitudes y conducta futura de los estudiantes.

- **Esquema resumen de contenidos:**

Presenta en forma esquemática y resumida a las alumnas todos los puntos fundamentales de que consta el tema correspondiente, facilitando así su acceso o bien su reforzamiento.

- **Desarrollo de contenidos:**

Aquí se hace una presentación general de la temática, ubicándola en su campo de estudio, en el contexto del curso general y destacando el valor y la utilidad que tendrá para el futuro de la labor profesional o dentro de la organización.

- **Temática de estudio:**

Los contenidos básicos se presentan a manera de sumario o bien de esquema según sea el caso, con la intención de exponer de manera sucinta y representativa, los temas y subtemas correspondientes a las lecturas.

- **Actividades para el aprendizaje:**

Es indispensable incluir actividades para que el estudiante trabaje y actúe sobre los contenidos presentados, a fin de desarrollar las competencias o capacidades planteadas en los objetivos generales o específicos.

Son tareas, ejercicios, prácticas o actividades diversas que el autor pide al estudiante para que se apropie del contenido y refuerce o amplíe uno o varios puntos del desarrollo del tema.

Esto fomenta la transferencia de los aprendizajes mediante la realización de prácticas en las que el alumno aplique los conocimientos a situaciones nuevas. Se deben evitar las actividades que sean simplemente una repetición o memorización de lo estudiado y presentar actividades que orienten la comprensión lectora, promuevan la aplicación de lo aprendido y generen su análisis crítico.

- **Ejercicios de auto evaluación:**

Tienen como propósito ayudar al alumno a que se evalúe por sí mismo, en lo que respecta a la comprensión y transferencia del contenido del tema, incluye ejercicios de auto evaluación, cuestionarios de relación de columnas, falso y verdadero, complementación, preguntas de ensayo y de repaso, análisis de casos y, por supuesto, respuestas a los ejercicios y cuestionarios.

Es aconsejable que los materiales de estudio ofrezcan la posibilidad de retroalimentación al estudiante, por lo que se le sugiere la inclusión de respuestas o soluciones explicativas a todos los ejercicios; desarrollo paso a paso de los ejercicios; resúmenes o instrucciones claras para la resolución de modelos de ejercicios.

- **Compromisos de las Estudiantes:**

Es importante que luego de realizar los ejercicios de autoevaluación las estudiantes se propongan compromisos que fortalezcan lo aprendido y se lo lleve a la práctica.

- **Bibliografía de apoyo:**

Se debe proponer bibliografía tanto básica como complementaria, en el cual el destinatario pueda encontrar, en caso de necesitarlo, otras explicaciones sobre lo que se está estudiando.

Se puede incluir información de bibliografía adicional, videos, visitas para la consulta y ampliación de los temas a sugerencia del asesor.

No existen modelos únicos ni determinantes. La estructura de la guía didáctica obedece a las condiciones institucionales en que se determina su producción y uso, no es así, sus características y funciones básicas que son en materias escritas la traducción de una metodología de enseñanza propia del docente que promueve aprendizaje.

2.2. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL

Como se indicó anteriormente el tema de investigación es el nivel de conocimiento sobre la sexualidad que tiene las alumnas de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía de la Universidad Técnica del Norte, Facultad de Educación Ciencia y Tecnología durante el año lectivo 2008-2009. Un tema que mana dado el gran número de estudiantes que se encuentran en estado de gestación y que trae consigo la deserción estudiantil.

Aplicando las bases teóricas de **Skinner** respecto al aprendizaje reforzado o condicionamiento operante en combinación con los conocimientos de sexualidad prevalentes en psicología social y educativa que mira las diferentes etapas de crecimiento del ser humano como normales y dignas de asesoramiento y no de represión, este estudio presenta una exploración del grado de conocimientos de las estudiantes de segundo semestre de la FECYT, sobre la sexualidad para poder analizar como toman sus decisiones de tipo sexual y que grado de conocimiento tienen.

Nos basamos en **Skinner** ya que es uno de los psicólogos más influyentes dentro de las teorías del aprendizaje. Y encontramos que sus teorías del condicionamiento operante son relevantes para entender el tema de esta investigación. Estamos convencidos que si las estudiantes universitarias tuvieran acceso a información clara y apoyo libre de tabúes sociales, ellas tomarán mejores decisiones más acorde con una sexualidad saludable. El propósito de este proyecto es aportar con herramientas psicopedagógicas que incremente la asertividad de las estudiantes y suministrarles para que tomen decisiones más informados, por medio de una guía de educación sexual.

2.3 GLOSARIO DE TÉRMINOS:

- **Anticonceptivo:** Dicho de un medio, de una práctica o de un agente: Que evita el embarazo.
- **Asertivo:** Palabra derivada del nombre de eros, dios del amor capaz de asegurar.
- **Autoestima:** Valoración generalmente positiva de sí mismo.
- **Coito:** Cópula sexual.
- **Deseo:** Impulso, excitación venérea.
- **Desviación:** Tendencia o hábito anormal en el comportamiento de alguien.
- **Disfunción:** Desarreglo en el funcionamiento de algo o en la función que le corresponde.
- **Erotismo:** Carácter de lo que excita el amor sensual.
- **Homosexual:** Dicho de una relación erótica: Que tiene lugar entre individuos del mismo sexo.
- **Identidad:** Conjunto de características y cualidades que tiene cada persona y que la hacen diferente a las demás.
- **Masturbación:** Estimulación de los órganos genitales o de zonas erógenas con la mano o por otro medio para proporcionar goce sexual.
- **Mito:** Persona o cosa a las que se atribuyen cualidades o excelencias que no tienen, o bien una realidad de la que carecen.
- **Natalidad:** Número proporcional de nacimientos en población y tiempo determinados.
- **Pornografía:** Carácter obsceno de obras literarias o artísticas.
- **Respuesta:** Efecto que se pretende conseguir con una acción
- **Sexo:** Órganos sexuales.

2.4. SUBPROBLEMAS, INTERROGANTES,

- ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos?
- ¿Por qué las jóvenes no son originales en la vida?
- ¿Las jóvenes conocen cuáles son los riesgos de tener relaciones sexuales sin protección?

2.5 MATRIZ CATEGORIAL

| CONCEPTO | CATEGORIA | DIMENSIÓN | INDICADORES |
|---|---------------|---|--|
| Educación sexual impartida a en las aulas de clase. | Iniciación | La sexualidad fundamentada en hechos físicos y psicológicos para jóvenes. | <ul style="list-style-type: none"> - Mejor conocimiento de su cuerpo y sus emociones. - Importancia de la virginidad |
| Salud reproductiva orientada a proteger la salud de los jóvenes de manera asertiva. | Ilustración | Educación sexual para tener una mejor salud reproductiva. | <ul style="list-style-type: none"> - Mayor afectividad en la pareja y mayor comunicación. - Toma de decisiones |
| Información sobre pornografía y erotismo | Formación | Parámetros trascendentales sobre la sexualidad . | <ul style="list-style-type: none"> -Conocimiento de zonas erógenas del cuerpo humano - Diferenciación entre erotismo y pornografía. - Diferencia entre orgasmo y eyaculación. |
| Taller sobre la correcta utilización de los métodos anticonceptivos. | Socialización | Formación de actitudes responsables hacia la sexualidad. | <ul style="list-style-type: none"> - El conocimiento de los anticonceptivos y su mecanismo de acción |

CAPITULO III

3. METOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Proyecto factible:

Esta investigación tuvo como finalidad convertirse en un proyecto realizable, mismo que permitió elaborar la propuesta que fue realización de una Guía de Educación Sexual para las estudiantes de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía de la FECYT. Según la definición de la UPEL (1990), **“Consiste en la elaboración de una propuesta de un modelo operativo viable, o una solución posible a un problema de tipo práctico para satisfacer necesidades de una institución o grupo social”**.

De campo:

Es de campo porque se realizó en la Universidad Técnica del Norte, donde se identificó las causas y efectos del desconocimiento de la sexualidad, se aplicó para comprender y resolver algunas situaciones, necesidades y problemas en un contexto determinado. Cuando se habla de estudios de campo, nos referimos a investigaciones científicas, no experimentales dirigidas a descubrir relaciones e interacciones entre variables sociológicas, psicológicas y educativas en estructuras sociales reales y cotidianas.

Documental:

Consistió en revisar bibliografía documental de los diferentes textos, para la elaboración del marco teórico y así fundamentar la propuesta. Según la definición de la UPEL (1990), **“Consiste en la elaboración de una propuesta de un modelo operativo viable, o una solución**

posible a un problema de tipo práctico para satisfacer necesidades de una institución o grupo social”.

3.2 METODOS

Analítico – Sintético:

Según MORRIS Charles, “Es importante para el proceso investigativo comprender que el objeto o fenómeno que se investiga se presente ante nosotros con características dialécticas, es a la vez única y múltiple, existen en el identidad y diferencia”. El proceso analítico consiste en descomponer el objeto, en diferentes elementos o partes, tal como lo ejecutamos con el desconociendo de la sexualidad para analizarlo minuciosamente.

3.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Encuesta:

Esta técnica permitió obtener información aplicando un cuestionario a las alumnas de la Universidad Técnica del Norte en la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología, en la Escuela de Pedagogía.

La elaboración del cuestionario fue un momento decisivo ya se enfocó objetivamente las preguntas para simplificar el procesamiento de la información.

La Entrevista

La entrevista en una técnica que nos permitió obtener información a través del diálogo directo con alumnas de los segundos semestres de la FECYT, mismo que permitió profundizar los problemas existentes en cuanto al tema de la sexualidad.

Hay que unirse, no para estar juntos,
Sino para hacer algo juntos

Juan Donoso Cortés

3.4. POBLACIÓN

En la presente investigación se recurrió a las estudiantes de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía de la FECYT en la Universidad Técnica del Norte, de la ciudad de Ibarra, donde se empleó las técnicas e instrumentos de investigación necesarios que permitió recolectar datos que fueron analizados críticamente para determinar la factibilidad del tema de investigación. En el presente estudio la población fue de 202 alumnas.

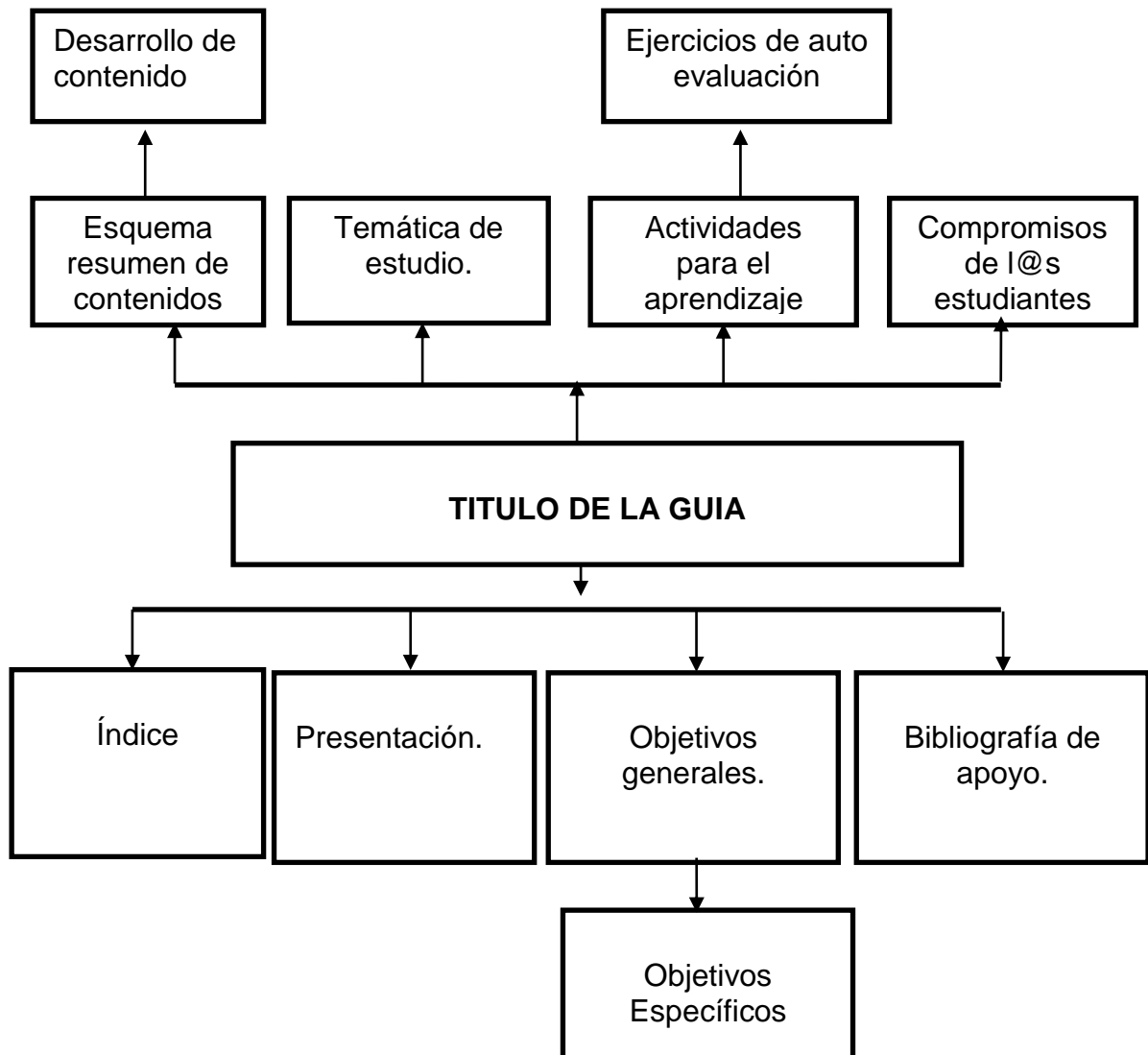
Cuadro Nro.: 1

| INSTITUCIÓN | ESPECIALIDAD | Nro. DE ESTUDIANTES |
|--------------------|--|----------------------------|
| "U.T.N." | 1 ro PSICOLOGÍA | 38 |
| "U.T.N." | 1 ro ING. GESTION Y DESARROLLO TURISTICO | 54 |
| "U.T.N." | 1 ro INGLES | |
| | "A" | 33 |
| | "B" | 32 |
| "U.T.N." | 1 ro CONTABILIDAD | 45 |
| | TOTAL | 202 |

En la presente investigación se tomó en cuenta a toda la población que consta en el cuadro Nro. 1, ya que el universo es relativamente pequeño y no se requirió tomar una muestra.

3.5. ESQUEMA DE LA PROPUESTA.

A continuación se presenta la dinamización de la propuesta, que se ejecutó a través de una Guía Didáctica.

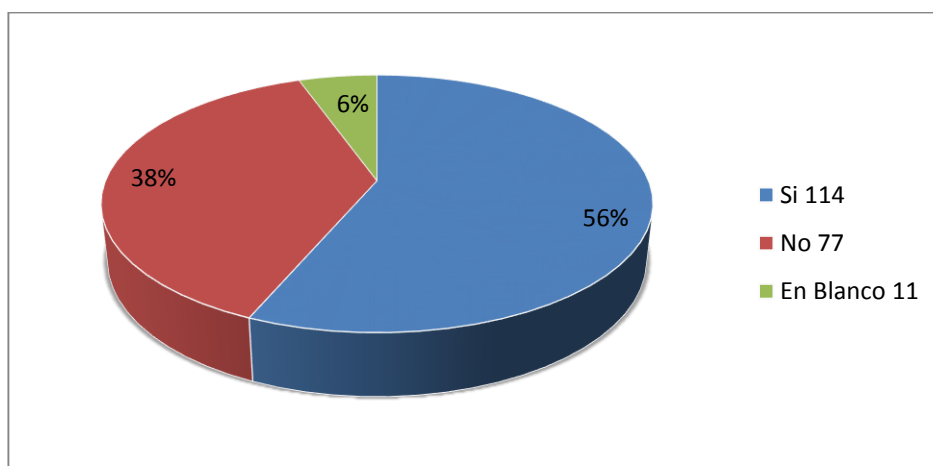


CAPITULO IV

4.- ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

1.- ¿CREE QUÉ EXISTE DIFERENCIA ENTRE PORNOGRAFÍA Y EROTISMO?

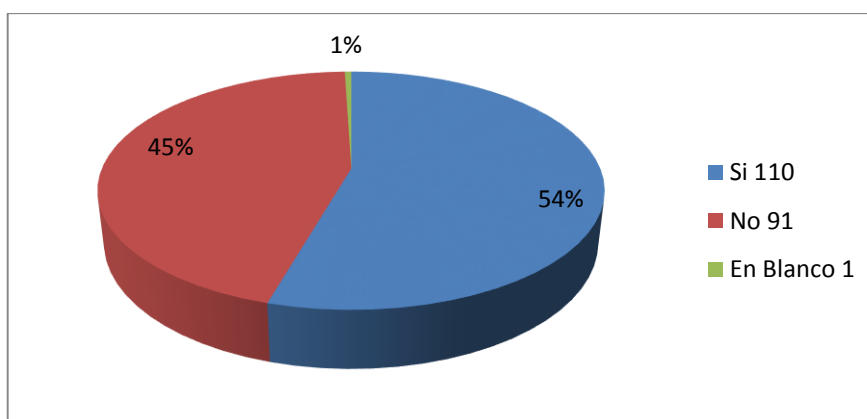
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 114 | 56,43 |
| NO | 77 | 38,11 |
| EN BLANCO | 11 | 5.44 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 56,43% de las encuestadas manifiestan que existe diferencia entre pornografía y erotismo; el 38,11% determina que no existe tal diferencia y el 5,44% se abstiene responder esta interrogante, consecuentemente la mayoría opina que si hay diferencia.

2.- ¿CONOCE LA UTILIDAD DE LA PÍLDORA DEL DÍA DESPUÉS?

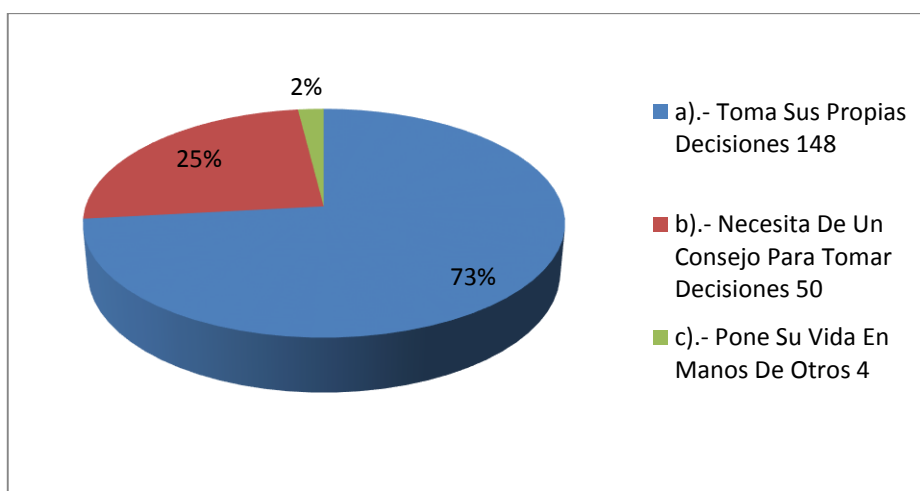
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 110 | 54.45 |
| NO | 91 | 45,04 |
| EN BLANCO | 1 | 0,49 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 54,45 % de las encuestadas manifiestan que si conocen la utilidad la píldora del día después; el 45,04 % determina que no lo conocen, y el 1% se abstiene responder esta interrogante, consecuentemente la mayoría manifiestan que si conocen su utilidad.

3.- SE CONSIDERA UNA PERSONA QUE:

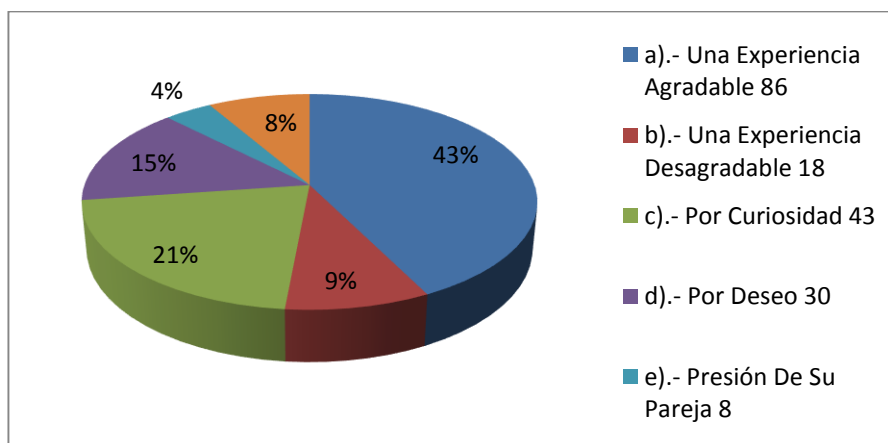
| RESPUESTA | Nro. | % |
|---|------------|------------|
| a) Toma Sus Propias Decisiones | 148 | 73,26 |
| b) Necesita De Un Consejo Para Tomar Decisiones | 50 | 24,75 |
| c) Pone Su Vida En Manos De Otros | 4 | 1,98 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 73,26% de las encuestadas manifiestan tomar sus propias decisiones; el 24,75% determina que necesitan de un consejo para tomar decisiones, y el 1,98% acuerda poner su vida en manos de otros, consecuentemente la mayoría demuestran asertividad.

4.- EN CASO DE QUE HAYA TENIDO RELACIONES SEXUALES (COITO). SU PRIMERA RELACIÓN FUE:

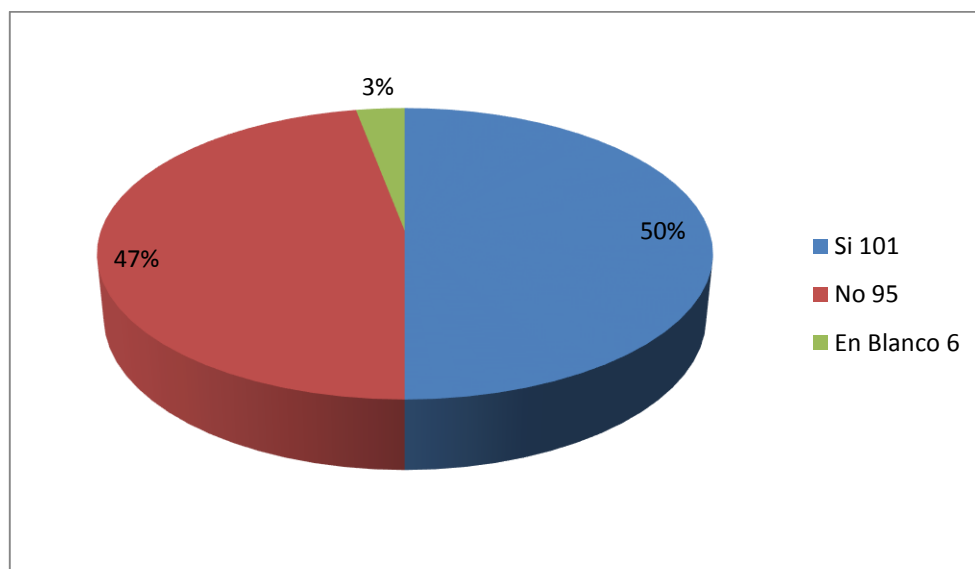
| RESPUESTA | Nro. | % |
|---------------------------------|------------|------------|
| a) Una Experiencia Agradable | 86 | 42,57 |
| b) Una Experiencia Desagradable | 18 | 8,91 |
| c) Por Curiosidad | 43 | 21,28 |
| d) Por Deseo | 30 | 14,85 |
| e) Presión De La Pareja | 8 | 3,96 |
| f) En Blanco | 17 | 8,41 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 42,57% de las encuestadas manifiestan que su primera relación Sexual fue una experiencia agradable, en cambio el 8,91% considera que fue una experiencia desagradable, por otro lado el 21,28% considera que fue solo por curiosidad, mientras que el 14,85% manifiesta que fue por deseo, aunque existe un 3,96% que da a conocer que tuvieron cierta presión de su pareja, y un 8,41% prefiere abstenerse responder esta interrogante, consecuentemente la mayoría manifiestan que fue una experiencia agradable.

5.- ¿CONOCE ALGUNAS ZONAS ERÓGENAS DEL HOMBRE Y LA MUJER?

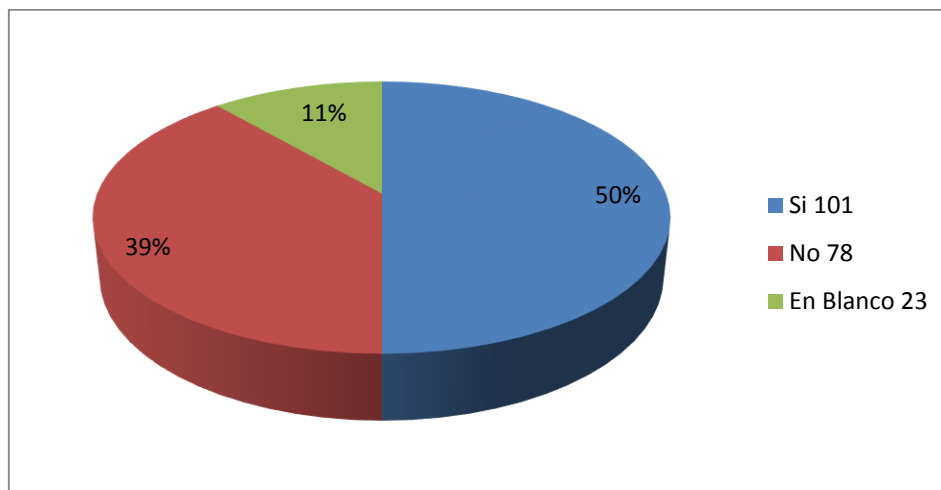
| RESPUESTA | Nro. | % |
|------------------|-------------|------------|
| SI | 101 | 50 |
| NO | 95 | 47,02 |
| EN BLANCO | 6 | 2,97 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 50% de las encuestadas manifiestan que si conocen algunas zonas erógenas del cuerpo humano; el 47,02% determina que desconocen tales zonas erógenas, y el 2,97% prefiere abstenerse responder esta interrogante, consecuentemente existe un alto porcentaje en el conocimiento de estas zonas.

6.- SABE LO QUE ES ORGASMO Y EYACULACIÓN. CONSIDERA QUE HAY DIFERENCIA?

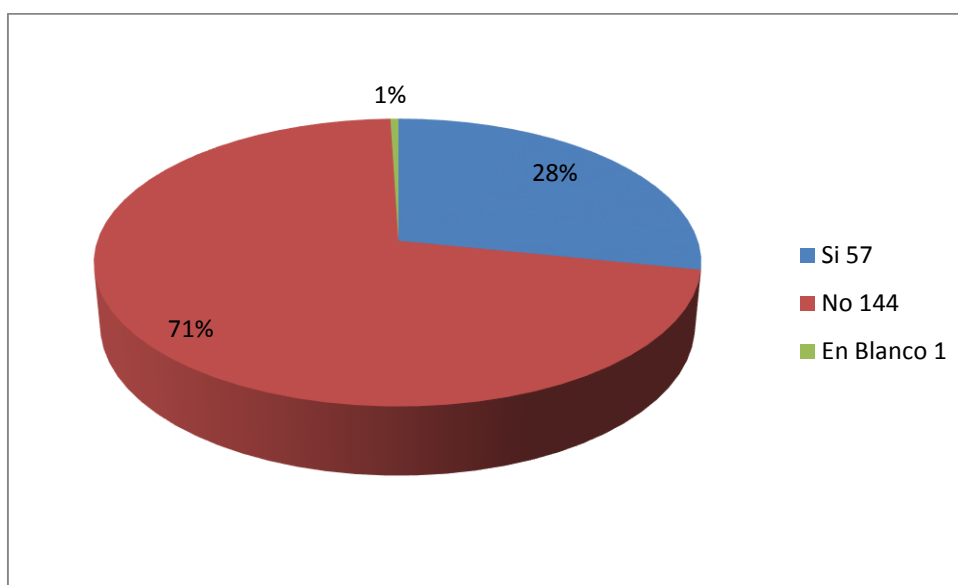
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 101 | 50 |
| NO | 78 | 38,61 |
| EN BLANCO | 23 | 11,38 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 50% de las encuestadas manifiestan que existe diferencia entre orgasmo y eyaculación, el 38,61% determina que no hay tales diferencias, y el 11,38% prefiere abstenerse de responder esta interrogante, consecuentemente existe un alto porcentaje que dice conocer tal diferencia.

7.- ¿CONSIDERA QUE LA VIRGINIDAD ES EL REQUISITO PRINCIPAL PARA LLEGAR AL MATRIMONIO O TENER PAREJA?

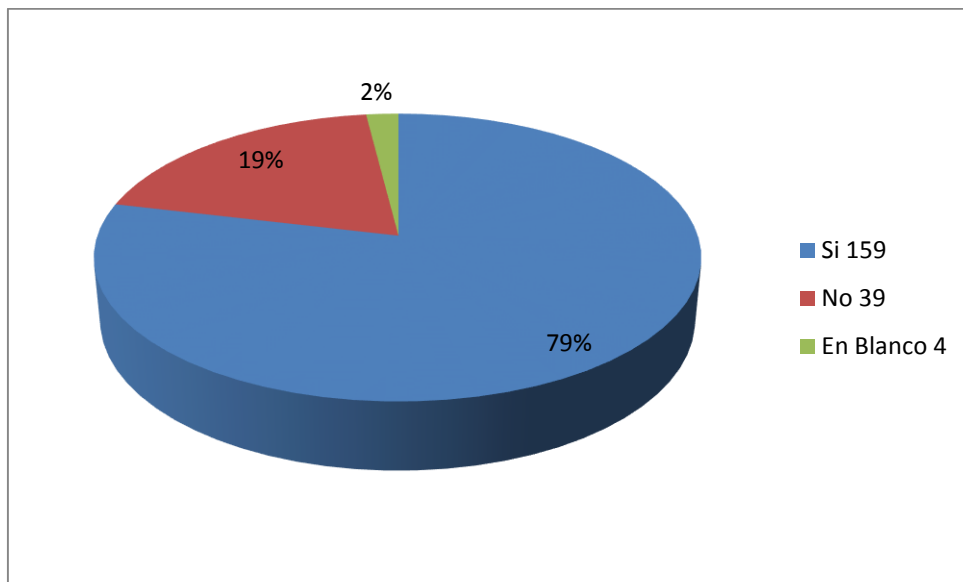
| RESPUESTA | Nro. | % |
|------------------|-------------|------------|
| SI | 57 | 28,21 |
| NO | 144 | 71,28 |
| EN BLANCO | 1 | 0,49 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 28,21% de las encuestadas manifiestan que la virginidad es el requisito principal para llegar al matrimonio o tener pareja, el 71,28% que no es importante y el 0,49% se abstiene de responder consecuentemente la mayoría determina que no es un requisito primordial.

8.- ¿SE HA ENAMORADO?

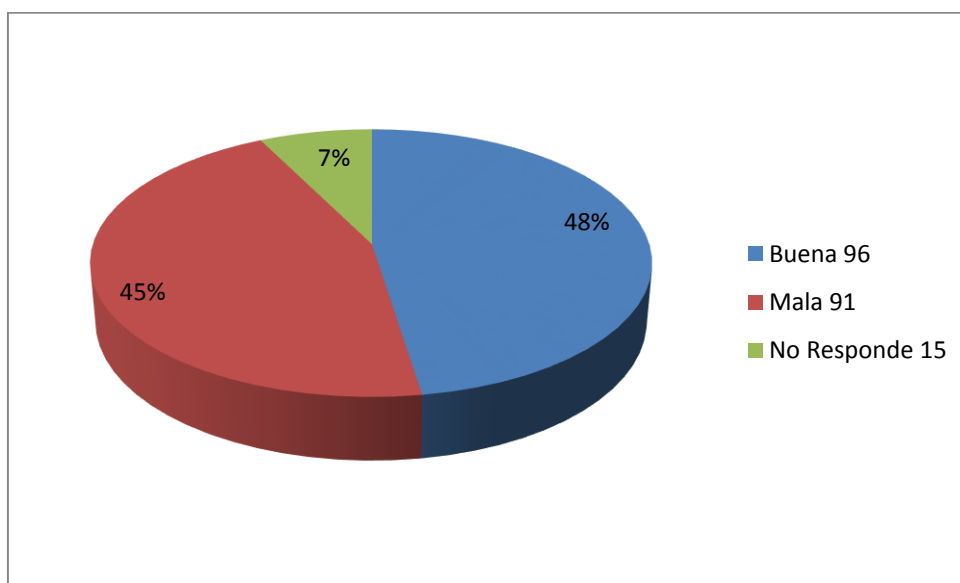
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 159 | 78,71 |
| NO | 39 | 19,30 |
| EN BLANCO | 4 | 1,98 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 78,71% de las encuestadas manifiestan que si se han enamorado, el 19,30% que no y el 1,98% se abstiene de responder consecuentemente la mayoría se manifiesta por el si.

9.- CONSIDERA QUE LA MASTURBACIÓN O AUTOEROTISMO ES:

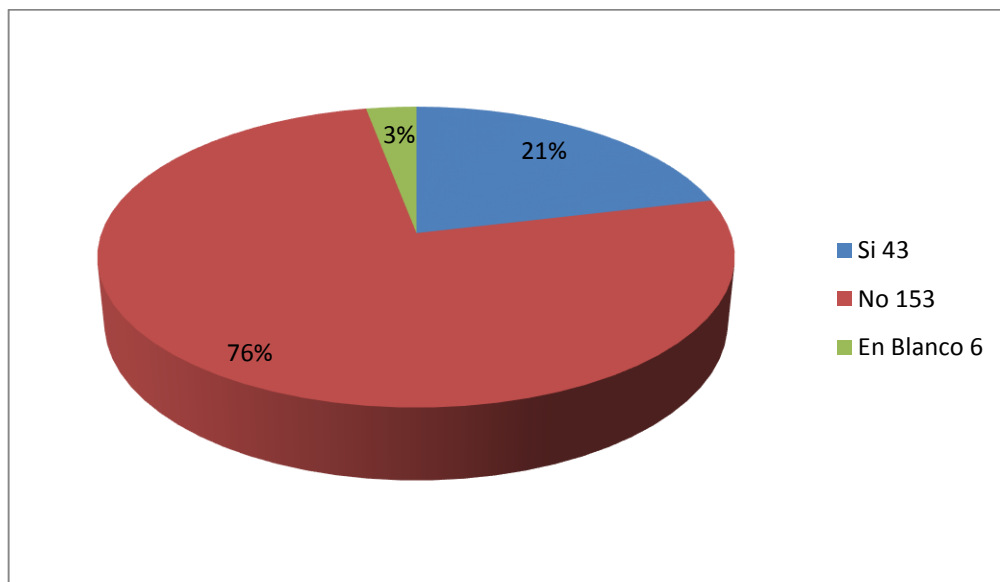
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| BUENA | 96 | 47,52 |
| MALA | 91 | 45,04 |
| EN BLANCO | 15 | 7,42 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 47,52% de las encuestadas manifiestan que la masturbacion es buena, el 45,04% que es mala y el 7,42% se abstiene de responder, consecuentemente existe un alto porcentaje que considera como algo positivo.

10.- ¿CREE QUE SON SEGUROS LOS MÉTODOS NATURALES, PARA EVITAR EMBARAZOS NO PLANIFICADOS?

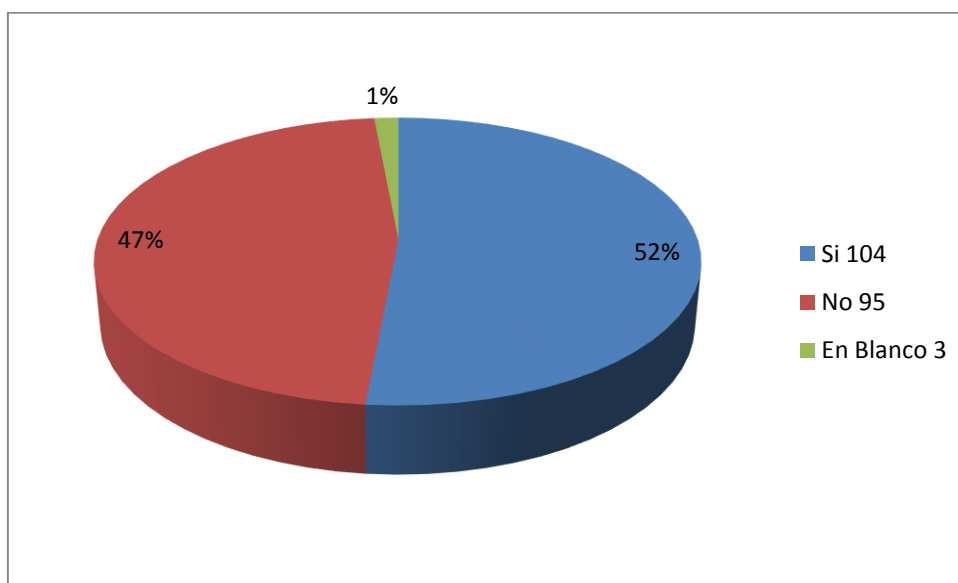
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 43 | 21,28 |
| NO | 153 | 75,74 |
| EN BLANCO | 6 | 2,97 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 21,28% de l@s encuestad@s manifiestan que si son seguros los métodos de planificación familiar naturales para evitar embarazos no planificados, el 75,74% que no son seguros y el 2,97% se abstiene de responder, consecuentemente la mayoría conocen que no son seguros.

11.- LOS ANTICONCEPTIVOS PROTEGEN DE LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

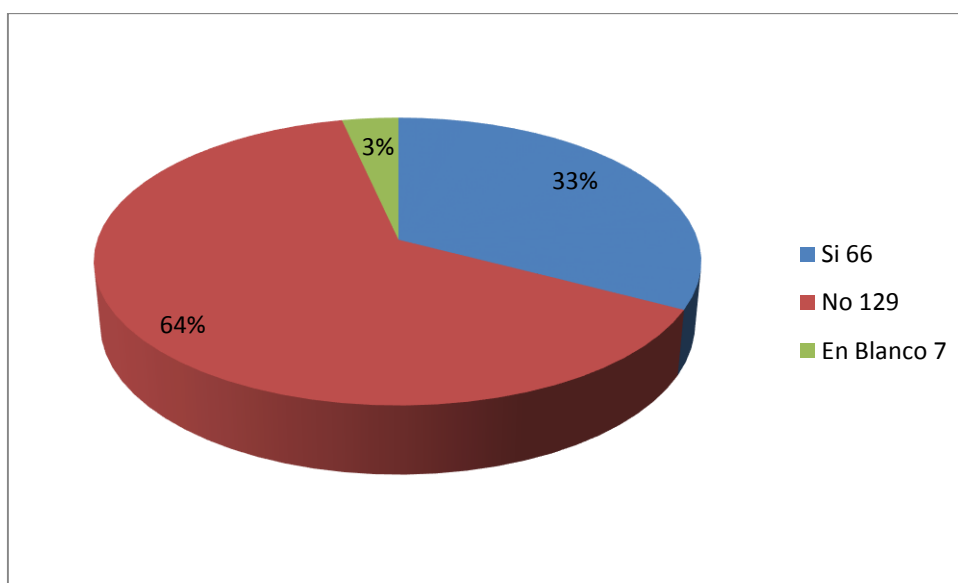
| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 104 | 51,48 |
| NO | 95 | 47,02 |
| EN BLANCO | 3 | 1,48 |
| TOTAL | 202 | 100 |



El 51,48% de l@s encuestad@s manifiestan que los anticonceptivos protegen de las enfermedades de transmisión sexual, el 47,02% expresan que no protegen y el 1,48% se abstiene de responder, consecuentemente la mayoría manifiestan que si protegen.

12.- EN UN ENCUENTRO EN EL QUE HAY LA POSIBILIDAD DE TENER RELACIONES SEXUALES (COITO) Y NO TIENE PRESERVATIVO, ¿TIENES RELACIONES SEXUALES?

| RESPUESTA | Nro. | % |
|--------------|------------|------------|
| SI | 66 | 32,6732673 |
| NO | 129 | 63,8613861 |
| EN BLANCO | 7 | 3,46534653 |
| TOTAL | 202 | 100 |



En cuanto a El 32,67% de l@s encuestad@s manifiestan que: en un encuentro en el que hay la posibilidad de tener relaciones sexuales (coito) y no tiene preservativo si tiene relaciones sexuales, el 63,86% que no y el 3,46% se abstiene de responder, consecuentemente la mayoría determina un alto grado de asertividad.

CAPITULO V

5.- CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES

5.1.- CONCLUSIONES:

- L@s alumn@s se encontraron prestos a tratar el tema de la sexualidad, ya que consideran importante para su desarrollo integral.
- No existe ningùn tipo de organismo ni instituciòn gubernamental o privada que asuma la Educaciòn Sexual de la poblaciòn universitaria.
- El 58,74% de alumn@s tienen un conocimiento minimo sobre la sexualidad, lo que lleva a practicas disipadas.
- El 21% de alumn@s consideran que los mètodos anticonsectivos naturales son eficaces para evitar embarazos no planificados, por lo cual se evidencia un gran nùmero de parejas embarazad@s.
- El 68,56% de alumn@s manifiestan que saben tomar decisiones, aunque en la realidad se nota un bajo nivel de asertividad.
- Es inquietante observar que el 47,02% de alumn@s manifiestan que no existe un mètodo para evitar el contagio de enfermedades venereas, sin tomar en cuenta que el preservativo es el ùnico mètodo idòneo para este fin.
- El 78,71% de alumn@s manifiestan que se han enamorado, lo cual les ha llevado a tomar decisiones equivocadas teniendo como desenlace desequilibrio emocional y embarazos no planificado.

5.2.- RECOMENDACIONES:

- Concientizar a l@s alumn@s de la escuela de Pedagogía de la FECYT sobre el riesgo que conlleva ejercer una vida sexual sin responsabilidad.
- Señalar a l@s alumn@s de la escuela de Pedagogía de la FECYT la importancia de desarrollar actitudes asertivas que logre un desarrollo integral en cada un@ de ell@s.
- Recomendar al personal docente de la FECYT en la Universidad Tècnica del Norte se implemente charlas sobre sexualidad como parte de la formacion personal.
- Aconsejar a las autoridades de la FECYT se inserte la Catedra de Sexualidad como parte de estudio y formaciòn desde los primeros años.
- Elaborar una guía con estrategias y métodos psicopedagógicos para las estudiantes de la FECYT, mismo que facilite el conocimiento sobre la formación y prevención de embarazos no planificados y enfermedades de trasmisión sexual.
- Implementar Talleres de Educaciòn Sexual para l@s jovenes de la Universidad Tècnica del Norte como parte de una formaciòn preventiva y asertiva.

CAPITULO VI

6.- PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1.- Titulo de la propuesta:

El titulo que hemos considerado apropiado para la Guia de Educación Sexual es: **“INFOR-SEX-JOVEN”**

6.2.- Justificacion e Importancia:

La juventud marca una etapa llena de cambios y elecciones, las decisiones complejas y los retos de crecer constituyen el principal componente del ser humano, en tal virtud, hablar y educar en sexualidad concierne a reforzar y hacer resistentes los valores individuales y las normas de grupo, aplicando estrategias que concuerden con la influencia del medio de las jóvenes.

A las jóvenes además de los cambios propios de sí, se les suma innumerables condiciones sociales y económicos que también tiene su gran influencia dentro de nuestra sociedad, por lo tanto apremia la necesidad de guías innovadoras, formativas y preventivas que permitan a las jóvenes desarrollar una asertividad eficiente a la hora de tomar decisiones.

Es importante entender la forma como las jóvenes estructuran su sexualidad misma que está dada en función del tipo de información que reciben de su familia y el ambiente social en que se desenvuelven obteniendo una educación sexual restrictiva represiva o sexofóbica a la que han estado sometidos desde la infancia.

En el medio educativo se encuentran un ambiente donde se evade y silencia la sexualidad por prejuicios, temores o por falta de preparación

para abordar una educación sexual franca, veraz y honesta. Desde el punto de vista biopsicosocial, la sexualidad es necesario valorarla y abordarla con seriedad y responsabilidad, ejerciendo de esta manera un auténtico autocontrol y lucha contra el sexo sin protección, pues es evidente como se ha expandido las infecciones de transmisión sexual y los embarazos no planificados, haciendo que esto actualmente se haya convertido en un problema de salud pública.

La presente Guía es un aporte con características esenciales que corresponde a la sexualidad en toda su dimensión expresada a través de toda nuestra vida cotidiana; del ser físico, intelectual, emocional y espiritual de cada joven, siendo ésta una herramienta interactiva diseñada para cambiar la estructura de pensamiento en la temática de la sexualidad de una forma científica, humana y fundamentalmente responsable.

6.3.- Fundamentación:

6.3.1.- Fundamentación Epistemológica

6.3.1.1.- Humanista:

Para el desarrollo de la propuesta tomamos como fundamentación epistemológica al Humanismo ya que aporta al crecimiento personal de las alumnas, desarrollando potencialidades humanas, adquisición de valores y actitudes que permita vivir una vida digna y con sentido. Según Carrasco (2005) señala que **“Uno de los factores educativos más importantes es la actitud acogedora, atenta y comprensiva del educador”**.

El humanismo no solo se preocupa por el resultado académico sino por todo el proceso de aprendizaje, proporcionando una evaluación cualitativa. La misma que conlleva a la formación de un ser humano

activo, crítico, deliberante, que toma sus propias decisiones siendo gestor de cambios y siempre dispuesto a servir a los demás.

6.3.2.- Fundamentación Psicológica

6.3.2.1.- Teoría Contextual o Ecológica:

Esta teoría contribuyó en el desarrollo de la propuesta ya que incide principalmente en la conducta escolar y social, sobre todo de las interacciones persona – grupo, y persona – medio ambiente, enfatizando principalmente el rol que juega el contexto histórico, geográfico, ecológico, cultural, económico, social, familiar, psicológico y escolar, en especial la ilustración vigorosa de sus individuo. Según Hamilton, esta corriente se preocupa por: **“Atender a la interacción entre las personas y su entorno profundizando en la reciprocidad de sus acciones”**.

La evaluación es cualitativa y formativa, ya que no solo se pretendió dar conocimientos científicos a las alumnas sino enseñar a ser, sentir y vivir con los demás.

6.3.3.- Fundamentación Sociológica

6.3.3.1.- Socio-Critica:

La finalidad de enlazar la propuesta con esta corriente fue para llegar a una mutua comprensión de la realidad y transformarla, partiendo de la profunda insatisfacción que genera una sociedad injusta, desarrollando en las estudiantes habilidades sociales para que se involucren con la sociedad siendo autónomas y proactivas.

La corriente Socio-Critica pretende formar un ser humano que conozca la realidad social y aprenda a negociar democráticamente, buscando transformar la sociedad en beneficio de los más débiles, siempre comprometido con la justicia y la equidad con un gran desarrollo de

habilidades sociales que le permitan interactuar de forma efectiva con el medio.

6.3.4.- Modelo pedagógico

6.3.4.1.- Modelo Crítico:

El Modelo Crítico contribuyó eficientemente a la propuesta ya que es una enseñanza que conlleva a las alumnas a cuestionar y desafiar la dominación, las creencias y prácticas que la generan; ya que es una teoría y práctica en la que las alumnas alcanzan una conciencia crítica. McLaren (1997) manifiesta que **“La pedagogía crítica entiende a la educación como un proceso de negociación democrática que facilita la comprensión de la realidad, obteniendo una autonomía y fortalecimiento personal”**.

Éste modelo permite formar a un ser humano autónomo, con liderazgo productivo, proactivo, razonador, creativo, responsable y que sepa involucrarse con la sociedad.

6.4.- Objetivos:

6.4.1 General:

- Aportar a la formación integral de las jóvenes, mediante la adquisición de conocimientos científicos, vivencia de valores, practica de la comunicación, afectividad sexualidad y salud reproductiva.

6.4.2 Específicos:

- Fomentar en las jóvenes el ejercicio de una sexualidad sana, mediante la comunicación, el amor y la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser humano; para potenciar el desarrollo personal.

- Conocer las infecciones de transmisión sexual más frecuentes, VIH-SIDA, tomando conciencia de la necesidad de evitar las conductas de riesgo.

- Crear espacios de reflexión entre estudiantes frente a una sexualidad saludable y responsable para evitar embarazos no planificados.

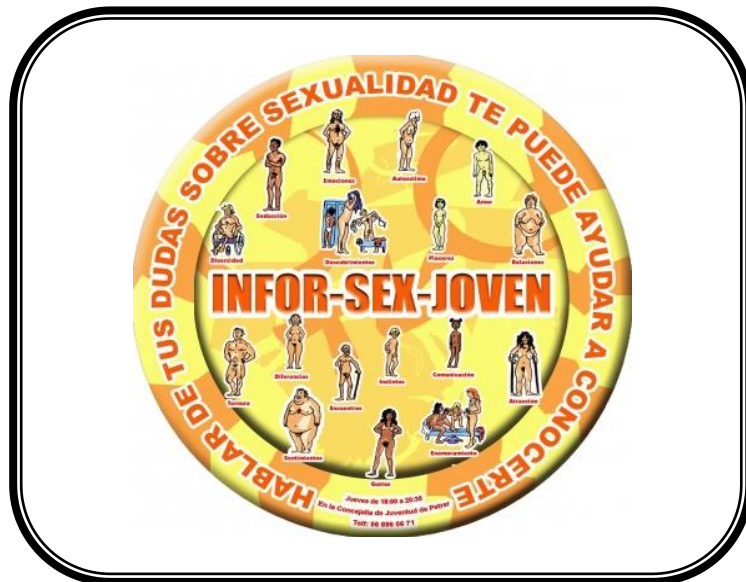
6.5.- Ubicación Sectorial y Física:

La Universidad Técnica Del Norte se encuentra ubicada en la parte Norte de la Ciudad de Ibarra, en la avenida 17 de Julio, barrio El Olivo. Cuenta con una infraestructura moderna que permite atender a la demanda de la juventud del norte del país, posee cinco facultades; específicamente en la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología (En La Escuela De Pedagogía) es donde se ejecutó la propuesta.

6.6.- Desarrollo De La Propuesta:

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FECYT



GUÍA DE SALUD SEXUAL Y AFECTIVA



Autores:

Rafael Cando Aguirre

Mayra De Jesús Medrano

Tutor:

Dr. Gabriel Echeverría

CONTENIDOS

- **Contenido**
- **Presentación**
- **Objetivos**
- **Evaluación Inicial Del Módulo (Diagnostico)**
- **Red Conceptual**
- **Sexualidad**
 - ¿Cómo Se Manifiesta La Sexualidad?
- **Identidad De Género**
 - ¿Qué Es La Identidad?
- **Enamoramiento**
- **Asertividad**
 - ¿Qué Es La Asertividad?
- **Métodos De Control De Natalidad**
 - ¿Existen Métodos Temporales Y Definitivos...!
- **Enfermedades De Trasmisión Sexual**
 - Sífilis:
 - Gonorrea:.
 - Herpes Genital:
 - Chancroide: .
 - Síndrome De Inmunodeficiencia Adquirida (Sida).
- **Embarazo**
 - Consecuencias Psicológicas Y Sociales:
- **Masturbación**
 - ¿Qué Significa Masturbarse?
- **Petting**
- **Mitos Sobre La Sexualidad**
- **Curiosidades**
- **Material De Referencia**

PRESENTACIÓN

La juventud marca una etapa llena de cambios y elecciones, las decisiones complejas y los retos de crecer constituyen el principal componente del ser humano, en tal virtud, hablar y educar en sexualidad concierne a reforzar y hacer resistentes los valores individuales y las normas de grupo, aplicando estrategias que concuerden con la influencia del medio de las jóvenes.

A los jóvenes además de los cambios propios de sí, se les suma innumerables condiciones sociales y económicos que también tiene su gran influencia dentro de nuestra sociedad, por lo tanto apremia la necesidad de guías innovadoras, formativas y preventivas que permitan a las jóvenes desarrollar una asertividad eficiente a la hora de tomar decisiones.

Es importante entender la forma como las jóvenes estructuran su sexualidad misma que está dada en función del tipo de educación sexual que reciben en familia y el ambiente social en que se desenvuelven obteniendo una educación sexual restrictiva represiva o sexofóbica a la que han estado sometidos desde la infancia.

En el medio educativo se encuentran en un ambiente donde se evade y silencia la sexualidad por prejuicios, temores o por falta de preparación para abordar una educación sexual franca, veraz y honesta.

Desde el punto de vista biopsicosocial, la sexualidad es necesario valorarla y abordarla con seriedad y responsabilidad, ejerciendo de esta manera un auténtico autocontrol y lucha contra el sexo sin protección, pues es evidente como se ha expandido las infecciones de transmisión sexual (ITS) y los embarazos no planificados, haciendo que esto actualmente se haya convertido en un problema de salud pública

La presente guía es un aporte de todas las características esenciales que corresponde la sexualidad en toda su dimensión expresada a través de toda nuestra vida cotidiana; del ser físico, intelectual, emocional y espiritual de cada joven, siendo ésta una herramienta interactiva diseñada para cambiar la estructura de pensamiento en la temática de la sexualidad de una forma científica, humana y fundamentalmente responsable.

OBJETIVOS

- Contribuir a la formación integral de las jóvenes, mediante la adquisición de conocimientos científicos, vivencia de valores, practica de la comunicación, afectividad sexualidad y salud reproductiva.
- Fomentar en las jóvenes el ejercicio de una sexualidad sana, mediante la comunicación, el amor y la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser humano; para potenciar el desarrollo personal.
- Valorar y entender la sexualidad humana como una situación propia, que tiene implicaciones sociales que pueden estar relacionados con la reproducción.
- Lograr el manejo adecuado de la sexualidad en las jóvenes.
- Conocer las infecciones de trasmisión sexual más frecuentes, VIH-SIDA, tomando conciencia de la necesidad de evitar las conductas de riesgo.
- Tener un conocimiento de la anatomía y la fisiología de los aparatos genitales femenino y masculino, y relacionarlo con la conducta sexual y sus consecuencias (embarazo, enfermedades, felicidad, placer...).
- Crear espacios de reflexión entre estudiantes frente a una sexualidad saludable y responsable.
- **D**arse cuenta de la **influencia de los medios** de comunicación, la publicidad y el entorno social sobre la conducta sexual de las persona.

¿Conoces Todo Sobre El Sexo?

Contrario a lo que mucha gente piensa, el sexo no es solamente coito y masturbación; este fascinante tema encierra muchos datos curiosos que te sorprenderán.

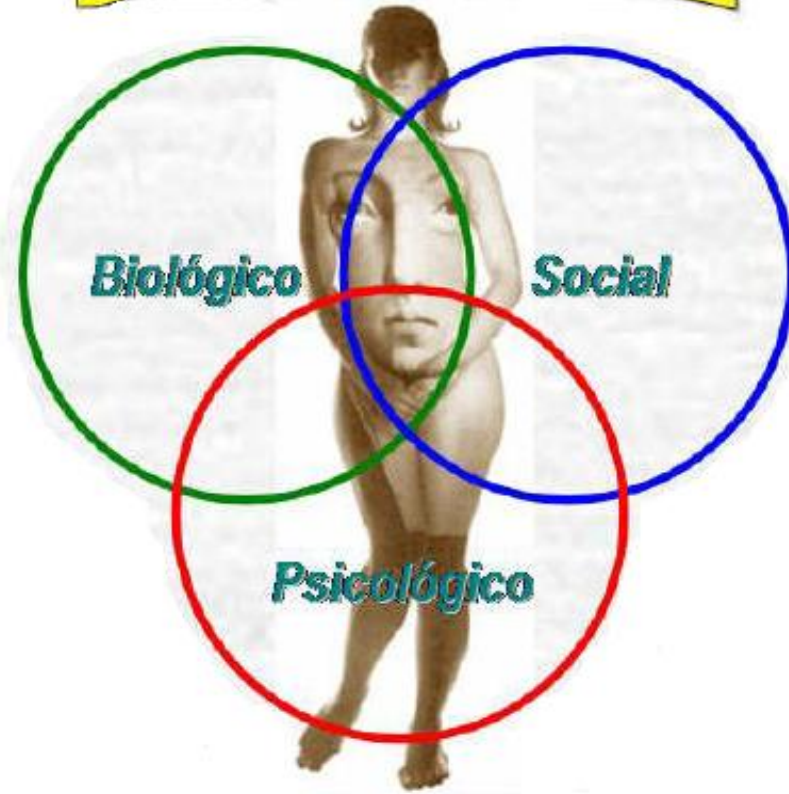
Antes de dar comienzo al módulo, es necesario que hagamos un breve análisis sobre el conocimiento que tenemos sobre la sexualidad.

Responde Sinceramente El Siguiete Cuestionario:

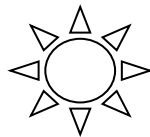
| CUESTIONES | S I | N O |
|---|----------------|----------------|
| 1. ¿Conoces la sexualidad humana en todos los ámbitos? | | |
| 2. ¿Hablar de sexualidad es hablar exclusivamente de relación sexual? | | |
| 3. ¿En una relación sexual se debe dejar seguir el libre curso del instinto? | | |
| 4. Crees que es necesario planificar una relación sexual, cuando trates de ejercer tu sexualidad? | | |
| 5. Crees que es importante en una relación sexual, que se tome en cuenta: ¿Con quién realizarla? | | |
| 6. Es importante en una relación sexual, considerar: ¿El cómo? | | |
| 7. En una relación sexual, se debe tomar en cuenta: ¿Cuándo consumarla? | | |
| 8. Se debe tomar en cuenta en una relación sexual: ¿Dónde hacerla? | | |
| 9. Se debe tomar en cuenta en una relación sexual: ¿Con que realizarla? | | |
| 10. ¿Sabes cómo protegerte de las infecciones de trasmisión sexual? | | |

| | | |
|--|--|--|
| TOTAL: | | |
| <p>¿Te Consideras Una Persona Suficientemente Preparada Para Tener Relaciones Sexuales?</p> <p>SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/></p> <p>¿Por qué?</p> <p>.....</p> <p>.</p> | | |

SEXUALIDAD



GUÍA DE SALUD SEXUAL Y AFECTIVA



¿Te Has Preguntado... A Qué Se Refiere Realmente La Sexualidad?

La sexualidad es una manera de comportarnos, de sentir, de hacer y tiene que ver con factores biológicos, psicológicos y sociales. Cuando se llega a agrupar estos tres conceptos, se puede hablar de sexualidad. La sexualidad tiene funciones específicas en el ser humano y la principal es el **Placer** y la otra es la **Cercanía Con El Otro**; esto es de manera primordial, porque la función secundaria de la sexualidad en el ser humano es **La Reproducción**.

¡Ahora, Analicemos Juntos...!

¿Cómo Se Manifiesta La Sexualidad?



Se manifiesta de muchas maneras. Desde cómo se considere uno: masculino o femenino, cuál es la identidad que se tiene como género o sexual. También se manifiesta con una actividad que es explícitamente sexual, juegos sexuales, etc.

¿Desde Que Edad Se Da La Sexualidad?

La sexualidad se manifiesta desde etapas tempranas.

Hace tiempo apareció una teoría psicoanalítica que señalaba que el niño tenía sexualidad. También se pensaba que la sexualidad aparecía con el desarrollo de las características sexuales secundarias, es decir cuando en la adolescencia se desarrollan biológicamente los cuerpos del hombre y la mujer.



¿La Sexualidad Se Aprende?

La sexualidad más que **Aprendida Es Construida**. Es decir, que las manifestaciones que uno tiene de su propia sexualidad se van construyendo a lo largo de la vida.

¿Son Sinónimos Las Palabras Sexualidad y Sexo, Qué Diferencia Existe Entre Los Dos?

En realidad No, la palabra sexo tiene dos connotaciones:

1. Una es el sexo de género, la diferenciación biológica entre el hombre y la mujer, de cómo está compuesto cada uno de sus cuerpos.
2. La otra es la actividad sexual explícita, el contacto genital coital.

¿Cuánto Tiempo Dura La Sexualidad En El Ser Humano?

¿Se Termina En Algún Momento?

La sexualidad no se termina nunca. Muere con uno. Se piensa que la sexualidad es una cosa como de jóvenes, pero la sexualidad tiene cambios a lo largo del ciclo vital del ser humano. En todas las etapas del ciclo humano las manifestaciones de la sexualidad son distintas.

La Sexualidad es una maravillosa dimensión del ser humano que merece vivirse en forma gratificante y constructiva.

Ahora que hemos conocido parte de lo que encierra el gran misterio de la sexualidad, tomemos en cuenta lo que realmente **Es Sexualidad** y lo que no lo es:



¡Reflexionemos Al Respecto...!

¿Qué Es La Sexualidad?

| LA SEXUALIDAD ES: | LA SEXUALIDAD NO ES: |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Algo que afecta a todo nuestro cuerpo • Una dimensión importante de la persona, pero no la única • Una realidad en todas las edades: Niños, adolescentes, jóvenes, adultos y ancianos. • Todo un mundo de posibilidades • Obtener placer • Reproducción: tener hijas • Sentir deseos, emociones, amor hacia otras personas. • Favorecer la salud física y mental- | <ul style="list-style-type: none"> • Algo sucio, malo, feo... • Solo o principalmente los genitales • Solo para adultos casados • Solo para tener hijos • Solo para hombres |

Una vez analizado el concepto de la sexualidad, con tus propias palabras escribe en las siguientes líneas:

¿Qué Es Para Ti La Sexualidad?

.....

.....

.....

.....

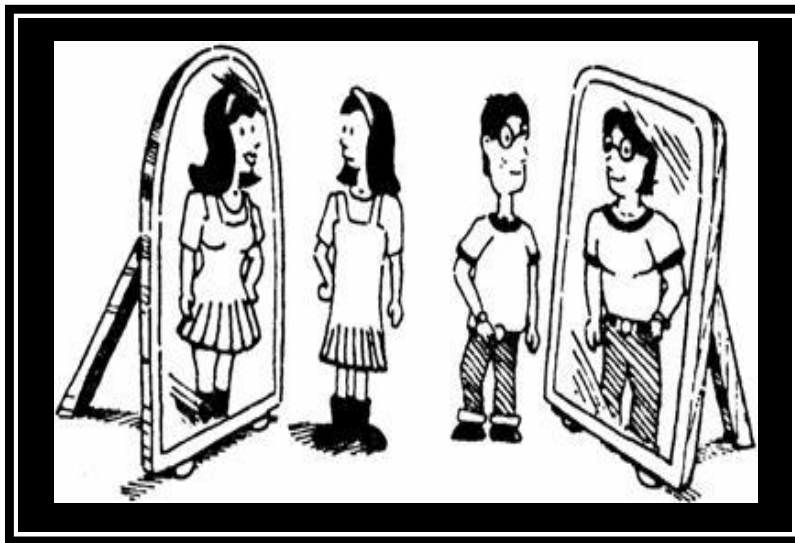
.....

¡Pa` Reflexionar...!

“Much@s creemos que la sexualidad es asunto de sentimientos y de instintos exclusivamente, pero no debemos olvidar que el órgano sexual más importante es: El Cerebro”.

"El que busca la verdad corre el riesgo de encontrarla."

¿QUÉ ES LA IDENTIDAD DE GÉNERO?

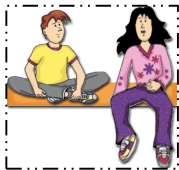


Te Has Preguntado... ¿A Qué Conlleva La Identidad?

Tratar sobre esta temática nos va a permitir hacer un análisis específico acerca de las diferencias que plantea específicamente nuestra cultura.

La identidad es manifestada al conjunto de características y cualidades que tiene cada persona y que la hacen diferente a las demás

¿Y Qué Es La Identidad De Género?



Es el conjunto de características sociales y culturales que asigna cada sociedad a las mujeres y a los hombres a partir de sus diferencias de sexo, para que sean y actúen expresando y reafirmando esas diferencias.

! Analicemos Más A Fondo...!

Cuando llegas a la adolescencia (comprendida entre los 14 hasta los 19 aproximadamente) notas que has pasado por todo un proceso de socialización que te hace hombre o mujer. En este proceso se transmiten y enseñan formas de comportarse, pensar y sentir para los hombres y para las mujeres que son diferentes y opuestas, y que son asignadas a partir del sexo biológico de las personas.



Pero para llevar a cabo esto, la sociedad utiliza diversos caminos como: La familia, la escuela, la religión, los medios de comunicación social, entre otros. Por medio de estas



instituciones y de la ideología, se crea entonces un ideal de masculinidad y feminidad. Debido a este proceso de socialización, las personas adquieren su **Identidad De Género**.

¡En Pocas Palabras Podremos Decir Que...! Mujeres y hombres nos relacionamos de manera diferente dependiendo de las diferentes situaciones en que vivimos.

¡Consideremos Que...!

La construcción de la identidad de género, inicia desde el nacimiento y dura toda la vida. En la juventud, las experiencias y cambios vividos impactan también en la identidad de género y sus posibles re-construcciones

A continuación, te presentamos los elementos claves que se relacionan con la identidad de género, para incorporarlos a la reflexión:

| | |
|------------------|--|
| IDENTIDAD | <p>Es una identidad que se nos impone, que no depende de nuestra voluntad. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none">• Nacemos perteneciendo a una clase o sector social.• Somos parte de una raza o cultura: indias, mestizas, |
|------------------|--|

| | |
|---------------------------------|---|
| ASIGNADA | <p>negras.</p> <ul style="list-style-type: none"> Nacemos con un sexo de mujer o de hombre e inmediatamente nos asignan una identidad de género. |
| AUTOIDENTIDAD | <p>Tiene que ver con lo que pensamos de nosotras mismas, pero también tiene relación con lo que los demás piensan de nosotras. Es, entonces:</p> <ul style="list-style-type: none"> Lo que nosotras pensamos del mundo. Lo que el mundo piensa de nosotras. |
| CONFLICTO DE IDENTIDADES | <p>El conflicto que se vive por estas identidades impuestas es muy grande. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las ocasiones en que nos han discriminado por nuestro origen racial o cultural o por nuestra condición económica. En cómo superar los problemas que nos causa esa identidad que nos asigna la sociedad, en contra a nuestra voluntad En cómo podemos dejar de tener una Auto identidad que se basa más en lo que los demás quieren y piensan, que en lo que nosotras queremos y pensamos de nosotras mismas? |
| IDENTIDAD ELEGIDA | <p>Es lo que escogemos ser y hacer.</p> <ul style="list-style-type: none"> Tiene que ver con las oportunidades que podemos tener dentro de la sociedad para crecer como personas y cambiar nuestras vidas y hacer realidad nuestros sueños. |

En base a lo leído veamos cuanto sabes sobre el tema...

1. *¿Qué Es La Identidad?*.....

.....

2. *Contesta V si es verdadero o F si es falso*

- Desde la infancia, cada uno de nosotras cuenta con una identidad determinada.* ()
- Tu identidad adolescente, por lo menos al principio, hizo que en ocasiones te sientas adulto y actúes como tal.* ()
- La comunicación y la fantasía son cualidades que te ayudaran a definir tu identidad.* ()

3. *Escribe Un Breve Resumen De Los Elemento De Identidad*.....

"A amor mal correspondido, ausencia y olvido."

¿QUÉ SIGNIFICA ENAMORARSE...?



Te ha pasado, o has escuchado en algunas ocasiones la frase:

"No puedo dejar de pensar en él/ella..."

Eso de estar pendiente de una palabra suya de afecto, de una sonrisa, una mirada, una llamada de teléfono... Frecuentar los lugares por donde pasa, hablar continuamente de el/ella, de sus características físicas, de su personalidad...

Nos sentimos totalmente seducidos por esa persona, todo cuanto hace o dice es maravilloso. Tiene gracia, es inteligente, tiene valores, principios, coherencia...

¿Será Eso En Realidad El Misterio Que Encierra El Amor?

¡Analicemos Juntos...!



Enamorarse es ser atraído a una necesidad de comunicación y afectividad de la persona que le cautiva, le gusta, le desea. Es así como se establece un vínculo de

sentimientos, emociones y decisiones, siempre y cuando éstos sean canales de comunicación sean cristalinos, diáfanos, sinceros y espontáneos.



El amor en las jóvenes suele vivirse de manera muy intensa, existe una gran ilusión del amor, Sin embargo llega maquillado por una gran cantidad de expectativas que se han alimentado a través de lo aprendido en la vida, por ejemplo: En la familia, ya sea repitiendo patrones o queriendo cambiarlos totalmente, influyen también los medios de comunicación, los cuentos color de rosa, películas de amor tormentosas, telenovelas en donde mágicamente a través del sacrificio se consigue el amor de aquel que tanto nos desprecia, canciones que hablan de amores maravillosos y perfectos etc. enseñan que el amor o se sufre mucho o todo es de ensueño. Por ello cuando se viven las primeras relaciones se cree debería ser parecido a lo que teóricamente se conoce o se tiene la fantasía de poder cambiar la historia.

Al parecer... ¿Eso de enamorarse es algo complicado verdad?

Observemos lo siguiente:

Otro factor que interviene de manera importante es el sentimiento que se presenta en el inicio de las relaciones, que es en realidad una distorsión de la percepción, se exageran las cualidades y se cree que la otra persona es la ideal para compartir con ella el resto de la vida; afortunadamente el tiempo hace milagros y permite descubrir la esencia real de la persona, aunque ésta nos causa una profunda tristeza.

Dentro de las relaciones de pareja en su mayoría se tratan de cubrir las carencias afectivas que se vivieron en la infancia. Con el amor de la pareja,

A través de la vida se aprende a hacerse responsable de sí misma@, pero en esta etapa, las jóvenes viven las frustraciones,



los fracasos y/o las experiencias felices de manera más egocéntrica, como si solamente fueran las únicas en el mundo a quien sucedieran estos eventos y jamás fuera a pasar el dolor, sin embargo ésta pasa más rápido de lo que ellas mismo imaginan.

Recuerda que la experiencia en el amor es fundamental como en muchas otras cosas, el/la joven tendrá que besar a muchos sapos antes de encontrar su príncipe/princesa, es importante que no se deje llevar por la desesperación si éste tarda en llegar, después de todo la



historia de su vida amorosa apenas empieza. Es mejor esperar a que alguien nos ame por lo que somos y no entregarnos a quien amamos pero no nos ama por el miedo a la soledad, porque el precio sería perderse a

sí mismo.

¡Pa´ Reflexionar...

“Se sigue viviendo aunque perdamos a quien no nos ama, pero no podemos vivir si nos perdemos a nosotros mismos”

¡Recuerda Que...!

La pareja no se apoya sobre la permanencia del amor y de la sexualidad, sino sobre la permanencia de la ternura

!ANALICEMOS LO LEIDO...!

Responde las siguientes preguntas:

Recuerda... Se Lo Más Sincero Posible

- Te has enamorado?

.....
.....
.....

- Te has sentido correspondida?

.....
.....
.....

- Crees que se puede seguir viviendo si se pierde a quien no nos ama?

.....
.....
.....

¡Ahora... tu compromiso...!

Yo me comprometo conmigo misma,
Cuando Me Enamore:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....

"Mal de muchos, consuelo de tontos."

"BIENVENIDO A LA LA ASERTIVIDAD" !!!

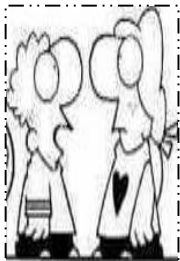


Este término es un tanto nuevo para nosotras,

¿No lo crees...?

¡Pero... analicemos al respecto!

- **E**n la actualidad hay muchas definiciones de esta "palabra", una de ellas manifiesta que se puede considerar parte de las habilidades sociales que permite el defender nuestros derechos sin agredir y sin ser agredidos.



- **P**ara A. Rodríguez da a conocer que La asertividad se basa en el respeto y por tanto comporta la libertad para expresarnos respetando a los demás y asumiendo la responsabilidad de nuestros actos"-**Y** según L. Sánchez

manifiesta que es la expresión directa de los propios sentimientos,

deseos, derechos legítimos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas".

En síntesis podemos decir que... es el saber: cuándo, cómo, dónde y por qué responder afirmativa o negativamente a una determinada situación y peticiones; dicha respuesta depende de muchos factores tanto sociales como personales.



Pero Antes De Entender Detalladamente Que Gano Siendo Asertivo, ¡Observemos...!

¡DETECTA TU FALTA DE ASERTIVIDAD!

Escribe Las Respuestas En Otra Hoja

- 1.- *Ante una o más personas, ¿Te cuesta expresar su opinión cuando no coincide con la de ellas?*
- 2.- *¿Tiendes a esconder tus sentimientos por temor a ser rechazad@?*
- 3.- *¿Te resulta difícil tomar la iniciativa en expresar tus deseos?*
- 4.- *Si la conducta de otra te molesta, ¿Te cuesta decírselo y pedirle que cambie su manera de proceder?*
- 5.- *Frecuentemente, ¿Sientes que los demás se aprovechan de tu tendencia a complacerlos?*
- 6.- *¿Sueles inhibir la expresión de sus ideas u opiniones por temor a perder la simpatía de los demás?*
- 7.- *¿Temes a una reacción de rechazo por parte de los demás, ante la oportunidad de expresar su punto de vista sobre algún asunto?*
- 8.- *¿Suele sentirte abatid@ ante una crítica recibida sobre alguna de tus actuaciones?*
- 9.- *¿Frecuentemente te defiendes justificándote o negando la evidencia ante una crítica?*
- 10.- *En varias ocasiones, ¿has sufrido una reacción emocional desmesurada por la sensación de que los demás abusan de su tendencia a "aceptarlo todo"?*
- 11.- *¿Te suelen tener por una persona agresiva o despiadada cuando decides decir lo que piensa?*

Ahora notarás que por falta de asertividad, dejamos de ser nosotras mismas, convirtiéndonos en marionetas de nuestra pareja o de la sociedad.

¡Pero veamos, que beneficios aporta el ser asertivo....!

El instinto de supervivencia que está ligado muchas veces al ser humano, se antepone al ejercicio de la asertividad, puesto que muchas veces la timidez evita el tomar decisiones correctas y crean malestar en el individuo al no ser capaz de manejar la situación, no es tan simple como decir: "claro haré esto y aquello", o "lo siento pero no estoy de acuerdo", depende mucho de la persona o situación en la que nos encontremos para mostrar la reacción correcta ante lo que pasa.

¡Pa´Reflexionar...!

La Asertividad no es simplemente saber decir sí o no, es algo más profundo que tiene que ver con el estado de ánimo de la persona, su fortaleza, y sus necesidades, además la decisión depende de a quién o a qué tipo de situación se esté enfrentado, ¿le conviene decir sí o no?, ¿preguntar ahora o después?, ¿cómo?, ¿por qué? y ¿dónde? Debe o tal vez no estar, hacer una u otra cosa, entre otros

La asertividad por tanto está ampliamente ligada a la personalidad de cada individuo, pero no se nace siendo asertivo, como tampoco se nace con cierto tipo de carácter, sino que ambos se desarrollan a lo largo de nuestra vida.



¡Observemos más a fondo...!



¿Nos comunicamos solo por medio del lenguaje?

Todos sin excepción, nos comunicamos constantemente, incluso cuando guardamos silencio o

permanecemos completamente quietos, estamos comunicando algo. En ocasiones, hasta podemos crear una imagen de las personas a través de sus actitudes y apariencia; de lo que dicen y como lo dicen; de las pautas que hacen al hablar, de su mirada. Etc.



¿Es preciso tomar en cuenta que...?

La asertividad está basada en la forma de comunicación, en lo que expresamos y pensamos de una manera clara y directa, pero con respeto y consideración hacia las demás personas. Con la asertividad, elegimos formas de expresiones basadas en la sinceridad que tienden a mejorar las relaciones humanas.

¡Recordemos Que...!

Es una manera auténtica y coherente de ser, que nos hace sentir bien porque hablamos con franqueza, y permitimos que las demás personas confíen en nosotras.

Toma en cuenta Que...

Para Ser Asertivo, necesitamos ponernos en el lugar de la otra persona; hacerle saber que entendemos su situación; expresar lo que sentimos por ella, ya sea cariño, respeto, admiración, compañerismo o identificación y, en seguida, decirle lo que pensamos, tratando de no herirla o hacerla sentir mal

Si intentamos arreglar un mal entendido con alguien, es mejor no exaltarnos; si queremos mejorar la relación, entonces debemos hablar pausadamente, empleando un tono con el que nos puedan escuchar sin tener que llegar a los gritos. ¡Eso es ser asertivo!

!RECORDEMOS LO APRENDIDO...!

1.- Escribe V Si Es Verdadero o F Si Es Falso

- Hay una forma de comunicarnos..... ()
- Si intentamos arreglar un mal entendido con alguien, es mejor no exaltarnos()
- Cuando somos asertivos, estamos siendo incluyentes en nuestra conversación y en nuestro círculo de amistades; no discriminamos, respetamos y exigimos respeto, pero sobre todo, sabemos comunicarnos.....()

2.- Completa Las Sigüientes Oraciones.

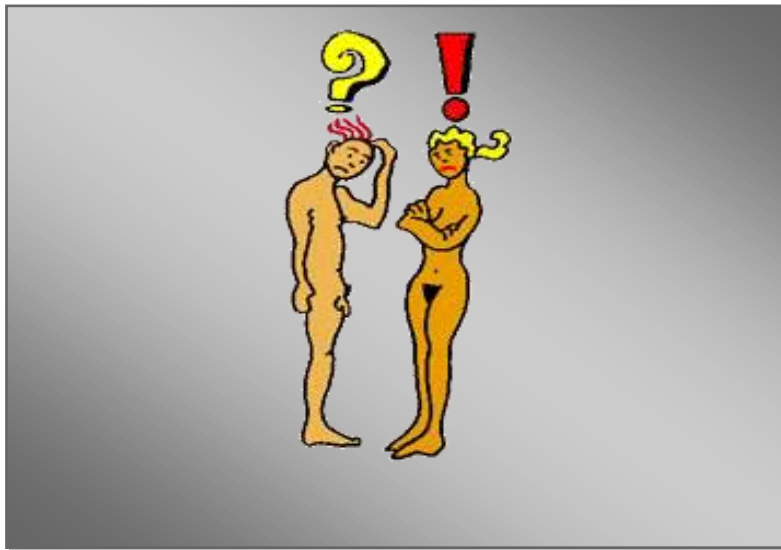
- Para ser asertivos, necesitamosen el lugar de perdona; hacerle saber que entendemos su.....; expresar lo que y decirle lo que pensamos; tratando de no..... o hacerla sentir mal.
- Por medio de la, elegimos formas de.....que tienden a las relaciones humanas, basadas en la.....

Cuánto Sabes??.....No Te Preocupes Independientemente De Lo Alcanzado Felicitamos Tu Esfuerzo Más Adelante Tus Conocimientos

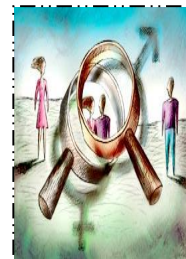
"Hombre prevenido vale por dos."

¡HEY ESTAS AL TANTO DE...!

¿LOS MÉTODOS DE CONTROL DE NATALIDAD?



La Anticoncepción es la buena utilización de los métodos, sustancias o productos utilizados o seguidos con el fin de impedir la fecundación de ovulo, por el espermatozoide. Estas sustancias actúan sobre las funciones normales de los ovarios y del útero, e impiden que la mujer quede embarazada.



Estos son los métodos naturales o artificiales, que evitan que el ovulo pueda ser fecundado siendo esta una manera de evitar el embarazo que no se

desea; tomando precauciones con responsabilidad, y que no suceda los embarazos por casualidad, sino bajo planificación consiente. La anticoncepción es una manera de controlar los nacimientos, así las parejas pueden decidir cuándo y cuantas hijas tener.

A Diferencia De **Los Anticonceptivos** que son los métodos naturales o artificiales que son utilizados por la pareja para el control de la natalidad.

Existen varias posibilidades, para lo que se aconseja que la pareja acuda a los centros de control de la natalidad, o a su médico de confianza con el fin de solicitar ayuda o información de las distintas posibilidades ventajas y desventajas, y poder elegir el más conveniente a la pareja.

Antes De Investigar Los Métodos Anticonceptivos,

1. *¿Conoces algún método anticonceptivo? __SI __NO*
¿Cuáles?

___ASA ___Anillos
___Preservativos ___Espirales
___Método del Ritmo ___Diafragma
___Medusa ___Píldoras
___Vasectomía ___Ligaduras
___Vacunas ___T. de Cobre

2. *El Uso Anticonceptivo Es:*

___ Para Varones
___ Para Hembras
___ Para Ambos

3. *¿Hay algún método anticonceptivo que prevenga la transmisión de enfermedades sexuales? ___SI*
___NO

¿Cuáles? _____

4. *¿Qué enfermedades pueden ser adquiridas mediante relaciones sexuales?* _____

5 ¿Conoces algún método anticonceptivo? SI NO ¿Cuáles?

- ASA Anillos
Preservativos Espirales
Método del Ritmo Diafragma
Medusa Píldoras
Vasectomía Ligaduras
Vacunas T. de Cobre

6. **El Uso Anticonceptivo Es:**

- Para Varones
Para Hembras
Para Ambos

7. ¿Hay algún método anticonceptivo que prevenga la transmisión de enfermedades sexuales? SI NO

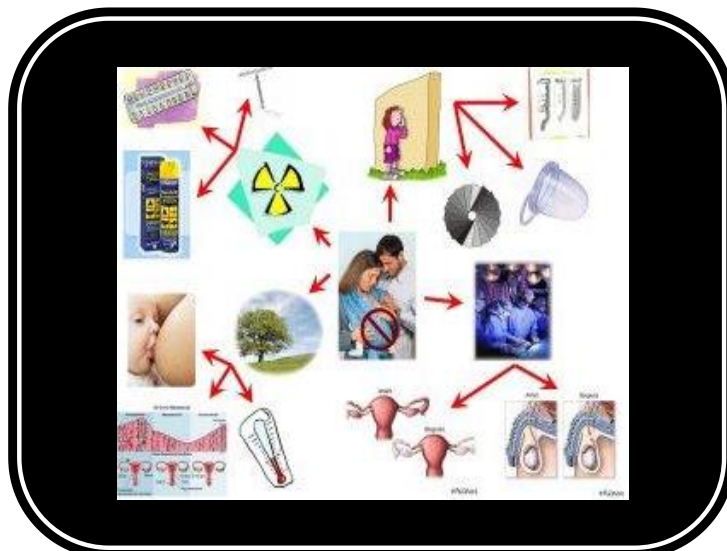
¿Cuáles? _____

8. ¿Qué enfermedades pueden ser adquiridas mediante relaciones sexuales? _____



9. **La información que tiene usted de los anticonceptivos la recibió a través de:**



- Radio TV Prensa
Libros Maestros Padres
Amigos Revistas Otros
Médico – Enfermera


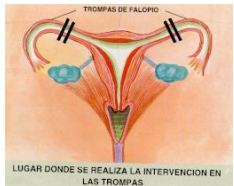
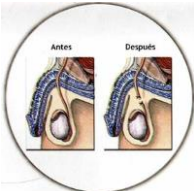
**Ahora Que Hemos Diferenciado Una De La Otra,
¡Analícemos Minuciosamente ¿Sabías Que Existen Métodos
Temporales y Definitivos...**



**Analicemos Cada Una De Ellas Enfatizando
Sus Ventajas y Sus Desventajas**

| TEMPORALES | VENTAJAS | DESVENTAJAS |
|---|---|---|
| <p>1. Métodos Natural o Del Ritmo</p>  | <p>-Permite conocer las funciones del cuerpo, básicamente en el periodo fértil.</p> <p>- No cuesta, no tiene efectos colaterales, no requiere de médico.</p> <p>Es aceptado por las convicciones morales y religiosas.</p> | <p>-Confiable en un 60%</p> <p>-Su eficacia es menor cuando el ciclo menstrual es irregular</p> <p>-Exige abstinencia en los periodos fértiles.</p> <p>No protege de las infecciones de transmisión sexual y VIH-SIDA</p> |
| <p>2. Anticonceptivos Hormonales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Píldora • Inyección Por: 30, 60 Y 90 Días. • Implantes Hormonales. | <p>-Alta eficacia</p> <p>-De fácil administración</p> <p>-Se puede dejar de utilizar cuando ya no se necesite.</p> <p>Reduce el riesgo de cáncer a la matriz</p>  | <p>-Consulta previa al uso</p> <p>-Puede producir trastornos circulatorios y hepáticos.</p> <p>-Riesgo a cáncer de seno.</p> <p>-No protegen de las ITS.</p> <p>-Posibles problemas en su maduración en las adolescentes.</p> <p>Posible afectación al estado de ánimo en la mujer</p> |
| <p>Píldora anticonceptiva de emergencia (PAE).</p> <p>-Se debe tomar</p> | <p>-Ayuda a evitar el embarazo no deseado.</p> <p>Se utiliza en caso de violencia sexual, o incesto.</p> | <p>-No es de uso frecuente</p> <p>-No protege de las ITS.</p> <p>Anticonceptivo cuestionado por la</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>máximo 72 horas después de la relación sexual no protegida</p> |  | <p>religión</p> |
| <p>3. Espermicidas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tabletas • Óvulos • Jaleas o gel vaginales | <p>No necesitan de control médico</p> <p>-Son de fácil aplicación</p> <p>Su protección de las ITS es más efectiva</p> | <p>-Necesitan preparación antes de la relación sexual</p> <p>-Su efectividad es baja</p> <p>Exigen acuerdo de pareja</p> |
| <p>4. Anticonceptivos de barrera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Condón o preservativo masculino. • Condón femenino. • Diafragma | <p>-Son baratos y de fácil acceso.</p> <p>-No tiene ninguna contraindicación.</p> <p>Protege de las ITS y VIH-SIDA casi en un 100%</p>  <p>100% a hombres y mujeres.</p> | <p>-Baja protección cuando no se sabe utilizar adecuadamente.</p> <p>Exige acuerdo de pareja</p> |
| <p>5. Dispositivos Intrauterinos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • T de cobre | <p>-Son confiables en un 75%</p> | <p>-No es de uso frecuente.</p> <p>-No Protege de las ITS.</p> <p>-Consulta médica previa.</p> <p>-Bajo riesgo de embarazo.</p> |

| | | |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Espiral |  | |
| DEFINITIVOS | | |
| <p>1. Ligadura de las trompas de Falopio en la mujer</p> | <p>-Ningún riesgo de embarazo</p>  | <p>-No protege de las ITS.</p> <p>Consulta médica previa y cirugía.</p> |
| <p>2. Vasectomía en el hombre</p> | <p>-Ningún riesgo de fecundar</p>  | <p>-No protege de las ITS.</p> <p>Consulta médica previa y cirugía.</p> |

¡¡¡Eh!!!! ¡¡¡SSSS!! ¿Sabes El Uso Correcto De La Píldora De Emergencia?



La anticoncepción de emergencia son pastillas las cuales tiene diferentes nombres como: La Píldora De Emergencia, La Píldora Del Día Siguiente o Píldora Postcoital, su principal función es alterar el endometrio para evitar la implantación del huevo fecundado y

asegurar que se produzca la menstruación.



En realidad... son muy recomendables cuando no se utilizó ningún otro método para prevenir un embarazo, su funcionamiento y efectividad depende del momento del ciclo menstrual en el que se encuentre la mujer y del tiempo que ha transcurrido desde su última relación sexual coito genital.

¡Toma En Cuenta Que...!



Existen dos posibilidades para el manejo de la anticoncepción de emergencia o píldora de emergencia de acuerdo a la dosis o al número de pastillas:

| Si Las Pastillas Contienen: PROGESTINAS Y ESTRÓGENOS EN ALTAS DOSIS | Si Las Pastillas Contienen: PROGESTINAS Y ESTRÓGENOS EN BAJAS DOSIS |
|---|---|
| Tomar 2 juntas dentro de las 72 primeras horas después de una relación coito genital no protegida Se debe repetir 12 horas después | Tomar 4 juntas dentro de las 72 primeras horas después de una relación coito genital no protegida Se debe repetir 12 horas después |

¡Alarma...!

No Dejes Pasar Por Alto Lo Siguiente...

EFFECTOS SECUNDARIOS:

- El Periodo Menstrual Puede Llegar Unos Días Antes o Después De Lo Normal.
- El Sangrado Puede Ser Mayor o Menor y Más Irregular Que Lo Normal
- Mayor Sensibilidad En Los Senos
- Retención De Fluido



- Dolor De Cabeza.

¡Es Necesario Que Tomes En Cuanta Que...! Para disminuir las molestias es mejor tomar las píldoras a la hora de acostarte (si estás dentro de las 72 horas) junto con los alimentos o tomar una pastilla para el mareo y el vómito media hora antes de tomar las píldoras anticonceptivas de emergencia..



¡Aunque No Lo Creas...!

Los espermatozoides necesarios para suplicar la población mundial actual entrarían en la circunferencia de una aspirina. Los óvulos necesarios para duplicar la población mundial entrarían en el huevo de una gallina.

!AHORA... ANALICEMOS LO APRENDIDO!

UNE CON UNA LINEA SEGÚN CORRESPONDA...

- | | |
|---|--|
| • Sin barreras para bloquear el camino Del espermatozoide. | * Esterilización |
| • Diversas técnicas operatorias Por las cuales se ligan, queman O cortan los conductos deferentes | * Dispositivos Intrauterinos (DIU) |
| • Su uso puede causar molestias e Inflamaciones o infecciones | * Anticonceptivos orales o píldoras |
| • Pueden causar incrustaciones y Perforaciones cervicales | * Preservativos y diafragmas |
| • Son tabletas que contienen hormonas | * Anticonceptivos Postcoito |
| • Se utiliza después del acto sexual | * Espermicidas. |

"Quien siembra vientos, recoge tempestades."

**¡¡¡ALERTA...!!!
ESTAS AL TANTO DE LAS:**

**ENFERMEDADES DE
TRANSMISIÓN SEXUAL
(ITS)**



Actualmente la juventud, no toma conciencia de las grandes y lamentables consecuencias que ocasiona llevar una vida sexual irresponsable.

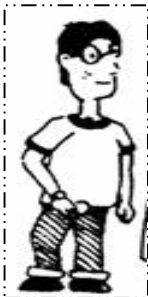
¡Analicemos Al Respecto...!

¿SABES QUÉ ES UNA ITS?



Son **Infecciones De Transmisión Sexual** que se pueden contraer a través de las relaciones sexuales (coito-genitales, orales y/o anales) mantenidas con una persona infectada, estas infecciones se contagian a través del intercambio de fluidos corporales infectados cuando entran al cuerpo de una persona sana.

Pero... ¿Cómo Se Contagia Una ITS?



Se contagia al tener relaciones sexuales coito-genitales, orales y/o anales con alguna persona que tenga úlceras abiertas y estén infectadas, también por transferir sangre con VIH a una persona sana, o de la madre que vive con VIH infectándolo a su bebé por medio de la leche materna.

Pero... ¿A Que Se refiere con Fluido Corporal?

Se considera fluido corporal a:

- La Sangre
- El Líquido seminal pre-eyaculatorio,
- El Semen
- Los Fluidos vaginales



Es Verdad que en su mayoría Las ITS Se Contagian Por Contacto Sexual?

Efectivamente, las infecciones de transmisión sexual se contagian de tres maneras diferentes:

¡Observemos...!

1.- **P**or tener relaciones sexuales sin protección con una persona infectada al mezclar los fluidos corporales (Sífilis, Gonorrea, Virus del papiloma humano(VPH), herpes genital, chancro blando)

2.- **A** través de sangre, semen o fluidos vaginales infectados (VHI/SIDA)

3.- **U**tilizar ropa u objetos contaminados (Pediculosis del pubis (ladillas) y sarna)

**Una Vez Examinado Lo Anterior
¡Observemos Lo Siguiente...!**

CLASIFICACIÓN DE LOS (ITS)

| PRACTICA SEXUAL | INFECCIÓN DE TRANSMISIÓN SEXUAL |
|---|---|
| Penetración sin preservativo <ul style="list-style-type: none"> • Vaginal • Anal | Herpes genital Chancro blando Condilomas o verrugas genitales (HPV) Hepatitis B Sífilis VIH/SIDA |
| Felación (sexo oral boca-pene) | Herpes Condilomas Hepatitis B Sífilis VIH/SIDA |
| Cunnilingus (sexo oral boca-el clítoris) | Herpes Chancro blando Condilomas Hepatitis B |

| | |
|---|---|
| | Sífilis VIH/SIDA |
| Anilingus (sexo oral boca-ano) | Infecciones por gérmenes intestinales (enterocolitis, amebiasis, giardiasis) Hepatitis A |
| Contacto directo piel con piel (o mucosa con piel) | Herpes Chancro blando Condilomas acuminados Pediculosis pubis (ladillas) Sarna (Contagio de piel con piel cuando hay una ulcera o herida en ambas personas una persona sana y con una persona contagiada) |

**¿Cómo Se Catalogan Las Enfermedades De Transmisión Sexual?
¡Indaguemos y reflexionemos al respecto...!**

1.- **SIFILIS:** También se le llama “Lues”. Se provoca por una espiroqueta llamada “treponema pallidum”. El contagio ocurre durante las relaciones sexuales. Y en forma indirecta se transmite por medio de objetos personales del enfermo.



2.- La primera manifestación se presenta de 15 a 20 días después de la infección, se reconoce por la aparición de una erupción o nódulo llamado: **CHANCRO**, es una lesión de la piel semejante a una ulcera, aparece en el pene o la mucosa vaginal. El Chancro desaparecerá espontáneamente después de 15 a 45



días. Entonces empieza el peligro, el individuo piensa que se ha curado solo, la sífilis pasara a la segunda etapa. Se caracteriza por la aparición de manchas rojas en gran cantidad; afecta a la piel como a órganos internos puede presentarse de 50 o 75 días después del contagio.

¡Ten Presente Que...!

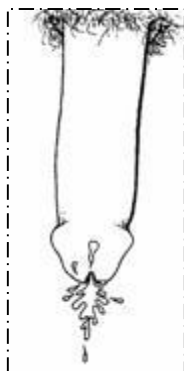
Si el paciente continua sin tratamiento estos signos desaparecerán nuevamente y entrara a un periodo de latencia o reposo, y después de algunos meses o años comienza la tercera etapa.



En este nivel pueden afectar al sist. Nervioso originando trastornos. Un aspecto es que puede ser transmitida de madre a hijaa y se le llama sífilis congénita, y puede provocar el aborto o malformaciones en el feto.

Tratamiento:

Por medio de penicilina el individuo puede curarse si el tratamiento es procurado durante las primeras etapas de esta enfermedad. Al llegar la sífilis terciaría es ya irreversible.



3.- GONORREA: Es la enfermedad venérea más común de todas. También puede ser transmitida de la madre al hijo en el momento del parto. En el hombre se manifiesta en el momento de orinar sintiendo una sensación quemante y de ardor. Secreta una forma purulenta que causa comezón; en la mujer también se

causan secreciones malolientes y les causa mucho ardor.

¡Alerta...! En ambos sexos puede causar la esterilidad.

Para diagnosticar la gonorrea se practica un análisis de la secreción con la finalidad de buscar a los gonococos de la neisseria. Para prevenir esta enfermedad debe evitarse el contacto sexual.



ardor.

4.- HERPES GENITAL: En el hombre la enfermedad aparece en el pene y en la mujer en la vagina en forma de erupciones entre rojizas y amarillas que producen líquido transparente claro. Y la persona siente dolor, cosquilleo, quemadura y

¡Alerta...!

En las mujeres se puede presentar en la época de menstruación, en todos los casos puede aparecer y desaparecer por años. Y puede llegar a confundirse con chancro sifilítico.

5.- CHANCROIDE: Se produce por una bacteria "Esteriptobacilo de Ducrey" se transmite por los objetos, las manos o relaciones sexuales de los enfermos.

Los primeros síntomas aparecen de 3 a 5 días después del contagio.

¡Ten Presente Que...!

Se conoce por la aparición de ulcera blanda, secreción ardorosa, inflamación y dolor. Se trata con pomadas y antibióticos.

SINDROME DE INMUNODEFICIENCIA ADQUIRIDA (SIDA).

El sida es una de las enfermedades de transmisión sexual más peligrosas, y se produce por el virus de Inmunodeficiencia humana (VIH). Se le llama Síndrome al conjunto de síntomas que presenta una enfermedad, es decir, los indicios de ella. El término Inmunodeficiencia Adquirida indica que nuestro sistema inmunológico, el encargado de resistir las enfermedades y combatirlas, no puede cumplir su trabajo porque ha recibido información incorrecta.

Pero... ¿Cómo Actúa El VIH?:



Para poder vivir, este virus necesita una célula viva, pero no puede habitar en cualquiera, sino en un glóbulo blanco llamado T-4 que tenemos los seres humanos. El trabajo común de los glóbulos T-4 es destruir cualquier virus que entre en el cuerpo. Así que tanto VIH como la célula T-4 se buscan por naturaleza. Cuando ambos se encuentran, el VIH se adhiere externamente al T-4. Como una cascarita es un cuerpo extraño, otros glóbulos blancos se reproducen rápidamente para formar anticuerpos que la atacan. Estos anticuerpos son los que se detectan en la prueba llamada: **Elisa**, lo cual hace suponer que la persona que los tiene ha sido infectada.

Cuando el VIH penetra en el cuerpo, entra al sistema linfático y se reproduce, entonces el cuerpo no tiene como responder a los virus y por cualquier enfermedad hasta una gripe puede ser mortal.



¿Y Cómo Se Contrae El Sida?:

Es Lamentable Mirar Que Muchos Conoces La Forma De Infección, Y A Pesar De Eso... Caen Sin Tomar En Cuenta Su Propio Conocimiento.

El sida se trasmite a través del intercambio de fluidos corporales infectados, como el semen, el flujo vaginal (La mucosidad transparente que lubrica la vagina), la sangre y la leche materna. Esta infección puede ocurrir con más frecuencia durante la relación sexual, el embarazo, la lactancia, las transfusiones sanguíneas o al utilizar misma jeringa de una persona infectada.



la



¿Cuáles Son Los Signos y Síntomas Del Sida?:

La persona infectada experimenta algunos de los siguientes síntomas:

- Infecciones Frecuentes Causada Por Otro Virus
- Cicatrización Lenta De Heridas,
- Fiebre Y Sudor Nocturnos,
- Perdida Acelerada De Peso,
- Diarrea Frecuente,
- Erupciones En La Piel,
- Tos Seca,
- Inflamaciones De Ganglios Del Cuello, Axilas E Ingles;
- Cansancio Persistente,
- Manchas Blancas En La Boca,
- Fiebre Crónica,
- Inflamación De Los Ganglios,
- Sudoración Nocturna Y

- Pérdida De Peso.

El 95% De Los Casos Acaban En Muerte.

¿Cómo Actúa El Sida En Nuestro Cuerpo?

Una vez que el VIH entra en la célula T-4, se integra a su información genética, es decir, a su ADN. El VIH, ya integrado, da información a la célula para que reproduzca más virus de inmunodeficiencia humana; de esa manera, la célula T-4 se convierte en una fábrica de VIH en lugar de producir defensas para el organismo humano.

¿El VIH y El Sida Es Lo Mismo? o ¿Son Diferentes?

El Virus de la inmunodeficiencia humana es el nombre que recibe el virus que provoca todos los síntomas para que se convierta posteriormente en el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) estos síntomas pueden aparecer de los 10 a los 15 años de contagio



¿Cómo Podemos Prevenirla...?

- Evitar el contacto sexual con enfermos.
- Evitar la -transfusión de sangre no autorizada.
- Al recibir contacto con objetos no esterilizados.
- Es necesario usar condón para las relaciones sexuales.



¡Hay que tomar en cuenta que...!

El Sida No Se Contagia Por:

- Tocar, abrazar o darle la mano a una persona infectada.
- Toser, estornudar, dar besos secos, tocar inodoros, llaves u otros objetos, compartir vasos y platos de personas infectadas.

- Los animales domésticos, los insectos que pican, como los mosquitos, no transmiten el virus.
- El VIH tampoco se transmite al donar sangre, porque con cada donante se usa una aguja nueva

Ahora Con Todo Lo Que Hemos Podido Socializar...

¡RECORDEMOS LO APRENDIDO...!
¡RECORDEMOS LO APRENDIDO...!

1. Escoge La Opción Correcta

El Sida Es:

- *Una enfermedad de transmisión oral.*
- *Un virus de transmisión sexual.*
- *Una enfermedad que se trasmite por el tacto.*

Un estado de ánimo.

2. Escoge La Opción Correcta

El Sida Es:

- *Una enfermedad de transmisión oral.*
- *Un virus de transmisión sexual.*
- *Una enfermedad que se trasmite por el tacto.*
- *Un estado de ánimo.*

Los Síntomas Del Sida Son:

- *Infecciones frecuentes causadas por oro virus y tos seca.*
- *Cicatrización lenta de heridas, manchas blancas en la boca y diarrea frecuente.*
- *Fiebre, sudor nocturno e inflaciones de ganglios del cuello, axilas e inglés.*
- *Todas las anteriores.*

3. Escribe V si es verdadero o F si es falso.

- *Actualmente, el sida es una enfermedad incurable que causa la muerte. ()*
- *La única manera de no adquirir el sida es la Prevención. ()*

Aplaudimos tu esfuerzo sigamos avanzando en este apasionante tema.

A Continuación Te Presentamos Una Red Conceptual De Los ITS

| INFECCIONES | SINTOMAS |
|-----------------------|---|
| SIFILIS | <ul style="list-style-type: none"> • Ulceras inguinales, en el pene, vulva, cuello de la matriz, boca o ano, por lo general no producen molestias, pueden presentarse después de varios años. • Fiebre, dolor de huesos, dolor de articulaciones, dolor en los músculos y manchas cafés en el cuerpo. |
| GONORREA | <ul style="list-style-type: none"> • <u>En el hombre</u>: Se inicia con una secreción amarillenta, dolor y ardor al orinar • <u>En la mujer</u>: Flujo blanco-amarillento abundante con dolor y ardor al orinar |
| CHANCRO BLANDO | <ul style="list-style-type: none"> • Aparecen ulceras semejantes a una roncha infectada en los órganos sexuales, la herida es muy dolorosa |
| HERPES GENITAL | <p>Ardor y comezón en el cuerpo posteriormente aparecen pequeñas ulceras muy dolorosas, en el cuerpo y produce fiebre.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>En la mujer</u>: aparecen en el cuello del útero y vagina • <u>En el hombre</u>: en el pene, escroto y ano |
| | |

| | |
|---|---|
| VAGINOSIS | <ul style="list-style-type: none"> • <u>En la mujer</u>: flujo grisáceo muy fétido Dolor durante las relaciones sexuales |
| INFECCIONES POR EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH) | <p>Se manifiesta por medio de Condilomas o verrugas genitales</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>En las mujer</u>: Dolor durante las relaciones sexuales, aumento de días de sangrado menstrual, sangrado abundante durante la menstruación o después de las relaciones sexuales, verrugas en la vulva, vagina, cérvix o ano • <u>En el hombre</u>: Verrugas en el año, periné y/o escroto <p style="text-align: center;">El VPH puede evolucionar en cáncer de cérvix</p> |
| HEPATITIS B | <ul style="list-style-type: none"> • Se presenta vómito, cansancio, depresión, color amarillo en la piel y en los ojos, la orina se pone muy oscura y el excremento más claro |
| PEDICULOSIS DE PUBIS O LADILLA | <ul style="list-style-type: none"> • Se contagia por relaciones sexuales sin protección, contacto con cama, ropa, baños y toallas. • La infección la ocasiona un piojo que se aloja en el vello púbico en donde coloca sus huevecillos, se puede extender hacia el vello del pecho y las axilas incluso al vello de la otra persona. • La falta de higiene es un factor de riesgo Produce mucha comezón |
| | |

| | |
|-----------------|--|
| VIH/SIDA | <ul style="list-style-type: none"> • Los síntomas van a depender de la etapa en la que se encuentre la infección. • Se pueden presentar desde síntomas gripales, herpes, hasta debilidad, pérdida de peso, fiebre nocturna, diarreas, infecciones de difícil tratamiento • Alteraciones físicas como convulsiones, incapacidad de movimiento, pérdida de la memoria y/o razón |
|-----------------|--|

Ahora Un Ligero Análisis De Cómo Prevenir Las Enfermedades De Transmisión Sexual



1.- HIGIENE SEXUAL:

La higiene tiene que ver con el cuidado correcto de los genitales. El desaseo puede ocasionar el apareamiento de bichos, bacterias que pueden llegar hacer motivo de serias enfermedades.



2.- PLANIFICACION FAMILIAR:

La planificación familiar es un acuerdo de pareja, responsablemente y en común, sobre el número de hijas ideal que deben procrear de acuerdo a sus posibilidades

De la planificación familiar dependerán mucho, que un hogar se desarrolle mejor para que no se dé el caso de hogares que no dispones de recursos, ni para atender a un/a hija pero son los que más

hijas tienen, por otro lado, existe el caso de hogares que teniendo recursos tienen apenas 1 o 2 hijas debido a una buena planificación.

¡Entérate...!

Todas las parejas e individuos tienen el derecho humano básico de decidir libre y responsablemente el número de hijas que desea tener con que intervalo, así como de adquisición de la información y educación adecuada, y de los medios para conseguirlos.

¡Aunque no lo crea...!

Durante la eyaculación, el semen alcanza una velocidad de 45 kilómetros por hora (28mi/h)

"A lo hecho, pecho."

"EL EMBARAZO"



Pa´ Reflexionar...

Todos los seres vivos conservan su especie. En el ser humano, la reproducción no es un evento solamente físico e instintivo, como ocurre en los animales. es un proceso que involucra:

¡Es Evidente que Conoces Que...!

El embarazo comienza cuando el espermatozoide de un hombre fecunda el óvulo de una mujer y este óvulo fecundado se implanta en la pared del útero. Como el embarazo altera los esquemas hormonales normales de una mujer, uno de los primeros síntomas del embarazo es



la pérdida del periodo menstrual. Otros síntomas son: aumento de la sensibilidad de las mamas, cansancio, náuseas, sensibilidad a los olores, mayor frecuencia en la micción, cambios de humor y aumento de peso.

¡Estas Al Tanto en que...!

La elevada tasa de madres adolescentes y jóvenes es motivo de gran preocupación ya que su salud y la de los bebés corren serios riesgos, y las oportunidades de construir un buen futuro disminuyen. pues su futuro se



Una joven sexualmente activa que no utilice anticonceptivos tiene un 90% de probabilidades de quedar embarazada en un año. Debido a que ningún método anticonceptivo es completamente efectivo.

Las adolescentes y jóvenes menores de 19 años tienen un riesgo mucho mayor de morir o sufrir complicaciones médicas graves como: Toxemia, Hipertensión inducida por el embarazo, anemia grave, parto prematuro o placenta previa

¡Es Importante y Oportuno Analizar...!

LAS CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS Y SOCIALES:

* El estado psicológico y emocional también se ve afectado durante el embarazo y es vivido según la personalidad de cada mujer, en función de si se trata



de un embarazo no planificado, su relación de pareja y su entorno familiar y social también se verá conmovido.



* El embarazo no deseado, crea un sentimiento de rechazo, conflictos y frustraciones que afectaran al bebe, a la madre, a la relación de pareja y a su entorno familiar y social.

* Las pueden sentir discriminación o compasión por alguno de sus compañeros, en la familia pueden encontrar rechazo, aislamiento y conflicto entre los padres. En lo social pueden darse matrimonios forzados, abandono o devenir en madres solteras.



* También se dan frecuentes divorcios en parejas jóvenes puesto que no están lo suficientemente preparadas para llevar una relación de pareja, superando positivamente todos los desacuerdos que como humanos se presentan.

* Los varones también sufren un desajuste en su desarrollo al enfrentarse que van a ser padres sin haberlo pensado. Algunos desean adquirir la responsabilidad de la paternidad, pero la inmadurez no le permite asumir el nuevo rol como se debe. Otros en cambio evaden el problema, sin embargo habrá momentos en la vida que piensen en la responsabilidad que debieron asumir y no lo hicieron.

¿Cuáles Son Los Factores De Riesgo Más Comunes?

- Condiciones de pobreza
- Descuido familiar
- Abuso sexual
- Falta de información sobre educación sexual
- Consumo de alcohol y otras drogas



- Necesidad de pertenencia al grupo de amigas
- Influencia de los medios de comunicación a través de programas y publicidad inadecuados.
- Deseo de probar nuevas experiencias.

¡ENTÉRATE...!

Estos son Riesgos Más Comunes En L@S Jóvenes Embarazadas

| | |
|---|--|
| <p>TOXEMIA (PRECLAMPSIA O ECLAMPSIA)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Presión arterial alta • Proteínas en la orina (Hinchazón generalizadas) <p>Si no llega a controlarse puede llegar a convulsiones y morir.</p> |
| <p>PARTOS PREMATUROS</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Producidos antes de los 8 meses o 37 semanas. <p>Los bebés son susceptibles a enfermedades infecciosas, respiratorias y gastrointestinales</p> |
| <p>DESPROPORCIÓN CÉFALO PÉLVICA</p> | <p>Frecuentemente la pelvis o cadera es demasiado pequeña para permitir el paso de la cabeza del feto produciendo la cesaría.</p> |
| <p>PARTOS PROLONGADOS Y DIFÍCILES</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Se presenta cuando el feto no llega a colocarse en su posición normal. • Cuando el cuello del útero no se abre lo suficiente • El doble o triple circular de cordón ahoga al feto y detiene el nacimiento. |
| <p>ANEMIA Y</p> | <p>Es natural que un embarazo reduzca la</p> |

| | |
|---------------------------|--|
| HEMORRAGIA | reservas nutritivas, pero en adolescentes-jóvenes esta reducción perjudica su desarrollo y del feto |
| ABORTOS PROVOCADOS | En la mayoría de los casos las jóvenes recurren al aborto clandestino producidas en condiciones sanitarias insuficientes dando: Uterinas, hemorragias e infecciones; complicaciones que pueden causar esterilidad y en ocasiones la muerte. |

¡Toma En Cuenta Que...!

El padre tiene exactamente la misma responsabilidad que la madre en la crianza del bebé, por tanto debe proveerlo de los medios para su manutención, así como del esfuerzo emocional que necesita para su desarrollo integral.

Sabias Que...

*los hij@s de padres adolecsentes-jovenes tienen mayor riesgo de presentar problemas a nivel psicologico: Inseguridad, fragilidad, deficiencia en el aprendizaje, baja autoestima, tendencia a los vicios, entre otros.
Lo cual los hace vulnerables de repetir el mismo cuadro social que sus padres y ser nuevas victimas.*

La verdadera sexualidad no es el simple acercamiento de los sexos, sino el trabajo creador del hombre y la maternidad de la mujer.



"En todas partes se cuecen habas."

HABLEMOS AHORA DE ...

"LA MASTURBACIÓN"

¡Realmente...! ¿Qué Significa Masturbarse?



Las Chicas viven de forma diferente el despertar de su sexualidad latente hasta ahora.

Mientras **Ellos** perciben con intensidad la tensión genital, a través de erecciones y poluciones nocturnas,

Ellas experimentan sensaciones corporales más inespecíficas en cuanto a su localización, pero igualmente intensas; por ejemplo, se excitan y se turban fácilmente, se emocionan, ríen y lloran a veces ante estímulos menores, se agitan en sueños amorosos y buscan ser el centro de atención aunque eso les cause cierta vergüenza.

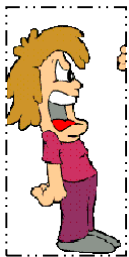
Redescubren los gozos de la masturbación solitaria, envuelta de ensueños amorosos y de fantasías de final feliz.

Mirarse al espejo, ducharse, peinarse y arreglarse, sentir calor y suavidad son acciones que excitan la imaginación amorosa de las muchachas. Suelen pasar largos ratos en el cuarto de baño, para desesperación de hermanos y padres, que no entienden esta nueva afición.



Los muchachos suelen entretenerse por las mañanas remoloneando en la cama, disfrutando de los últimos ensueños y luchando contra las permanentes erecciones. Una buena ducha suele aliviar la quemazón, que en ocasiones puede llegar a ser muy intensa.

Pero En Realidad... ¿Por Qué Se Da La Masturbación?



Como el púber aún está volcado sobre sí mismo y todavía no se ha iniciado en las relaciones con el otro sexo, la masturbación resulta un comportamiento perfectamente normal. Lejos de ser malsana o perversa, la estimulación genital constituye, tanto en los chicos como en las chicas, una etapa pasajera y habitual de su evolución sexual.

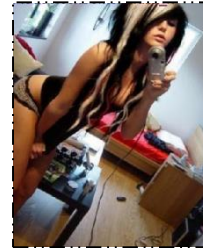
Por otra parte, la masturbación no es exclusiva de esta etapa, sino que aparece mucho antes, durante los primeros años de vida del niño que no duda en tocar y explorar aquellas zonas del cuerpo que le proporcionan placer y sucumbe a la represión



durante el período que se denomina de latencia (de 7 a 11 años). Sin embargo, durante la pubertad renacen los impulsos genitales con la fuerza renovada que proporciona el completo desarrollo hormonal.

Pero... Lamentablemente

* Los castigos y las amenazas destinados a evitar que las chicas se masturben, o culpabilizarlos por ello, son perjudiciales para su equilibrio psíquico, ya que generan mucha angustia en el/la muchacha que no puede calmar su tensión sexual de ninguna otra manera.



* Los chicas se tocan y se masturban por placer o por curiosidad, incluso por aburrimiento; pero jamás por perversidad en el sentido en el que entiende esta palabra un adulto.



* Es importante que el/la chic@ considere que se trata de un fenómeno normal, por el que todos los adultos han pasado, y que debe realizarse en la más absoluta intimidad.

* Como ocurre con todas las cosas, la masturbación pasa a ser nociva cuando se practica con exceso, casi con exclusividad, y el púber no consigue hallar otras satisfacciones sustitutivas.

¡Entérate...!

Durante la adolescencia-juventud es normal que se despierte la curiosidad por conocer el propio cuerpo. Como una actividad que forma parte de esta actitud, el adolescente-joven puede sentir placer manipulando o tocando sus órganos sexuales.

¡Toma En Cuenta Que...!

Se llama masturbación al acto de obtener gratificación sexual por medio de la estimulación de los órganos sexuales o genitales sin la cópula.

También Es Necesario Aclararte Que...

La práctica de la masturbación es más frecuente en los varones que en las mujeres, pero también es un comportamiento subordinado a la voluntad y va disminuyendo a medida que la persona madura Psicosexualmente.

Como Función Afectivo-Espiritual...

Freud afirma que el sexo es el producto de la unión de un hombre y una mujer que se aman y se complementan. En virtud de esto, Freud considera a la masturbación como el vicio (ya que la otra persona no existe sino en la imaginación)

En Síntesis Podemos Decir Entonces Que...



La masturbación es toda actividad erótica que conlleva un auto estimación voluntaria teniendo como meta llegar al orgasmo. Dicho en otros términos, esta es una etapa muy común en los y las jóvenes a las que competen caricias íntimas en sus genitales como en todo su cuerpo. Algunos consideran que esto “perturba” la mente del hombre y de la mujer otorgando cierta malicia y excitación excesiva, analicemos científicamente los factores de la masturbación o conocida también como autoerotismo.

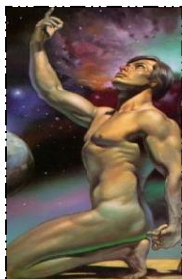
Es Necesario Tomar En Cuenta Los Aspectos Positivos De La Masturbación Ya Que...

- Es agradable, divertido, placentero.
- Es sano y natural, y la única forma de sexo sin riesgo de contagio de enfermedades y de embarazo no deseado.
- Es una forma saludable de relajarse, obviamente mucho mejor que tomando un tranquilizante.
- Ayuda a dormir más y mejor.
- Permite conocer lo que sexualmente le gusta y por lo tanto guiar a su pareja para mejorar vuestras relaciones sexuales.
- En caso de necesidad de saciar su apetito sexual, siempre puede hacerse. En cambio, no siempre se dispone de pareja.
- Permite controlar el ritmo de las caricias, de la excitación, del placer, por lo que a veces se consiguen mejores orgasmos que en otras formas de sexo.
- Quita presión a la pareja que no es la única fuente de tus orgasmos.
- Permite fantasear y actuar según lo que quiera y le apetezca. Sólo ha de satisfacer usted. y no se debe preocupar de nadie más.



¡Ponte Al Tanto de...! Las Técnicas De Masturbación

Son numerosas estas técnicas, en función de las costumbres y experiencias pasadas, pero generalmente, consiste en la estimulación directa de los órganos externos.



* **En El Hombre:** La manipulación del pene consiste en extender el cuerpo del pene con las manos y en efectuar movimientos bastante vigorosos de adelante hacia atrás con o sin cubrir el glande por el prepucio. La estimulación directa del glande y la parada puede

hacerse al principio pero se convierte rápidamente muy sensible y desagradable cuando la excitación es fuerte



* **En la mujer:** La estimulación directa se hace al nivel de los pequeños labios y alrededor del clítoris, evitando el glánde clitoridiano que es también muy sensible en cuanto la excitación es fuerte. Los movimientos manuales de la mujer son mucho más lentos y suaves que los del hombre. Lo más común es que la mano de la mujer pase de los pequeños labios a la región clitoridiana y hacia la entrada de la vagina y la otra mano puede al mismo tiempo presionar el monte de Venus o acariciar los senos. Otras mujeres utilizan la técnica de la presión en el nivel del monte de Venus o del bajo vientre y al mismo tiempo contractan los muslos. En el hombre como en la mujer, el ritmo y la presión de las caricias aumenta con la excitación hasta llegar al orgasmo.

¡Hay Que Tomar En Cuenta...!

Las Diferentes Consecuencia Psicológica y Médica De La Masturbación



No existe ninguna consecuencia médica de la masturbación ni psicológica excepto si se convierte en algo convulsivo; se entra entonces en el caso del **TOC (Trauma Obsesivo Compulsivo)**.

Hay que desculpabilizar la masturbación y repetir que no es nefasta para la salud ni para la sexualidad posterior si tomamos el tiempo de masturbarnos. Hay que aprender a masturbarse todo el cuerpo y no sólo el sexo puesto que la masturbación es



un acto sexual y como cuando se está con otra persona no hay que centrarse sólo en los genitales ni en el hecho de eyacular. Aprenda hacer de la masturbación un placer de la caricia sin un fin sistemático, es un buen ejercicio para conseguir más tarde una sexualidad satisfactoria.

Tanto para evitar los embarazos no deseados como para evitar enfermedades de transmisión sexual, la masturbación es la práctica sexual más segura. No existe ninguna evidencia científica ni médica de que la masturbación manual dañe la salud física o mental.

Sabías Que...

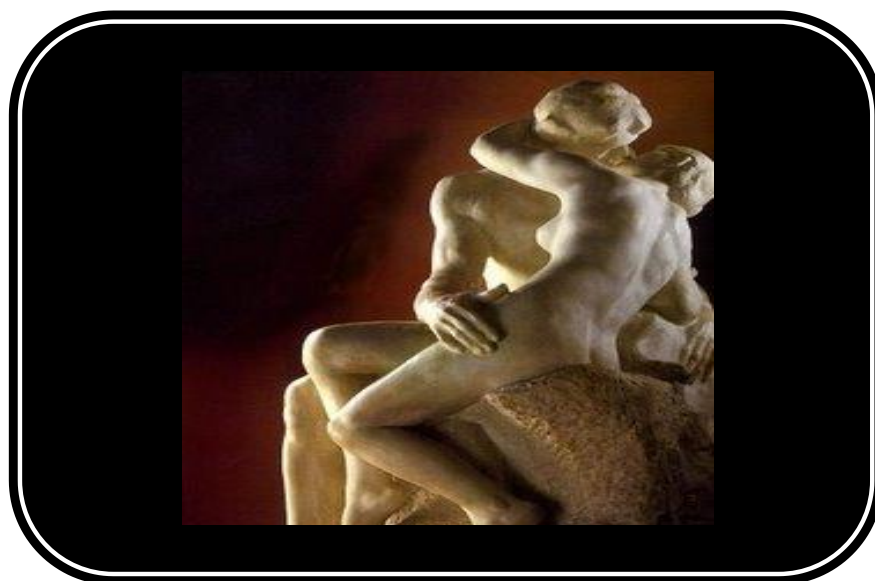
Un hombre eyacula aproximadamente 7.200 veces en su vida, de éstas... 2.000 serán por masturbación

!NOMAS POR JOROBAR...!

- ❖ *La masturbación produce dos cosas: la primera es la pérdida de la memoria la segunda... la segunda... y la segunda no me acuerdo cuál es.*
- ❖ *Leí que odiar era malo y dejé de odiar, leí que mentir era malo y dejé de mentir, leí que tirar la pinga era malo, y dejé de leer*
- ❖ *El mejor método anticonceptivo es el 'Di Caprio'. Consiste en quedarse helado aunque la chica esté mojada...*
- ❖ *Errar es humano; embocar es divino.*
- ❖ *Vagina llena... con razón contenta*
- ❖ *Total libertad sexual femenina... excepto mi novia, mi madre y mi hermana.*
- ❖ *Cuando una dama dice no, quiere decir quizás; cuando dice quizás, quiere decir sí; y si dice sí, no es una dama.*
- ❖ *Al fin y al cabo un espermatozoide es una partícula de polvo.*
- ❖ *No confundas verdugo con verdugo, porque el verdugo no siempre es verdugo, en cambio el verdugo siempre es verdugo.*
- ❖ *A veces lo que se para, une.*

"A buen entendedor, pocas palabras bastan."

¿QUE ES PETTING?



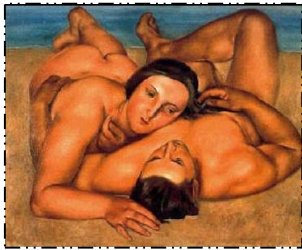
Es común que al hablar de relaciones sexuales, se crea una asociación de forma inconsciente al hecho de que tenga que haber penetración, ya que el coito es el método que normalmente se usa para la reproducción.

El Petting es un intercambio de caricias, placer, afecto, pero sin que tenga que haber necesariamente penetración. Debemos de comprender la sexualidad de una forma más extensa, ya que la penetración es solo una pequeña parte de esta.

¡Ten Presente Que...!

En este tipo de relaciones sexuales no necesitas usar ningún método anticonceptivo, y puedes disfrutar de la sexualidad sin riesgo de embarazo. Por ello, debemos realzar la importancia de que las relaciones afectivo sexuales sean lo más placenteras posibles y a su vez seguras, ya que esto evita un miedo y una incertidumbre posterior muy molestos.

¡Mantente Al Tanto...!



La Sexualidad es un intercambio de sensaciones, de sentimientos y de caricias; para poder transmitir este afecto de muchas formas ya sea con o sin penetración, y considerar a la relación sexual como algo completo como si hubiera habido penetración, ya que como lo dijimos anteriormente esta es una parte pero no un todo.

¡Visto De Otro Modo....!

La sexualidad comprende también la identidad que esta adquiere cada persona, mirando su medio cultural y social donde se envuelve, en tal virtud es necesario tomar en cuenta los conceptos de cada uno de estas identidades, analizando el género y rol dependiendo la cultura y la sociedad a la que cada ser humano se encuentra inmerso.



Los delfines y los humanos son los únicos animales que además de la reproducción también tiene sexo solo por placer.

Un orgasmo dura aproximadamente entre 3 y 10 segundos, y las contracciones orgásmicas se dan en intervalos 0.8 segundos, en los hombres y en las mujeres, y el corazón puede llegar a latir 140 veces por minuto.

¡Pa' Reflexionar...!

Erotismo y poesía; el primero es una metáfora de la sexualidad, la segunda una erotización del lenguaje.

¡AHORA QUE CONOCEMOS QUE ES EL PETTING, ANALICEMOS...!

-¿Por qué crees que es tan difícil practicar el petting con tu pareja?.....

.....

-Piensas que es seguro practicar el petting?

.....

.....

Si Tu Respuesta Es Afirmativa

¡Comprométete A...!

Yo.....

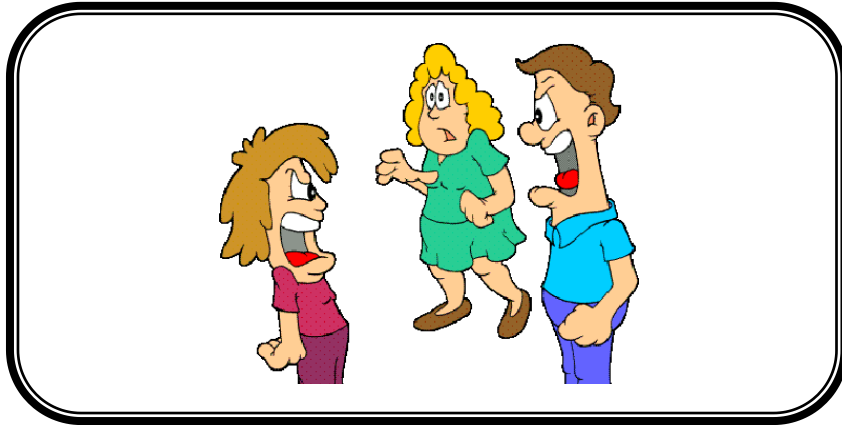
.....

.....

"A palabras necias oídos sordos"

AHORA HABLEMOS DE LOS ...

MITOS SOBRE LA SEXUALIDAD



¡!Huuuuy No Digas Eso Que Es Malo...!!!

Al hablar de mitos nos referimos a las “mentiras” que se dicen comúnmente sobre algunos temas en este caso sobre la sexualidad. Generalmente estas mentiras se van creando por la falta de información y por lo que las personas van transmitiendo socialmente, es decir como en el juego de teléfono descompuesto. Solo que este juego es muy peligroso cuando uno se cree lo que dicen y no explora otras posibilidades, pues muchas veces nos generan miedos o inseguridades, ya que en lugar de disfrutar de nuestros pensamientos y cuerpo los rechazamos.

Pero Antes de darte a conocer varios mitos, te invitamos a realizar el siguiente test!!

¡NOMAS POR CURIOSAR...!

El siguiente listado de frases, son las utilizadas más comúnmente por las jóvenes frente a una relación. Te invito a reflexionar sobre ellas. Tú me dices cuál es correcta y cuál no

- “Todos lo hacen, entonces está bien...” ()
- “Nadie queda embarazada a la primera” ()
- “A mi no me va a pasar nada, yo se cuidarme” ()

- “Si no se lo pido va a pensar que soy raro” ()
- “El tener relaciones sexuales de pie impide el embarazo” ()
- “A las mujeres que han tenido relaciones sexuales se les arquean las piernas” ()
- “Los varones, para ser más hombres, necesitan tener muchas relaciones sexuales” ()
- “El lavado vaginal después de la relación sexual es un método eficaz para evitar el embarazo” ()
- “Durante la menstruación la mujer no debe hacer deporte ni lavarse el pelo” ()
- “Las eyaculaciones nocturnas son normales en los varones” ()
- “La falta de himen en la mujer es la prueba de que ya no es virgen ()
- “Si la mujer no sangra en su primera relación sexual, quiere decir que no es virgen” ()
- “El embarazo precoz no posibilita a las jóvenes mejorar sus condiciones educativas, sociales, económicas, culturales” ()
- “Es común que durante la adolescencia se acceda a dar ‘la prueba de amor’ ()
- “Todo contacto físico con la pareja lleva necesariamente a la relación sexual” ()

¡ATENCIÓN... Y REFLEXIONA!

Aquí Te Mencionamos Algunos De Los Mitos Más Frecuentes.

**¿Durante la menstruación, las mujeres no deben practicar:
deportes, ni bañarse, ducharse o lavarse la cabeza?**

Las mujeres durante su periodo menstrual pueden practicar cualquier deporte, realizar cualquier actividad, pues es algo que no te limita a llevar tu vida cotidiana, en esos días es necesario incrementar tus hábitos higiénicos como bañarte a cualquier hora con la temperatura del agua que a ti te agrada, puedes usar falda, pantalón, vestido o la prenda de vestir que te haga sentir cómoda.

¿Un verdadero hombre no llora ni expresa sus sentimientos?



Si pensamos que tanto hombres como mujeres tenemos el mismo derecho de expresar nuestros sentimientos, el que los hombres lloren sin necesidad de alcoholizarse para hacerlo no implica que dejen de ser varoniles, todo lo contrario es una manera de reconocer y expresar su estado emocional.

¿Todas las caricias y besos en el noviazgo deben llevar a una relación coito-genital?



¿Has escuchado esta frase? “nos acariciamos y siempre quiere terminar haciendo el amor”. Las caricias y besos regularmente forman parte de la exploración de la pareja y hasta de nosotros mismos. ¿Cómo me gusta que me besen, en dónde? ¿qué palabras le agradan el o a ella? Y es solo la preparación para disfrutar en un momento dado más de una relación coito-genital. Pero todo lleva su tiempo y cada persona tiene su propio ritmo. La genitalidad es un aspecto muy importante y disfrutable de la sexualidad, pero no el único.

¿La Masturbación Es Un Hábito Malo De Muchachas?

¿Has oído frases como estas? ¡No te toques, son cochinas, te van a salir pelos en la mano, se te va a caer, eso es para gays! Etc., pues todas ellas provienen del rumor que afirma que la masturbación es mala.



La masturbación o autoexploración es necesaria para saber sentir y apropiarnos de esas sensaciones que nos pertenecen. Lo común es que esa necesidad de conocer

nuestro cuerpo, de tocarlo (tal vez tocar aún más ahí donde nos han dicho que no se debe) y el fantasear surgen en la pubertad de los seres humanos y al decir esto nos referimos que tanto mujeres como hombres tienen la necesidad de masturbarse, no solo cuando se es adolescente, también los adultos se acarician, tocan y fantasean ya que es una actividad que nos genera placer y nos hace sentirnos bien.

¡Ten presente Que...!

“Todas las personas pueden masturbarse, pero pocas disfrutar hacerlo”



La masturbación se convierte en un problema cuando no identificas los momentos y lugares adecuados para disfrutar la masturbación, cuando no se quiere hacer, ni pensar en otra cosa y dejas tus actividades cotidianas.

¡Aunque No Lo Creas...!

Las primeras erecciones del hombre se dan en el último trimestre del embarazo, cuando aún son fetos.

¿Un hombre siempre está dispuesto y debe llevar la iniciativa en las relaciones coito-genitales?

¡Hay Que Tomar En Cuenta Que...!



Así como para realizar otras actividades (jugar fútbol, salir a pasear con los amigos, con la familia, dormir, etc.) es importante estar motivado para realizarlas; lo mismo sucede en las relaciones coito-genitales uno puede no tener ganas, ni interés, ni disposición sin que esto implique ser anormal. Es común que los hombres nos sintamos presionados por tener

experiencia en las relaciones coito-genitales, pues nos dicen que así somos más hombres ante los mismos hombres, pero en ocasiones hacerlo por esta razón nos produce un sentimiento de vacío o de displacer. Y también por esto resulta difícil decirle a una mujer que no, cuando sentimos que ella nos desea.

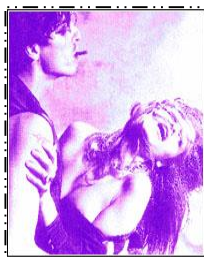
¿Relaciones Sexuales = Penetración, Sin Eso, No

Existe? Cuántas veces nos hemos encontrado pensando: “sólo nos besamos y nos acariciamos, pero no tuvimos relaciones sexuales fue un faje nada más”.



La sexualidad consiste en la experiencia de todos los sentidos y aunque la penetración es una parte muy importante y placentera de la relación sexual, no tiene sentido reducir la vivencia a la presencia o no de coito porque nos estaríamos perdiendo una parte deliciosa del vínculo. ¿Qué dirías si le dijera que inclusive es posible tener relaciones sexuales (muy placenteras) sin necesidad de que los cuerpos se toquen?

¿La primera vez que se realiza coito se siente dolor y se sangra?



La penetración pene – vagina, implica que la mujer tenga una secreción de lubricantes (fluido) que existen naturalmente en la vagina, y que se liberan en el proceso de la excitación, este lubricante permite que el pene entre en la vagina (zona muy sensible y delicada), sin provocar dolor o molestias.

No necesariamente existe sangrado cuando se tienen relaciones coito-genitales, como te comentaremos en el mito de la virginidad más adelante.

¡Sabias Que...!

La estructura anatómica de la mujer y el tamaño del pene del hombre determinaran cual es la posición adecuada para llevar a cabo una relación coito-genital placentera

¿La eyaculación precoz la padecen sólo los hombres jóvenes?



Se entiende por eyaculación precoz cuando la expulsión de espermias (eyaculación) ocurre antes de los dos minutos de haber penetrado, es una reacción física común en todas las edades de los varones, ligada principalmente a factores de estrés o tensión y no como se cree comúnmente debido a defectos físicos, exceso de impulso sexual, es necesario aclararte que no se cura con inyecciones, pomadas, pastillas o intervención quirúrgica.

Te recomendamos asistir con un especialista (médicos o sexólogos), quienes te harán recomendaciones para que logres controlar esta dificultad.

¿Un hombre con un pene muy grande tiene mayor potencia sexual que otro que tiene un pene más pequeño?



No definitivamente el Tamaño no importa, la potencia sexual está relacionada con el deseo (aspecto mental) y con la energía física (aspecto nutricional), no con el tamaño del pene, de los senos, de las manos, pies u otras partes del cuerpo.

Recuerda Que...!

El placer que se experimenta en una relación coito-genital depende más de la situación emocional, del ambiente y las personas

involucradas que de una sola parte del cuerpo, es por eso que es importante que te conozcas y conozcas a tu pareja, tomando en cuenta las acciones previas a una penetración



¿La ausencia del himen prueba que una mujer no es virgen?

Le llaman virgen a una mujer que no ha tenido relaciones coito genitales y para probarlo comúnmente se creía que una mujer debía de sangrar para comprobar que no había estado con otra persona y la explicación era que al romperse el himen la mujer sangraba, como si el himen fuera una etiqueta o sello de garantía.

El himen es una especie de membrana elástica, cuyo grosor varía en cada mujer, puede ser tan delgada que con movimientos bruscos podría romperse y no necesariamente por tener relaciones coito-genitales. El himen también puede ser de grosor medio que se rompa en la penetración o incluso puede existir otro tipo de himen que es más grueso que los anteriores e incluso su elasticidad le permite no romperse necesariamente en la primera penetración.

¡Por Lo Tanto...!

Si la virginidad se enfoca a tener o no tener himen con lo anterior nos quedaría claro que la virginidad ha sido una creencia cultural errónea.

Una mujer que ha tenido relaciones coito genitales vale igual que una que no, lo que cambia es que tal vez, los hombres se sentían más seguros si la mujer no los podía comparar o juzgar, es decir el hombre tenía que saber cómo hacer el amor, como si nacieran sabiendo. No pasa nada cuando un hombre no sabe, las mujeres suelen ser buenas maestras.

¿Toda excitación debe llevarnos al orgasmo?



La excitación en sí misma puede ser una experiencia muy agradable. El orgasmo es una sensación mucho más intensa que la simple excitación, es la descarga de aquellas sensaciones acumuladas.

Si bien no es conveniente acumular excitación sin descarga (lo cual significa tener muchos encuentros en los cuales quedamos excitados sin tener orgasmo) porque cuando se acumula tensión existe la necesidad física y emocional de la distensión.



¡Recuerda Que...!

Si en alguna oportunidad no se produce un orgasmo, eso no indica ninguna anomalía. Esto significa que podemos quitarle presión al asunto y disfrutar la excitación, jugar y divertirnos.

¡Oye Pilas...!

Se trata de no “exigirnos” nada, sólo de disfrutar las sensaciones.

¿Las relaciones coito genitales siempre son buenas?



Esta afirmación puede sonar engañosa. Las relaciones coito-genitales son más placenteras (buenas), cuando están acompañadas de respeto, de afecto, de cuidado por sí mismo y por la otra persona, cuando satisface las necesidades mutuas y es de consentimiento recíproco.

En ocasiones el tener relaciones coito genitales, puede hacernos sentir muy mal, cuando no se quiere, conoce a la otra persona, cuando se experimentan situaciones extremas como las orgías (relaciones con distintas personas a la vez), se siente asco, una especie de vacío y puede conducir a la depresión.

¿Los varones siempre usan condón?

Ojalá esta fuera una realidad en las primeras relaciones coito genitales y aquellas en las que aún no existe compromiso de exclusividad sexual. Así se evitarían muchas enfermedades de transmisión sexual y muchos embarazos no deseados. Sin embargo, para muchos varones, el uso de preservativos está relacionado con una disminución del placer y de las sensaciones. Actualmente, muchas mujeres toman la iniciativa de usar el preservativo en las relaciones genitales. Es posible aprovecharlo como un medio para jugar en intercambio sexual, para convertirlo en un aliado de la seguridad y no en un interruptor del placer de ambos



¿La relación sexual normal es aquella en la que una vez que se consigue la excitación nunca se debe interrumpir?



La excitación en sí misma puede ser una experiencia muy agradable. Si bien no es conveniente acumular excitación sin descarga (lo cual significa tener muchos encuentros en los cuales quedamos excitados sin tener orgasmo) porque cuando se acumula tensión existe la necesidad física y emocional de la distensión, que en alguna oportunidad no se produzca un orgasmo no indica ninguna

anormalidad. Esto significa que podemos quitarle presión al asunto y disfrutar la excitación y jugar y divertirnos. Y si hay orgasmo, genial. Si esta vez no lo hay, pues vendrá la próxima. Se trata de no “exigirnos” nada, sólo de disfrutar las sensaciones.

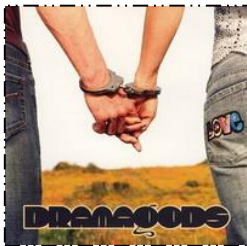
¿El sexo siempre es espontáneo y natural?

No siempre. Y a veces es necesario planificar sesiones de sexo, sobre todo en las parejas de larga data, con elementos especiales de seducción y conquista, para recuperar sensaciones anestesiadas y experiencias que por la rutina y el acostumbramiento se fueron perdiendo.



¡Ten Siempre Presente Que...!

Una vida sexual sana y satisfactoria sólo es posible si se tiene información veraz sobre el tema, y los mitos ocasionan todo lo contrario



Las conversaciones sobre el sexo siempre se han visto plagadas de mitos. Y era de esperarse, ya que los mitos son un intento por parte de las personas de dar explicaciones a cosas que a veces no entendemos del todo bien. Algunos mitos pueden llegar a ser hasta graciosos, sin embargo, la mayoría sólo logra confundir y mal informar a la gente, al punto que pueden perjudicar la salud, causar problemas en la pareja, formar estereotipos y prejuicios y causar muchos embarazos no planificados.

¡Veamos Ahora...!

En Breve, Algunos De Los Mitos Más Comunes

| MITOS | OBSERVACIONES FALSAS |
|---|--|
| Las emisiones nocturnas (sueños húmedos) indican un trastorno sexual | Es el resultado de sueños eróticos y normales en cualquier persona, sea hombre o mujer |
| Una mujer no puede quedar embarazada la primera vez que tiene relaciones sexuales | Si la mujer ha llegado a la pubertad y se encuentra ovulando puede quedar embarazada aun si es la primera vez que tiene relaciones sexuales y aun si no ha tenido su primer periodo menstrual |
| Las vaginas de las mujeres huelen a pescado | Una vagina limpia y saludable no tiene olores a pescado. Sin embargo, infecciones causadas por algunas bacterias pueden causar que la vagina tenga olores fuertes y desagradables. En estos casos, es recomendable acudir donde su médico para una revisión médica |
| Si un hombre se masturba demasiado, tarde o temprano se le acabarán los espermatozoides | Un hombre adulto produce alrededor de 300 millones de espermatozoides al día y este proceso continúa año tras año hasta la muerte. Los hombres se diferencian de las mujeres, las cuales si nacen con un número determinado de óvulos |
| EL VIH puede pasar por los condones | Todas las investigaciones han demostrado que los condones de látex son una barrera efectiva con la transmisión del VIH, siempre y cuando éstos sean utilizados de forma correcta. Sin embargo, existen condones |

| | |
|---|--|
| | que están hechos de algunos órganos animales, los cuales sí contienen poros lo suficientemente grandes para permitir el paso del VIH. |
| La impotencia o disfunción eréctil no tiene cura | Existen hoy en día muchos tratamientos con un alto grado de efectividad para tratar la disfunción eréctil. Muchos hombres que han sufrido de disfunción eréctil ahora viven una vida sexual sana y |
| Si se tienen relaciones sexuales sin protección en un jacuzzi, la mujer no puede quedar embarazada debido a que el agua caliente mata a los espermatozoides | Los espermatozoides pueden pasar del hombre a la mujer sin tener contacto con el agua. Además, hay que recordar que la temperatura del cuerpo humano es de 37C |
| Tener relaciones sexuales parados u orinar después de tener relaciones sexuales evita que la mujer salga embarazada | Ninguna de estas actividades evitan el embarazo |
| Retirar el pene de la vagina antes de eyacular es una forma efectiva de prevenir el embarazo | El coito interruptor no es efectivo para prevenir el embarazo. Antes de la eyaculación, se segregan fluidos pre-eyaculatorios que contienen miles de espermatozoides capaces de fecundar el |

| | |
|---|---|
| | óvulo y producir un embarazo |
| Uno puede saber si una persona es homosexual sólo con mirarla | Es imposible saber la opción sexual de una persona con sólo mirarla |
| La masturbación es practicada casi exclusivamente por los hombres | Según muchos estudios realizados en las últimas décadas un gran porcentaje de mujeres disfrutan de la masturbación |
| Sólo los hombres tienen sueños mojados | Las mujeres también tienen sueños mojados acompañados muchas veces de orgasmos nocturnos |
| Para disfrutar del sexo plenamente las parejas deben conseguir orgasmos simultáneos | Los orgasmos simultáneos no son necesarios para tener una vida sexual plena. Por lo contrario, muchas parejas que se esmeran por conseguirlos crean una presión innecesaria lo cual contribuye a que la pareja no disfrute del momento sexual |
| Una gota de esperma es equivalente a 40 gotas de sangre | El semen es producido por los testículos, las vesículas seminales y la próstata y no por la sangre |
| La vasectomía causa impotencia o disfunción eréctil en el hombre | La esterilización en el hombre o en la mujer no reduce el deseo ni el desempeño sexual. Es más, al eliminar la posibilidad de embarazo, en muchos casos el deseo y el desempeño sexual se ve incrementado |
| Los hombres tienen deseos sexuales más fuertes que las | El deseo sexual varía de persona en persona y no está sujeto al sexo de la persona. En general el deseo sexual es |

| | |
|---|--|
| mujeres | igual en ambos sexos |
| El sexo anal o el estímulo en la zona anal, es sólo practicado por los homosexuales | El sexo anal o el estímulo en la zona anal es practicado también por muchas parejas heterosexuales |
| La educación sexual en los colegios sólo conduce a la promiscuidad | Estudios realizados en los últimos años demuestran que la educación sexual no conduce a la promiscuidad. Antes de que se impartieran clases de educación sexual en los colegios, ya existían un gran número de personas promiscuas. Según varios estudios, la educación sexual ha ayudado a reducir estos números. Por último, la educación sexual ayuda a los jóvenes a desarrollar actitudes positivas y saludables hacia la sexualidad, además de promover las relaciones interpersonales las cuales ayudarán a desarrollar armoniosas vidas familiares |

¡Ten Presente que...!

Durante la adolescencia aumenta el impulso sexual, el cual puede alcanzar gran intensidad. Al principio, el impulso tiende a estar dirigido principalmente hacia el logro del propio placer; después irá evolucionando, desde la búsqueda de una propia satisfacción, hacia una sexualidad que se completa en el salir de sí mismo hacia el encuentro con el otro.

¡¡¡FUERA MITOS...!!!



**¡Pero sobre todo...! Hay Grandes Diferencias En La Forma De
Vivir
Las Relaciones Sexuales**

Aunque el hombre y la mujer comparten muchas similitudes en su forma de vivir las relaciones sexuales, existen también diferencias significativas:

| LOS HOMBRES | LAS MUJERES |
|--|--|
| Un alto porcentaje pueden vivir una relación sexual sin que exista una intimidad unida a la relación sexual. | En cambio la mayoría necesitan que se dé una relación afectiva íntimamente unida a la relación sexual. |
| La mayoría son capaces de tener una relación sexual e incluso la desean en muchas ocasiones, después de haber vivido tensiones con su pareja, aunque éstas no estén resueltas | Necesitan, en la mayoría de los casos, estar afectivamente resuelta para poder mantener una relación sexual y después sentirse plena |
| La excitación sexual es muy rápida | La excitación es más lenta; necesita más tiempo para las caricias y el juego erótico o preludio |
| Los estímulos visuales son muy importantes para la excitación | Los estímulos táctiles son los más excitantes |
| La excitación proviene principalmente de los juegos genitales y el placer más intenso de la penetración | Valoran muy positivamente los abrazos y caricias por todo el cuerpo, además del contacto genital |
| Alcanzan el mayor deseo sexual entre los 18 y 25 años | Lo alcanzan entre los 30 y 40 años |
| Generalmente desean la relación sexual con más frecuencia. Les influye menos el estado de ánimo o el cansancio | Desean la relación sexual con menos frecuencia y se sienten muy influidas por los estados de ánimo, el cansancio físico y el stress |
| Después del orgasmo, se produce una bajada brusca del deseo sexual y un periodo refractario durante el cual por mucha estimulación que se dé, no podrá conseguir otra erección hasta pasado un | Después del primer orgasmo, puede seguir la excitación y tener nuevos orgasmos |

| | |
|---|---|
| tiempo | |
| Suelen adoptar un papel más activo en la relación, toma más la iniciativa y parece realizarse más con la posesión | Suele ser más pasiva, es más receptiva y parece realizarse más con la entrega |

"Nadie diga: de esta agua no he de beber."

CURIOSIDADES



- * **S**e piensa que para mayor seguridad de contagio de una ITS o un embarazo no planeado se puede utilizar el condón femenino y masculino al mismo tiempo pero esto solo es una creencia FALSA porque al estar en una constante fricción se llegan a romper perdiendo su efectividad
- * **U**tilizar dos métodos combinados como los espermaticidas y el condón masculino proporcionan mayor seguridad
- * **L**a pastilla de emergencia no se puede utilizar como método anticonceptivo
- * **S**olo puedes utilizar como mínimo 2 veces cada 6 meses la pastilla de emergencia
- * **E**s posible que las píldoras de emergencia no te prevengan contra los embarazos ectópicos, es decir los embarazos desarrollan fuera del útero.
- * **E**l coito interrumpido los adolescentes lo consideran un buen método sin embargo esto es FALSO porque tiene una baja eficacia

- * El ovulo mide aproximadamente 0.14 milímetros y puede ser visible al ojo humano.es la célula más grande del cuerpo humano
- * La menstruación promedio consiste entre 50 y 175 cc de sangre y tejidos. (Entre ¼ y ¾ de taza)
- * El fetichismo, el exhibicionismo y el voyerismo son desviaciones exclusivamente de los hombres.
- * Si cada relación sexual dura 15m., el promedio de parejas de esposos disfrutaran de 610h. de relaciones sexuales durante su vida de casados.
- * En Grecia los penes pequeños y firmes eran admirados, mientras que los grandes eran considerados poco estéticos.
- * Durante la época medieval se creía que los hombres y las mujeres producían espermatozoides.
- * El castigo por adulterio en Roma era la amputación de la nariz.
- * Hasta 1884, una mujer en Inglaterra podía ser encarcelada por negarle el sexo a su esposo.
- * En la antigua Babilonia se permitía a los hombres ofrecer a sus esposas como pago colateral por un préstamo.
- * La 1ra edición de la revista Playboy fue en Diciembre de 1953, su costo: 0.50ctvs. En la portada aparecía Marilyn Monroe.
- * Se dice que el Faraón Rameses II engendro a 160 hijos

* **E**n la época medieval, la doctrina cristiana ordenaba que el coito debería ser evitado a toda costa. El coito era sólo para procrear y no se debía sentir placer durante el acto sexual.

* **D**urante la época Victoriana se les consideraba enfermas a las mujeres que tenían su menstruación y se les obligaba a permanecer en cama.

* **E**n 1987, una televisora en San Francisco fue la primera en pasar un comercial de condones.

* **E**l sexo oral es ilegal en los estados de Arizona, Florida, Minnesota, Louisiana, Carolina del Norte y del Sur, Utah y Virginia.



* **P**or cientos de años la única posición aceptada por la iglesia Católica para tener sexo era la posición del misionero (Hombre encima de la mujer)

* **H**asta 1972 en Estados Unidos se consideraba la homosexualidad como una enfermedad mental.

* **E**n la antigua Grecia, todas las prostitutas utilizaban prendas específicas que las identificaban con su trabajo.

* **E**n Paris, después del año 1635, a las prostitutas se les castigaba con latigazos, se le rapaba la cabeza y se les expulsaba de la ciudad.

* **T**eodora, esposa del emperador Bizantino, Justiniano I, antes de casarse con él, ejercía la prostitución.

* **E**n la antigua Babilonia, el código de Hammurabi, castigaba a la mujer que era violada sexualmente, si una mujer sacada era violada se

consideraba este hecho como un acto de adulterio por parte de la mujer. Ella y el violador eran sentenciados a morir ahogados.

* La antigua ley hebrea obligaba al violador a pagar una suma de dinero al padre de la víctima y contraer matrimonio con ella.

* En 1996, los Norte Americanos gastaron más de 8 millones de dólares en material pornográfico.



IRONÍAS CLÁSICAS

* El lesbianismo es producido por una enzima... Una encima de la otra.

* Habrían prohibido la venta de Gimonte,... porque produce caries.

* La primera vez de la mujer es como el dolor de muelas... Les duele, pero no quieren que se la saquen..

* "El amor es como un lazo, por más vueltas que le des siempre termina en la argolla."

* Empresario con dos penes, busca secretaria bilingüe.

* Basta de manipulación, queremos erecciones libres.



- * Es muy saludable hacer el amor con preservativos, pero es más rico hacerlo con una mujer.
- * Si María concibió sin pecar, ¿por qué mi novia no puede pecar sin concebir?
- * La diferencia entre hacer el amor por un precio y hacer el amor gratis, es que gratis, es por lo general mucho más caro.
- * Si al rengo le dicen cojo, y manco va sin variantes, ¿por qué no le dicen rengo... y no cojo como antes?
- * La leche en polvo, ¿no es una redundancia?
- * El que empieza soplando nucas, termina mordiendo almohadas.
- * Cinco minutos de emoción... nueve meses de hinchazón.

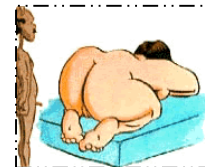
* Si después de hacer el amor, das las gracias... eso es educación sexual.

* Es mejor ver un niño haciendo pi pi, que un pipi haciendo un niño.

* Más vale pájaro en mano, que la mano en pájaro ajeno.

* Si te he visto no me acuerdo, si te desvisto no me olvido.

* Descubrieron una sustancia nueva contra el SIDA: Nitrato de ponerla.



* A mí el sexo me gusta como el café. Bien caliente, bien fuerte... y sobre la mesa de la cocina.

* El amor es como la enfermedad: siempre termina en la cama.

* Si la tierra nos alberga de un modo tan ilusorio, la tierra no es otra cosa que un albergue transitorio.

* La virginidad es una enfermedad... yo la curo!

* La paja mata al estudiante... pero el estudiante no le teme a la muerte.

* Morirás como las tortugas... con la cabeza adentro.

* Dime con quién sueñas y te diré con quién no te acuestas.

* No desees la mujer de tu prójimo: ¡date el gusto!

* No a la prostitución. Si al sexo gratis.



- * Morirás con la muerte de la heladera: con la carne adentro y los huevos en la puerta.
- * Las vírgenes pasan muchas navidades pero ninguna noche buena.
- * La vida es una enfermedad de transmisión sexual.
- * Pelear por la paz es como coger por la virginidad.
- * "Cualquiera puede equivocarse, che!", dijo el puercoespín bajándose de un cepillo.
- * Ame a su prójimo siempre que no sea mi señora.
- * El abogado y las prostitutas son la misma cosa: si no le pagas por adelantado, hay que suplicarles para que se muevan.
- * El tiempo es hondo y profundo... que ganas tengo de meter mi vida en tu tiempo.
- * "Errar es humano", dijo el pato y se bajó de la gallina. "Perdonar es divino", dijo la gallina y salió corriendo atrás del pato.



- * Una novia sin tetas más que novia es un amigo.
- * El onanismo es la verdadera liberación femenina.
- * Inventen nuevas perversiones sexuales... yo ya no puedo más.
- * Si no puedes con él... relájate y goza.
- * El pájaro canta hasta morir. Hoy me puse Gimonte.
- * El gay es como la guitarra: da la nota cuando le tocan el

traste.

- * El colmo de un degenerado es no calentarse por nada.
- * Lo que natura no da... silicona lo soluciona.
- * La rama femenina va siempre detrás del tronco.
- * Más vale siete veces con Blanca Nieves que una vez con cada enano.
- * Los que se masturban son autodidactas sexuales.
- * Haga el amor con su esposa... millones de amigos no pueden equivocarse.

* Podrá usted poseer mi cuerpo, caballero; pero mi corazón pertenece enteramente al cornudo de mi marido.

* Los homosexuales no existen, pero que los gay, los gay.

* Los hongos de los pies son como la fiebre uterina, se curan con un buen polvo.

* Primer síntoma del SIDA: Sentir un aliento excitado en la nuca.

* Segundo síntoma del SIDA: Agacharse y ver cuatro huevos.

* El amor es como la guerra, siempre se termina cuerpo a cuerpo.

* Macho es el que la prueba y no le gusta.

* La paloma es el bicho de la paz, y la mujer es la paz del bicho.

* No es lo mismo las ruinas de Machupichu a que venga un macho, te meta el pichu y te deje en ruinas.

* Si besarse es contagiar gérmenes, ¿qué te parece si empezamos la epidemia?

* Si la vaca fuese honrada el toro no tendría cuernos.

* Ayer hice cornudo a media ciudad, me cogí a mi mujer.

* Si tú me amas y yo te amo, ¿por qué no nos amamos por dónde meamos?

* Es mejor condón en pene, que nueve meses y un nene

* Busco novia coja y mientras más coja mejor



MATERIAL DE REFERENCIA



- ✓ APONTE, R. Y Otros. (1999). Estrategias Metodológicas para la Prevención
- ✓ Integral en Materia de Drogas y Sexualidad. Caracas: M.E.C.D.
- ✓ BARRONE, R. (2001). Buscando Mejor Convivencia 3: Valores Éticos y Formación Ciudadana. Argentina: Americana.
- ✓ BARRAGAN, F. (1998). La Sexualidad en los centros educativos de
- ✓ CANESSA P. Y Connie N. (1997) Manual para la Educación en Salud integral del Adolescente. Chicago. O.P.S.
- ✓ CARRERAS, Ll. y otros (1998) Cómo educar en Valores. Madrid: Narcea.
- ✓ CASTELLS, P. y Silber, T. (1998). Guía Práctica de la salud y psicología
- ✓ CONTRERAS, Omar. 2002 . Crecer y vivir en familia. San Cristóbal, Estado Táchira
- ✓ COSTER, S. (2000). Sociología de la Educación. Madrid: Guadarrama.
- ✓ CUAUHTÉMOC, C. (1999). Juventud en Éxtasis 1. México: Selectas del adolescente. Barcelona, España: Planeta Círculo de Lectores.
- ✓ Diamantes. (1999). Juventud en Éxtasis 2. México: Selectas Diamantes.
- ✓ CHACÓN, M. (2003) Plan de Estrategias dirigidas a docentes y representantes para la orientación sexual
- ✓ DURÁN, M. y Bell R. (1994). Guía para el Maestro: El Sexo, Las Mentiras y la Verdad. E.E.U.U. : Focus on the Family.
- ✓ FLORES, N. , Lugo, A. Y Moya, E. (1999). Conocimientos generales. Lara

- ✓ GUEVARA, L. (1998). El aprendizaje, Teóricos y Teorías. Zulia: LUZ Herrero, R. (1998). Diseño Curricular. Caracas: Cooperativa Laboratorio Educativo
- ✓ Ley Orgánica de Educación (1980) Gaceta Oficial de la República de Venezuela N° 2635. Julio 1980.
- ✓ Ley Orgánica de Protección del Niño y Adolescente (1998). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, 5266. (Extraordinaria) Octubre 1998.
- ✓ Izquierdo, C. 2000 . Sexualidad y afectividad juvenil.
- ✓ Ministerio de Educación, Cultura y Deportes. (2002). Educación sexual básica para la prevención del SIDA y otras ITS, material instruccional. (2 edición. Caracas: Autor.
- ✓ MORA, Z. (1999). Diseño, aplicación y evaluación de un programa
- ✓ Nueva York. New York: NOAH. Pediátrico Dr. García Coello, Falcón.
- ✓ PAREDES, E. y otros. (2001). Métodos, Dinámicas y Técnicas útiles en la educación superior. Mérida: C.P.U.L.A
- ✓ PÉREZ, I. (1997) Carpeta de Salud para docentes de Educación Básica.
- ✓ Caracas: Greco. responsabilidad en sexualidad. Colombia: O.P.S.
- ✓ PÉREZ, A. (2000). Educar en el Tercer Milenio. Caracas: San Pablo
- ✓ RESTREPO, P. (1999). Ética y Valores 2 Para la superación personal. Santa Fé de Bogotá; D.C. Colombia: Paulinas.
- ✓ RESTREPO, P. (1999). Ética y Valores 3. Para el crecimiento personal Santa Fé de Bogotá; D.C. Colombia: Paulinas.
- ✓ RIVAS, P. (1995). El adolescente un Desconocido. Caracas: AVEC.
- ✓ Robert, R y Sol, N. 1998. Educación por las emociones, valores y actitudes positivas.
- ✓ ROA, B. (2003). Estrategias Metodológicas utilizadas por los Docentes para la Prevención Integral de los adolescentes en materia de sexualidad.
- ✓ Rosado, M. (1999). Escuela y familia: Núcleos de formación de la sexualidad en adolescentes Universidad Centro Occidental "Lisandro Alvarado
- ✓ SAENZ, I. (1992) Sexualidad en la Adolescencia. Caracas: UNICEF
- ✓ SOUZA, H. (1989). Conviviendo con tu sexo.(III). Bogotá: Paulinas.
- ✓ TIERNO, B. (1996) . Valores humanos. Primer volumen. Madrid
- ✓ VASTA, R., Haith, M. Y Miller Sc. (1999) Psicología Infantil. España: Ariel.

6.7.- Impactos:

| INDICADOR \ NIVEL DE IMPACTO | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|------------------------------|------------------|---|---|---|---|
| | • Socio-Cultural | | | | |
| • Educativo | | | | | |
| • Afectivo | | | | | |
| • Salud | | | | | |

El presente esquema, muestra el nivel de impacto de la guía de educación sexual en diferentes parámetros, tales como: socio-cultural educativo, afectivo y de salud; la valoración está representada numéricamente en donde:

- El Nro.: 5 determina que la propuesta **Es Excelente**
- El Nro. 4, **Muy Bueno**
- El Nro. 3 **Bueno**
- El Nro. 2, **Regular** y
- El Nro. 1 **Malo**.

6.8.- Difusión:

El grupo de investigadores será el encargado de que la presente propuesta se dé a conocer a todas las alumnas involucradas en la investigación.

6.9.-Bibliografía:

1. ARTILES León, J. (1998): Juventud, Tiempo de Elección y Deseos. Revista cubana de sexología y sociedad.

2. ASOCIACIÓN PRO BIENESTAR DE LA FAMILIA ECUATORIANA (APROFE). <http://www.icomp.org.my/Resources/Arh/pmgr4/>.
3. BANCHS Rodríguez, Ma. Auxiliadora (1994) "Corrientes teóricas en psicología social desde la psicología social experimental hasta el movimiento construccionista"-Material de la maestría en psicología " social de la Facultad de Psicología UNMdP.
4. BERGER, P Y Luckman, P. (1994) "La construcción social de la realidad" - Editorial Amorrortu, Buenos Aires.
5. BOCCADORO L., Carulli S., (2008) Il posto dell'amore negato. Sessualità e psicopatologie segrete (El sitio del amor negado. Sexualidad y psicopatologías ocultas). Edizioni Tecnoprint,
6. BOLÍVAR, V. (2005). "Inteligencia Emocional en la empresa". Refinador Costarricense de petróleo. Costa Rica.
7. CARBALLOSO Santos, (2001), Valoración de un modelo de intervención participativa en educación sexual.
8. CASTREJÓN Diez, Jaime. (1998). El Sistema Educativo Mexicano. Rev. Perfiles Educativos, UNAM
9. CASTELLS P y Silver T. J. (1998) Vivir con el sexo. En: Castells P y Silver T. J. (eds.) guía práctica de la salud y psicología. Ed. Planeta. Barcelona:
10. CANO, A:(2002). "Adolescencia y Sexualidad" Manual de Prácticas Clínicas para la Atención Integral de la Salud en la Adolescencia. Primera Edición, MINSAD.
11. COESPO. (1999). Folletos ¿Qué es la sexualidad? Y Todos somos Educadores de la Sexualidad. México, D.F.
12. DELGADO Fernández Y (2001). y Cols: Revista de Medicina General Integral.
13. DICCIONARIO DE LAS CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN. (1983). V.I. A-H. Santillana.
14. DICCIONARIO ENCICLOPÉDICO ILUSTRADO SOPEÑA. (1985). Editorial Sopeña, Madrid.

15. DONALD E. Greydanus, (2000) M. D. Pediatric: Adolescente: A perspective fourth edition, pp. 468-478, 2000.
16. DURÁN Cortina, (2002), "Algunos aspectos de la sexualidad".
17. ELSTER A B, Kuznets N J. (2005) Desarrollo psicosexual y consecuencias negativas para la salud de los comportamientos sexuales. En: Elster A B, Kuznets N J (eds). Madrid.
18. GARCÍA Iñiguez, (2002), Embarazo en jóvenes, aspectos biológicos y psico-sociales.
19. GONZÁLEZ, Rey F. (1989). "Relación de lo cognitivo y lo afectivo en la personalidad" en Psicología principios y categorías. La Habana. ED. Ciencias Sociales, pp. 72- 94.
20. GUERRERO, Natividad: (1997), Aproximación al estudio de algunos aspectos de la sexualidad en adolescentes y jóvenes de la enseñanza media. Algunas irregularidades del desarrollo de la personalidad en la población juvenil cubana. Editorial Abril, pp. 3-16. La Habana.
21. GUTIERREZ, Abraham (1995). "Técnicas de Investigación y Metodología de Estudio. Cuarta Edición revisada y ampliada, Edición Seria Didáctica A.G. Quito – Ecuador.
22. HEATH, E. (1997) "Adolescent Reproductive Health", Network, 17(3), Spring,
23. INTERNET: VIH – SIDA y juventud. www.axy.org. Ar.
24. http://es.wikipedia.org/wiki/Sexualidad_humana" Categorías: Sexualidad Género.
25. KIRBY D. (2002), Sexuality and sex education at home and school. Adolesc Med.
26. LUSTRE MUNICIPIO DE IBARRA. Página estadística en línea. <<http://www.municipiodeibarra.org/imi/estadisticas.html>>
27. LUZORO J. (1999). "Psicología de la Salud". Bravo Allende, Chile.
28. MARTÍNEZ Zoraida (1999). "Entre Goces y Amores". Documento inédito. Bogotá.

29. MEDICINA_Y_SALUD/El_Enamoramiento/El_Enamoramiento.php
<http://www.cienciapopular.com/n/>
30. MOLERO C, Zaiz E, Esteban. (1998). Revisión histórica del concepto de Inteligencia Emocional. Rev. Latinoamericana de Psicología. 30 (1):pp. 11-30.
31. NASSIF, Ricardo, Rama, Germán W. Y Tadesco, Juan Carlos. (1984) "El Sistema Educativo en América Latina". Kapeluz, Buenos Aires.
32. NAVARRO M. MATEO M. J. (1993) Informe Juventud en España. Servicio de publicaciones del Instituto de la Juventud .Madrid.
33. OFICINA DE CENSOS DE LOS ESTADOS UNIDOS. Catálogo en línea. <Http://www.census.gov/>
34. PRIMERO G.(s.f.) "Características Fundamentales del Pensamiento de Skinner". Extraído de: www.conducia.org.
35. ROMERO S. Leonardo (2000). "La Educación sexual como un derecho" Pronunciamiento a favor de la educación sexual, Centro de Asesoría y Consultoría, Barranquilla, Colombia.
36. ROMERO S. Leonardo (1999) "Elementos de sexualidad y educación sexual". Centro de Asesoría y Consultorio, Barranquilla. Colombia.
37. SALAM Betancourt Alicia, (2001) "Conocimiento sobre sexualidad".
38. "SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA": Manual de Prácticas Clínicas para la Atención Integral a la Salud. Colectivo de autores. MINSAP CUBA. 1999.
39. SILVER, T.J.:" Enfermedades de transmisión sexual". Washington D.C. O.P. S Public. Cient. No. 20: 279-01.
40. SIMÓN, M. (1999). "Manual de Psicología de la Salud., Biblioteca Nueva, Madrid.

41. SINGH, S. (1997). "Adolescent Childbearing and Pregnancy in Developing Countries: A Global Review". Workshop organized by Alan Guttmacher, Institute, New York.
42. SKINNER, B.F., (1972). "Sobre el conductismo. Barcelona, Orbis; Walden dos, Barcelona,
43. SKINNER, B.F., (1972) "Más allá de la libertad y de la dignidad. Fontanella, Barcelona.
44. UNICEF, (1994) "Too Oíd for Toys, Too Young for Motherhood". New York.
45. VERA Fernández, VINANCIO y Cols.(1998).: Conocimientos de anticonceptivos en pacientes jóvenes que solicitan interrupción de embarazo . Revista Cubana De Obstetricia y Ginecología.
46. WAZTLAWICK, Paul y otros (1986) "Teoría de la comunicación humana" - Editorial Herder, Barcelona.
47. www. Kendobe. Blogspot.com.
48. www.monografias.com
49. XLLINS, CHIPS y STRYKER, JEFF(1998) ¿Debemos enseñar "Solo abstinencia" en la educación sexual?. CAPS, University of California, San Francisco. <http://www. Caps ucsf. Edu/ abstinencia. HTML>.
50. YAGO Simón T. (1998), anticoncepción. An Esp Pediatr, supl.
51. ZIMBARDO, F y M. Ebbesen, (1982) "Influencia sobre las actitudes y modificación de la conducta". Presencia, Colombia.

ANEXOS

ANEXO Nro. 1

MATRIZ DE COHERENCIA

| FORMULACIÓN DEL PROBLEMA | OBJETIVO GENERAL |
|--|--|
| <p>-Cuál es el nivel de conocimiento que tienen las alumnas de los segundos semestres de la Escuela de Pedagogía sobre la sexualidad en la Universidad Técnica del Norte, Facultad de Educación Ciencia y Tecnología, para diseñar estrategias que permita prevenir los embarazos no planificados y la deserción estudiantil?.</p> | <p>- Diagnosticar el nivel de conocimiento de las estudiantes sobre la sexualidad para proponer alternativas de solución que nos permita orientar por medio de una guía auto instruccional.</p> |
| SUBPROBLEMAS/INTERROGANTES | OBJETIVOS ESPECÍFICOS |
| <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos? - ¿Por qué las jóvenes no son originales en la vida? - ¿Las jóvenes conocen cuáles son los riesgos de tener relaciones sexuales sin protección? | <ul style="list-style-type: none"> - Seleccionar las estrategias idóneas para la formación y prevención de los embarazos no planificados, enfermedades de transmisión sexual y su inferencia. - Elaborar una guía con estrategias y métodos psicopedagógicos para las estudiantes, mismo que facilite el conocimiento sobre la formación y prevención de embarazos no planificados y enfermedades de transmisión sexual. - Socializar la guía concerniente a la formación, prevención e información, para priorizar su importancia a las autoridades, personal docente y estudiantes para efectuar su aplicación inmediata. |

ANEXO Nro. 2

FOTOGRAFÍAS





ANEXO Nro. 3
FORMULARIO DE ENCUESTA
ENCUESTA ESTUDIANTIL

Estimado compañero/a:

La presente encuesta quiere conocer su valioso criterio sobre diferentes aspectos relacionados con la sexualidad. Sírvase a leer con atención cada pregunta y luego responder de manera sincera, marcando con una X la respuesta escogida. No es necesario que escriba su nombre.

Especialidad o carrera:

Curso o semestre:

Sexo: M F

1.- Cree que existe diferencia entre pornografía y erotismo.

Sí No

Si respondido si diga ¿Cuál es la diferencia?

.....
...

2.- Conoce la utilidad de la píldora del día después.

Sí No

Si respondido si diga ¿Cuál es?

.....
...

3.- Se considera una persona que:

a.- Toma sus propias decisiones

b.- Necesita de un consejo para tomar decisiones.

c.- Pone su vida en manos de otros.

4.- En caso de que haya tenido relaciones sexuales (coito). Su primera relación fue:

(Puede escoger más de una opción)

- a.- Una experiencia agradable
- b.- Una experiencia desagradable
- c.- Por curiosidad
- d.- Por deseo
- e.- Presión de su pareja

5.- Conoce algunas zonas erógenas del hombre y la mujer?

Sí No

Diga ¿Cuáles?

.....

6.- Sabe lo que es orgasmo y eyaculación. Considera que hay diferencia

Sí No

¿Por qué?

.....

7.- ¿Considera que la virginidad es el requisito principal para llegar al matrimonio o tener pareja?

Sí No

¿Por qué?

.....

8.- ¿Se ha enamorado?

Sí No

9.- Considera que la masturbación o autoerotismo es:

Buena Mala

¿Por qué?

.....

10.- ¿Cree que son seguros los métodos naturales, para evitar embarazos no planificados?

Sí No

¿Por qué?

.....

11.- Los anticonceptivos protegen de las enfermedades de transmisión sexual?

Sí

No

Si su respuesta es afirmativa, ¿Cuál cree Ud.?

.....

12.- En un encuentro en el que hay la posibilidad de tener relaciones sexuales (coito) y no tiene preservativo, ¿tienes relaciones sexuales?

Sí

No

¿Por qué?

.....

ANEXO Nro. 4

ÁRBOL DE PROBLEMAS

