

# MÓDULO 2

## SÉ LO QUE ESTÁS PASANDO: Desarrollo de la sexualidad

---

### OBJETIVOS

Después de completar este módulo, seremos capaces de:

1. Definir los conceptos e identificar las diferencia entre sexo, género y sexualidad.
2. Definir los conceptos de salud sexual y salud reproductiva y relacionar estos conceptos con el concepto de adolescencia.
3. Identificar barreras o actitudes que afectan a los proveedores de salud cuando se relacionan con usuarios adolescentes.
4. Promover actitudes horizontales basadas en la objetividad, tolerancia, y respeto al adolescente en la perspectiva de favorecer una relación con el adolescente.
5. Relacionar los conceptos aprendidos, aplicándolos a nuestro quehacer diario e identificando creencias y actitudes en relación a la sexualidad adolescente femenina y masculina que limitan una relación equitativa y liberadora para ambos.

### INTRODUCCIÓN

El desarrollo de la sexualidad es un tema de gran interés para los adolescentes por la magnitud y la variedad de cambios que los mismos jóvenes experimentan. La sexualidad no debe de ser entendida solo como la capacidad de tener relaciones sexuales sino debe ser entendida como una gama de sentimientos, afectos, preferencias que experimentan todos los seres humanos durante su ciclo de vida.

Día a día observamos que los jóvenes tienen más y más preguntas y deseos de acceder a información, educación, consejería, y servicios en materia de salud sexual y reproductiva que evidencia una actitud positiva de prevenir riesgos y vivir una sexualidad sana y responsable. Como proveedores podemos aprovechar este interés natural para ofrecerles información correcta y veraz dentro de un ambiente de confiabilidad y confidencialidad; y de consentimiento informado, permitiéndole al joven tomar mejores decisiones.

### SEXO Y GÉNERO

Empecemos revisando las diferencias que existen entre los conceptos de sexo y género ya que estos términos no son sinónimos.

#### ¿Qué es sexo?

Cuando hablamos de “sexo”, generalmente estamos hablando de las características biológicas que diferencian al hombre de la mujer. Por ejemplo, nacimos con algunos elementos distintivos del sexo como lo son: el pene o la vagina, ovarios o testículos. El sexo es universal y, generalmente, no cambia.

### **¿Qué es género?**

El género se refiere a las diferencias que existen entre los hombres y las mujeres en cuanto ideas, costumbres, valores y modos de actuar. Estas diferencias no tienen un origen biológico sino que son construcciones sociales que determinan lo que, en cada sociedad, significa ser hombre y mujer. Cuando hablamos de construcción social nos referimos a las expectativas que una sociedad otorga a características y comportamientos masculinos y femeninos. Por ejemplo, la manera de vestir de una niña se diferencia de la de un niño o los juegos que atribuimos a cada uno de ellos.

### **¿Qué son los roles de género?**

Aquellos comportamientos que son definidos por la sociedad como masculinos o femeninos también se les denomina roles de género. El aprendizaje de los comportamientos o roles de género comúnmente aceptados por la sociedad ocurre dentro de la familia, en la escuela, en el trabajo, así como desde la religión, tradición y los medios de comunicación.

Un efecto importante de los roles de género en la sociedad es que estos orientan el comportamiento y las decisiones de vida de hombres y mujeres quienes sienten la necesidad de aceptar y replicarlos. El reconocimiento de que uno es hombre o mujer generalmente ocurre antes de la adolescencia. En plena adolescencia, las y los jóvenes ya son capaces de reconocer los roles, valores y responsabilidades que caracterizan a hombres y mujeres y observan los roles de género de los adultos que los rodean para así reforzar su propio entendimiento de estos.

Durante la adolescencia, se experimenta con diferentes roles de género en un esfuerzo por auto-definirse. Esta experimentación implica que se adoptan comportamientos tanto beneficiosos como de riesgo. Dado que las decisiones que se toman en la adolescencia pueden dirigir su curso de vida futura, es importante que los proveedores den consejería y apoyo para ayudarlos a seguir un camino de vida positiva y productiva.

## **SEXUALIDAD**

La sexualidad es un componente integral de la salud y desarrollo de los y las adolescentes. Al igual que el género, la sexualidad está basada en el sexo biológico y está construida socialmente. El desarrollo de la sexualidad depende de la capacidad de todo ser humano de expresar sus emociones de forma sana y placentera, incluyendo la expresión del amor, y del afecto como elementos importantes de la sexualidad.

Recordemos la definición de sexo y veamos como ésta se diferencia del concepto de sexualidad.

### **¿Qué es sexo?**

Cuando hablamos de “sexo”, generalmente estamos hablando de las características biológicas que diferencian al hombre de la mujer. Por ejemplo, nacimos con algunos elementos distintivos del sexo como lo son: el pene o la vagina, ovarios o testículos. El sexo es universal y, generalmente, no cambia.

## **¿Qué es sexualidad?**

La sexualidad es parte integral de nuestras vidas y se expresa de diversas maneras a lo largo de ella. La sexualidad es la interacción entre factores biológicos, psicológicos, culturales y hasta religiosos y se expresa en pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes y conductas. El desarrollo pleno de la sexualidad depende del deseo por lograr la intimidad, expresión emocional, placer, ternura y amor.

La sexualidad está conformada por los siguientes componentes:

- Orientación sexual
- Identidad sexual
- Creencias, sentimientos, actitudes y valores
- Conocimiento sexual
- Comportamiento sexual

### ***Orientación Sexual***

La orientación sexual es una atracción constante hacia otra persona en el plano emotivo, romántico, sexual o afectivo. La mayoría de los seres humanos desarrollan atracción hacia el sexo opuesto, una proporción más pequeña hacia el mismo sexo y algunos hacia ambos sexos.

Cualquiera sea el caso, no es algo que ellos decidan conscientemente. Llega un momento en que los jóvenes toman conciencia de quién o qué los atrae. Ellos se dan cuenta de que necesitan acercarse a alguien, que los mueve una emoción poderosa. La atracción es impulsada por los cambios hormonales que surgen en la adolescencia.

La atracción sexual por alguien del mismo sexo es frecuente en la adolescencia ya que es parte de la búsqueda de identidad, y no significa necesariamente que su preferencia sea la homosexualidad.

### ***Identidad sexual***

Si la orientación sexual se refiere al objeto de nuestras atracciones, la identidad sexual responde al “rotulo” que nosotros mismos le ponemos a nuestra orientación sexual, es decir, con qué grupo nos sentimos más identificados. Este “rotulo” viene, generalmente, después de la aparición de los sentimientos de atracción y de, a veces, algún comportamiento sexual.

El rotular la identidad sexual es un ejercicio complejo. Si uno se siente atraído a personas del sexo opuesto y sus relaciones sexuales son con el sexo opuesto, en nuestra cultura ese individuo es reconocido como heterosexual. Si a uno le atrae sexual y afectivamente una persona del mismo sexo y solo realiza el acto sexual con una persona del mismo sexo, a esa persona se le reconoce como homosexual. Se entiende por bisexuales a aquellas personas que tienen relaciones sexuales y afectivas placenteras con hombres o con mujeres.

### ***Creencias y sentimientos***

Los adolescentes manejan estereotipos sexuales que son construidos socialmente. Estos estereotipos están relacionados con creencias sobre aspectos relacionados con la sexualidad como es el demostrar la virilidad (adolescentes varones), mantener relaciones heterosexuales, llegar virgen al matrimonio (adolescentes mujeres), etc. Estas creencias generan que el y la

adolescente constantemente esté evaluando las conductas de sus pares, y estén buscando en su entorno actitudes y prácticas que refuercen sus ideas. Existen sentimientos que se asocian a creencias establecidas, como por ejemplo si un adolescente varón muestra signos de feminidad va a provocar en sus pares un sentimiento negativo y actitudes de rechazo, lo cual nos demuestra que algunas conductas están relacionados con sentimiento negativos.

### ***Actitudes y valores***

Los valores y las actitudes son los factores que más influyen en el desarrollo de la sexualidad. Cuando se llega a la adolescencia, los jóvenes ya están profundamente familiarizados con las actitudes y los valores de su familia, de la cultura en general y de las sub-culturas específicas. Por ejemplo, a una edad muy temprana, los niños descubren que cuando se tocan diferentes partes de su cuerpo (codo, dedos o genitales) provocan reacciones bastantes diferentes de parte de los adultos. Aprenden que algunas partes de su cuerpo se describen con eufemismos “el asunto”, “la cosita”, “lo de abajo” o quizás, no se describen.

### ***Conocimiento sexual***

El conocimiento es un componente importante de la sexualidad, pero la mayoría de los jóvenes de hoy pasan primero por el proceso de identificar quienes son, qué conductas relacionan a varones y mujeres, cómo se sienten al respecto, hacia quién se sienten atraídos, antes de obtener información precisa sobre la sexualidad (si es que alguna vez la obtienen).

### ***Comportamiento sexual***

Durante la adolescencia temprana, los jóvenes han desarrollado el sentimiento de la atracción. Contrariamente a las suposiciones populares, el darse cuenta de esa situación no implica automáticamente el tener relaciones sexuales. El comportamiento sexual puede ser una decisión tanto de no hacer como de hacer algo, incluyendo el beso, tomarse de las manos, masturbarse, y una gama completa de otros comportamientos (de los cuales el acto sexual es uno más).

Así como en todas las demás áreas del comportamiento humano, la sexualidad es un comportamiento que se desarrolla. Los mitos predominantes enseñan que el sexo es “maravilloso” o “sucio”, que instintivamente “sabemos cómo hacerlo” y que si no lo sabemos algo debe andar mal con nosotros. De hecho, como muchas otras actividades, realmente no lo hacemos bien sino hasta después de repetir la experiencia varias veces.

### **Promoción de la sexualidad saludable durante la adolescencia**

La sexualidad saludable implica maduración psicosocial y cognoscitiva. Deben estar presentes las habilidades para apreciar la sexualidad y disfrutar sentimientos sexuales sin tener que necesariamente actuar sobre éstos. La educación de la sexualidad saludable con los adolescentes los ayuda a evitar situaciones con consecuencias no deseadas.

Algunos estudios señalan que los adolescentes con una sexualidad sana pueden comunicarse mejor con sus familiares, interactuar de manera respetuosa con sus pares (tanto del mismo sexo como del sexo opuesto) y pueden expresar amor e intimidad de una manera apropiada.

Dependiendo de sus niveles de desarrollo, se puede observar las siguientes características de una sexualidad saludable en nuestros usuarios adolescentes:

- Comportamientos sexuales saludables
- Percepción saludable del propio cuerpo
- Promoción de la salud
- Respeto hacia otros miembros de la sociedad

### ***Comportamientos sexuales saludables***

Expresan su sexualidad de manera consistente con sus valores y entienden las consecuencias de su comportamiento sexual. Esto implica evitar las relaciones sexuales antes de estar emocionalmente preparado para ello y utilizar protección una vez que se inician sexualmente para prevenir embarazos no deseados y evitar el contagio de ITS/SIDA.

### ***Percepción saludable del propio cuerpo***

Deben apreciar y entender su propio cuerpo. Es importante que estén informados sobre los cambios que ocurren en este período de sus vidas (físicos, emocionales y cognitivos) y que los acepten como parte del proceso de maduración, por ejemplo aceptar con naturalidad la llegada de la menstruación. Esta apreciación puede llevar a un aumento en autoestima.

### ***Promoción de la salud***

Postergan la etapa de iniciación sexual o de lo contrario practican comportamientos preventivos de salud tales como el uso de métodos anticonceptivos para evitar embarazos no deseados y la protección para las ITS/SIDA. También creen que las mujeres y los hombres tienen los mismos derechos y responsabilidades en las relaciones amorosas y sexuales.

### ***Respeto hacia otros miembros de la sociedad***

Demuestran respeto hacia personas que tienen diferentes valores sexuales. Rechazan estereotipos sobre la sexualidad de otros grupos poblacionales. Evitan comportamientos que demuestran intolerancia o prejuicios.

## **SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA**

La salud sexual y reproductiva es un derecho humano tanto de los adolescentes como de los adultos. Este derecho incluye la consejería, el consentimiento informado, el acceso a servicios de salud, educación, igualdad, confidencialidad y seguridad. Revisemos estos dos conceptos importantes.

### **¿Qué es salud sexual?**

La salud sexual forma parte del ser humano y se refiere al estado de bienestar de hombres y mujeres para tener una vida sexual placentera y segura. Gozar de una vida sexual segura y satisfactoria es un derecho tanto de mujeres como de hombres. La salud sexual es importante porque nos permite tomar medidas preventivas para disminuir problemas como embarazos no deseados e infecciones transmitidas sexualmente.

### **¿Qué es salud reproductiva?**

La salud reproductiva supone un estado de completo bienestar físico, mental y social en lo que respecta a todo lo relacionado con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos, y no simplemente a la ausencia de enfermedad o debilidad. La salud reproductiva implica la

capacidad para disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, y decidir libremente cuándo tener descendencia.

### **¿Cómo se relacionan la salud sexual y la salud reproductiva?**

Actualmente se habla de la integración de la salud sexual y de la salud reproductiva, convergiendo en un concepto integrador el de Salud Sexual y Reproductiva.

La salud sexual y reproductiva es la posibilidad del ser humano de tener relaciones sexuales enriquecedoras sin coerción y sin temor de infección ni de un embarazo no deseado; de poder regular la fecundidad sin riesgos de efectos secundarios desagradables o peligrosos; de tener un embarazo y parto seguro, y de tener y criar hijos saludables.

Estos conceptos sustentan el derecho del hombre y de la mujer, de adultos y adolescentes, a obtener información, educación, consejería, servicios de calidad, incluyendo el acceso a métodos anticonceptivos para adolescentes.

El cuidado de la salud sexual y reproductiva deberá promover un cambio de actitudes y conductas tanto de los adultos que están en interacción directa con los jóvenes, como de los propios jóvenes. Este cambio de actitud deberá estar acompañado de una apropiación de lo que significa el auto-cuidado, relaciones equitativas entre los adolescentes, y de la forma en que se previenen situaciones de riesgo como son: los embarazos, el VIH/SIDA, el abuso y explotación sexual, entre otros.