

**E N L A C E**

---

**EN LA COMUNIDAD ENCUENTRO A.C.**

**DIPLOMADO EN**

---

**ORIENTACION FAMILIAR**

---

**PARA MAESTROS**

## **COORDINACIÓN**

**E N L A C E**

En La Comunidad Encuentro, A.C.

## **COLABORADORES:**

Sra. Alejandra Kawage de Quintana.  
Sra. Paz Gutiérrez de Fernández Cueto.  
Lic. Rebeca Reynaud Morales.  
Psic. María Llano de Orozco .  
Lic. Dolores Martínez Parente.

## **ASESOR PEDAGÓGICO: (S.E.P.)**

Dra. Marcela Chavarría Olarte.

## **DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN:**

Lourdes Dávila Lozano.  
Beatriz Finkelstein.

## **REALIZACIÓN:**

Fernández Cueto Editores S.A. de C.V.

# **EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD**

---

1. Sexualidad en el matrimonio
2. Etapas en la educación de la sexualidad
3. El SIDA y la educación de los adolescentes
4. Los estudiantes y la sexualidad

## EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD

### I. **SEXUALIDAD EN EL MATRIMONIO**

A. Objetivo Profundizar en el conocimiento de la naturaleza de la sexualidad humana, para respetarse y vivir en armonía con nuestra dignidad como personas.

B. Esquema de apoyo didáctico Esquema Núm. 1

C. Desarrollo del tema (50 min) Sexualidad en el matrimonio

1. La unión de los cuerpos
2. Distintos pero complementarios
3. Sentido de complementariedad hombre-mujer
4. Ausencia de una adecuada educación sexual
5. Sexualidad al servicio de la vida y del amor
6. La unión de los cuerpos expresión de don recíproco
7. Conclusión

Descanso (10 min)

D. Trabajo en equipo (20 min) Cada equipo leerá uno de los incisos a los que se refiere la nota; mediante la técnica de “lluvia de ideas” se centrarán las ideas más importantes dirigidas por el expositor.

E. Sesión plenaria (10 min) Sesión plenaria que favorezca la obtención de conclusiones.

## B. ESQUEMA DE APOYO DIDÁCTICO

ESQUEMA NÚM. 1

### DIFERENCIAS ENTRE VARÓN Y MUJER

HOMBRE	MUJER
<b>MUNDO ANATÓMICO</b>	
Su aparato reproductor es externo	Su aparato reproductor es interno y ocupa la cavidad pelviana.
<b>MUNDO PSÍQUICO</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Masculinidad</li><li>• Tiende a hacer de sí mismo el centro</li><li>• Razona deductivamente</li><li>• Tiene visión de conjunto</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Femenidad</li><li>• Tiende a poner su centro de sí misma</li><li>• Razona deductivamente</li><li>• Otras veces capta de golpe lo que sucede a otras personas</li></ul>
<b>MUNDO AFECTIVO</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Busca amar y ser amado</li><li>• Más actividad que pasividad (conquista)</li><li>• Más inclinado al amor físico</li><li>• Protege a su familia</li><li>• Se fija en lo global</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Puede amar y ser amada</li><li>• Más pasividad que actividad (atrae)</li><li>• Más inclinada al afecto, al sentimiento</li><li>• Tiende al ser humano, a su realización</li><li>• Se fija en los detalles</li></ul>

### C1. LA UNIÓN DE LOS CUERPOS<sup>1</sup>

Nos encontramos en la esfera más íntima de la vida matrimonial: la de la unión de los cuerpos. Unión que distingue el amor conyugal de todos los otros amores. Unión indispensable para que el fin de la procreación pueda ser alcanzado, e importantísima para que logre su plenitud el amor entre los esposos.

Contemplemos al hombre y a la mujer: observaremos que, con vistas a su unión, son distintos en el campo fisiológico. Gregorio Marañón, en su obra Ensayos sobre la vida

<sup>1</sup> Cfr.: RIESGO, Luis y otros. La familia ahora, cap. V, ed. Rialp, Madrid 1980.

sexual, nos describe así esas diferencias:

“El aparato reproductor del varón es proporcionalmente de poca magnitud, y en su casi totalidad externo y como sobreañadido a la arquitectura general del individuo. En la mujer, por el contrario, este aparato alcanza una masa considerable, ocupando casi totalmente una de las grandes cavidades del tronco, la cavidad pelviana; y aún tiene lejos de ésta dos órganos accesorios, las mamas, que tanto contribuyen al pergeño de los sexos, y que tanta trascendencia adquieren en la vida de la mujer normal.

Estas diferencias fundamentales en la anatomía nos indican ya la distinta importancia que la correspondiente función sexual primaria ha de tener en cada una de las dos mitades del género humano. La función sexual primaria es, en efecto, en el hombre breve y pasajera. La cópula con la mujer puede durar tan sólo unos minutos -tal vez menos de uno-, que sobran, sin embargo, para que el varón cumpla íntegramente esta función fundamental. Pero en la mujer esos minutos no son sino el comienzo de una larga serie de fenómenos complicados y molestos, en cuyos largos meses de transcurso todo el organismo materno, hasta la última de sus células, se modifica profundamente, para culminar en el trance doloroso del alumbramiento y para seguir con el período dilatado de la lactancia, durante el cual desde las más altas a las más menudas actividades vegetativas convergen a la conservación y auge del recién nacido.

Cuando contemplamos al hombre y a la mujer en el plano de ciertas actividades intelectuales y sociales, podemos hablar de la igualdad de los sexos, pero vistos uno y otra con los ojos del naturalista, se percibe la fundamental diferencia que los separa. Fundamental en sentido estricto, porque afecta a las raíces más hondas de sus organizaciones respectivas”<sup>2</sup>.

## **C2. DISTINTOS PERO COMPLEMENTARIOS**

Profundas diferencias, pues, de orden fisiológico. Pero las diferencias se dan también en su mundo psíquico. El hombre es egocéntrico, inclinado a hacer de su persona el centro de la vida; la mujer es alterocéntrica: todo su ser le lleva a salir de sí misma para entregarse a una persona o una causa. Por eso en ella la abnegación encuentra fácil acogida y el egoísmo parece menos disculpable.

Y las diferencias se dan en el campo intelectual. La manera de conocer del hombre es, por lo general, más especulativa: reflexiona, calcula, deduce conclusiones, toma vistas de conjunto... La mujer, por el contrario, suele adivinar por el corazón y la sensibilidad mucho más de lo que comprende la simple inteligencia. Ella posee esa maravillosa facultad -la intuición- que le permite adentrarse en el interior de los demás, ponerse en el lugar del otro y adivinar sus sentimientos y deseos. Por supuesto, ni la intuición es completamente ajena al hombre, ni el razonamiento deductivo ajeno a la

---

<sup>2</sup> MARAÑÓN, G.: Ensayos sobre la vida sexual. Espasa-Calpe, Madrid, 1960, págs. 29-30.

mujer; pero cada sexo tiene su manera predominante de llegar a la verdad.

Y las diferencias se dan, asimismo, en el campo de la imaginación, de la sensibilidad y del mundo afectivo. El hombre y la mujer no aman de la misma manera. En principio, el amor de la mujer, es más bien pasivo, consiste esencialmente en recibir, en ser conquistada. No raras veces hará como que juega al escondite con el amor y simulará querer escapar para de esa manera estimular el deseo de conquista del varón. Sin embargo, posteriormente demuestra una inmensa capacidad de entrega.

Vemos, pues, que el hombre y la mujer no sólo son distintos en el campo de lo fisiológico -o, más exactamente, de lo genital-, sino que sus diferencias se extienden a todas sus actividades psíquicas, intelectuales y afectivas. Tiene razón Nietzsche cuando afirma que la diferencia de los sexos impregna todo el ser humano, penetrando hasta lo más elevado de su espíritu. Toda manifestación de la vida, del corazón y de la inteligencia -dice- está sometida al influjo de esa diferencia, siendo masculina en el hombre y femenina en la mujer.

Este doble aspecto de igualdad y desigualdad es lo que hace factible y enriquecedora la unión del hombre y la mujer. Por cuanto tienen de común fácilmente se comprenden, se complementan, hablan un mismo lenguaje. Por cuanto tienen de diferente no sólo están en condiciones de cumplir cada uno la misión que le es propia, sino de hacer más profunda su unión al entrelazar sus caracteres y al complementarse mutuamente recibiendo el uno del otro aquello de que carece.

Pero detengámonos un momento en la consideración del sentido de esta complementariedad.

### **C3. SENTIDO DE COMPLEMENTARIEDAD HOMBRE-MUJER**

Ahora bien -y con esto desembocamos en un punto clave del asunto que nos ocupa: el cumplimiento de la misión específica de cada sexo exige la unión previa de ambos. Unión de sus vidas y de sus destinos, unión de sus almas y de sus cuerpos. En la mujer, es obvio, es necesaria esa unión para alcanzar la maternidad.

En el hombre, gracias a la unión física y espiritual, cumplirá mejor su misión de jefe -de persona que lucha y se abre camino para él y los suyos- al sentir apaciguadas sus pasiones y lleno de gozo su espíritu por el amor de la mujer y llena de sentido su actividad por un hogar en el que una esposa y unos hijos esperan.

Por otra parte, observemos cómo en el varón y en la mujer las debilidades de uno encuentran su contrapartida en las perfecciones del otro, al mismo tiempo que lo que en uno está en potencia se convierte en acto por las exigencias del otro. El varón, por ejemplo, para proteger a la mujer que quiere, se hará más fuerte -rasgo típico suyo que perfecciona-, pero al mismo tiempo, y en su relación con ella, se hará más delicado -valor más propio de la mujer y que en él permanecía latente-. Y la mujer, cuando como fruto de la unión con el hombre se hace madre, llegará a maravillosos extremos de

abnegación rasgo típico femenino que perfecciona-; pero al mismo tiempo, y para proteger a su hijo, florecerá en ella una extraordinaria fortaleza, virtud más propia del varón.

Queda, pues, bien claro que cada uno de los sexos, tanto en el terreno fisiológico como en el psíquico y en el vocacional, clama por el contrario. Es todo su ser, su naturaleza física y espiritual, la que está pidiendo la entrega del uno al otro. Todo lo cual nace de esa esencial limitación del varón y la mujer, que, se realizan y perfeccionan con la mutua unión. Unión engendradora de nuevos seres. Y es que el hombre -entendido como varón y mujer-, ese ser que parece bastarse a sí mismo, que es sin duda superior a los demás seres y a cuyo servicio están todas las formas de agrupación, es, si bien lo miramos, un ser indigente que busca en la unión conyugal -hablamos siempre en el plano natural su perfecta realización constituyendo el matrimonio, unidad de asociación que le trasciende como individuo.

“La sexualidad -escribe Leclercq- ha sido estudiada en nuestros días más que en cualquier época. Estos estudios han subrayado la repercusión del sexo en el conjunto de la personalidad, no sólo física, sino también intelectual y moral; y han hecho notar también hasta qué extremo el varón y la mujer se complementan el uno al otro desde todos los puntos de vista”<sup>3</sup>.

#### **C4. AUSENCIA DE UNA ADECUADA EDUCACIÓN SEXUAL**

“El hombre está más inclinado al amor físico en el sentido corriente de la palabra. Se diría que el instinto sexual está en él más desarrollado. La mujer tiene más necesidades afectivas. El hombre pide el placer; la mujer pide señales de afecto y caricias que lo expresan. Por no advertir bastante esta diferencia, se produce muchas veces la desavenencia entre los esposos. La mujer acusa al hombre de rudo, el hombre acusa a la mujer de sentimental. La mujer sufre a veces con las exigencias sexuales del hombre; el hombre se irrita al ver que ella reclama unas muestras de afecto cuya utilidad no ve”<sup>4</sup>.

##### **ERRORES FUNDAMENTALES:**

Quizá el primer error, más extendido de lo que se piensa -aun hoy en día- en relación con la vida sexual en el matrimonio, es el de quiénes la consideran no como lo que es: algo bueno en sí, sino como una concesión al instinto. Siendo prueba de ello la explicación de que la satisfacción del apetito sexual queda legitimada mediante el

---

<sup>3</sup> Cfr. LECLERCQ, J., La familia, ed. Herder, Barcelona 1962, pág. 19.

<sup>4</sup> LECLERCQ, J., op. cit., pág. 128.



matrimonio, en lugar de decir al revés, esto es: que por estar destinado el acto conyugal a ser expresión de una unión sublime y a dar plenitud al amor de los esposos, se convierte en algo incorrecto tan pronto queda aislado del amor conyugal.

#### A) Puritanismo

1. Durante mucho tiempo se ha considerado la unión física en el amor conyugal como un mal que se tolera, en lugar de una fuente de bienes. Podría buscarse la razón de tan incorrecta actitud en un mal entendido espíritu de sacrificio que lleva a algunos a considerar negativo lo que es motivo de gozo para el cuerpo, olvidando que ese gozo constituye un medio de gran valor para que a través de la unión física se profundice y perfeccione la unión espiritual afectiva, intelectual de los esposos.
2. Consecuencias de esa mentalidad deformada son: la falta de confianza entre los cónyuges en estas materias, la vergüenza con que la esposa, no pocas veces, rodea la unión física, unión que debería concederle una plenitud en el placer, difícilmente compatible con resistencias, con la falta de una activa colaboración de todo su ser al entregarse, por lo que allí tienen su puesto no sólo el contacto genital, sino también todos los sentidos: vista, oído, tacto...  
Limitar a un solo aspecto las posibilidades de la entrega es empobrecer la vivencia de algo honesto, y que es medio principalísimo para fomentar la unión en el matrimonio. Unión que, innecesario es decirlo, puede perfeccionarse también en los períodos de continencia, por ejemplo, después de un parto, durante una enfermedad, etc.

#### B) Idolatría Del Placer

Pero si es peligrosa la actitud excesivamente puritana en relación con la vida sexual en el matrimonio, no lo es menos aquella que, llevando las cosas al extremo opuesto, considera como único valor el placer sexual y a él lo subordina todo, sin caer en la cuenta en lo más íntimo y misterioso del ser humano y su sexualidad. Una mentalidad así, desconoce tan radicalmente el sentido y naturaleza de la esfera sexual que hace imposible entender el significado e importancia del acto conyugal como expresión y plenitud del amor de los esposos y de su íntima entrega personal.

El acto matrimonial -más aún que en la mentalidad puritana- pierde todo su valor y dignidad, pues el placer queda desvinculado de su función de servicio a la unión amorosa y se convierte en un fin en sí mismo, con lo que se ve privado de toda su profundidad.

Nos encontramos, pues, muy frecuentemente, con una verdadera idolatría de la vida

sexual, especialmente en las generaciones más jóvenes, afanosas por descubrir nuevas técnicas para el placer. Idolatría que trata de buscar razones en las que apoyarse con la idea, tan extendida por el psicoanálisis, de que las represiones del instinto desembocan en la neurosis y de que, por medio de la libido -que es al instinto sexual lo que el apetito es al instinto de comer-, la sexualidad se extiende a todos los campos, lo explica todo y “viene a ser uno de los factores más importantes para los avances de la civilización”.

Aunque es real el peligro de un pudor excesivo, no caigamos en el extremo opuesto, en la posición, tan frecuente hoy día, de la refinada búsqueda de nuevas técnicas de placer, que llega a hacer de la unión conyugal algo falto de naturalidad y de contenido profundo.

## **EL VERDADERO AMOR CONYUGAL ES LA AUTÉNTICA FUENTE DEL PLACER**

Algunos quisieran alegar que la dicha en el matrimonio está en razón directa con el mutuo goce en las relaciones conyugales. No, la dicha en el matrimonio está por el contrario, en razón directa del mutuo respeto entre los esposos, hasta en sus relaciones íntimas. Porque este respeto, y la mutua estima que engendra, es uno de los elementos más sólidos del amor y por esto mismo más entrañable.

El placer -que es importante- ha desembocado en la idolatría, en la obsesión por su búsqueda, con olvido de otros valores que le dan su más profundo sentido: el hondo cariño, el personal sacrificio por el bien del otro, la delicadeza, la adaptación a las personales características del varón o la mujer, etc. Nada más lejos de la verdad que pensar que la unión sexual es el único medio de expresar y fomentar el amor.

La idolatría del placer, desbordando el marco de la intimidad conyugal, desemboca en esa serie de anormalidades que se descubren en nuestra sociedad tanto antes del matrimonio como una vez contraído éste:

- La masturbación, que se defiende como algo beneficioso para el joven, “con tal de que no abuse”;
- las relaciones sexuales prematrimoniales, que se propugnan como medio de conseguir experiencia en este campo de la sexualidad, aunque en realidad sólo esconden el afán de placer y la falta de autodominio;
- el aborto, en que se desemboca fácilmente cuando -pese a todas las técnicas- la concepción se produce y no hay valor suficiente para recibir ese hijo que no se esperaba;
- el homosexualismo, que busca el placer por caminos anormales.

Se impone, pues, la superación de las posiciones extremas, dando a la unión de los cuerpos todo su valor y fuerza enriquecedora, y, a la vez, defendiendo y respetando la orientación más correcta en relación con esos puntos que constituyen la salvaguarda del amor:

- Pureza de los jóvenes, frente a la masturbación; el autoerotismo no puede conducir al amor pleno;
- respeto mutuo a lo largo del período de noviazgo, frente a las relaciones prematrimoniales;
- indisolubilidad, frente al divorcio destructor de tantos hogares y gravísimo daño para los hijos;
- respeto a la vida, frente al aborto que -como lacra de la humanidad- destruye tantas vidas;
- virilidad y feminidad, en toda su plenitud, orientada al sexo complementario y no fijada en una neutralidad sexual que hace perder identidad y facilita el homosexualismo que va contra la naturaleza.

#### **C5. SEXUALIDAD AL SERVICIO DE LA VIDA Y DEL AMOR**

Con variaciones accidentales según las circunstancias, el temperamento y las características personales de los cónyuges, a esas dos posiciones extremas –puritanismo o idolatría de los sexual- se pueden reducir las muy variadas posiciones que son consecuencia, en gran parte al menos, de no poseer ideas claras sobre cuál es el verdadero fin de la unión conyugal, fin que tiene un doble aspecto: la fecundidad y el amor.

##### A) Al servicio de la vida

El matrimonio y el amor conyugal están ordenados por su propia naturaleza a la procreación y educación de los hijos. Los hijos son, sin duda, el don más excelente del matrimonio y contribuyen de sobremanera al bien de los propios padres.

##### B) Al servicio del amor

Pero con ser importante este aspecto de la fecundidad, no lo es todo. A los cuerpos de los esposos, la naturaleza los dotó de los correspondientes órganos que hicieran posible esa unión. Y de la misma manera que se nos ha dado la voz para expresar nuestros pensamientos, se nos han sido dados los órganos genitales no sólo para cooperar con la perpetuación de la especie humana, sino también para responder a los deseos de unión total de los cónyuges.

Es la misma naturaleza quien ha establecido que, en el ejercicio de la función generativa, experimenten los esposos un placer y satisfacción de su ser total. Por tanto, los esposos hacen bien en buscar ese placer y gozar de él. Aceptan lo que la naturaleza les ha destinado. No obstante, también aquí, los esposos deben saber mantenerse dentro de los límites de una justa moderación.

Escribe Dante: lo que aquí, igual que en todos los gestos del amor, lo cambia todo y hace que unos gestos muy “físicos” y muy “sexuales” puedan dar lugar a auténticas y profundas satisfacciones de orden espiritual, a verdaderas alegrías humanas, es el amor que “impregnado toda la vida de los esposos resulta capaz de enriquecer con una dignidad especial las expresiones del cuerpo y del espíritu, y de ennoblecerlas como elementos y señales específicas de la amistad conyugal”.

Servicio a la vida y servicio al amor: dos realidades que no deben separarse y que mutuamente se necesitan. Porque ni habrá ambiente idóneo para la procreación y educación de los hijos si no hay amor conyugal -que alcanza su expresión más visible en la unión física- ni el amor conyugal y el mismo matrimonio pueden concebirse en su modo de ser propio sin su natural ordenación al amoroso despertar y desarrollo de nuevas vidas a través precisamente de esa unión.

## **EL AMOR SEXUAL IMPREGNADO DE TERNURA ES LA EXPRESIÓN DEL LENGUAJE CONYUGAL**

### **C6. LA UNIÓN DE LOS CUERPOS. EXPRESIÓN DE DON RECÍPROCO**

A la vista de cuanto llevamos expuesto se vislumbra la grandeza del acto conyugal. Los esposos se hacen en él entrega de los que les es más íntimo y se proporcionan mutuamente el éxtasis de una felicidad sublime. Al mismo tiempo se afianza en cada uno de ellos su condición de varón o de mujer al sentirse deseados por el mismo hecho de serlo. Si a todo ello añadimos que en esa unión física va implícito:

- El reconocimiento de los valores del propio sexo,
- la confianza de la máxima intimidad compartida,
- la alegría del mutuo abandono,
- la posibilidad de prolongarse en una nueva vida,
- la plenitud del placer mutuamente ofrecido,
- la paz de la entrega realizada,

comprenderemos por qué podemos considerar al acto conyugal como la más bella expresión del don recíproco y del amor de los esposos. Pero, a la vez que expresión, es

también perfeccionamiento de ese don y de ese amor. La vida íntima conyugal va creando entre los esposos lazos profundísimos de dependencia espiritual y corporal, establece entre ambos motivos de atracción que ayudan a superar los roces y tensiones que la vida diaria comporta, predispone a los corazones para una mayor sinceridad, despierta sentimientos insospechados de ternura, vuelve fuerte al débil y delicado al que parecía fuerte.

**EN EL MATRIMONIO, EL CUERPO EXPRESA,  
EN EL ACTO SEXUAL LA UNIÓN ÍNTIMA Y TOTAL DE  
LOS ESPOSOS; ACTUALIZA LA ENTREGA**

#### **C7. CONCLUSIÓN**

Importa mucho no hacer de la satisfacción sexual el único centro del amor matrimonial, ni aun en los años en que la atracción es más fuerte. Porque la intimidad de las personas totales en todas sus manifestaciones debe prevalecer siempre.

De esta forma, claras las ideas en relación con el tema de la unión física y situado en su justo puesto el valor de la misma, se nos abre un horizonte luminoso en este aspecto de la mutua entrega del hombre y de la mujer que, volvemos a insistir, tiene una importancia de primer orden en la vida matrimonial. A la luz de lo dicho, estamos ya en condiciones de comprender mejor el sentido de la siguiente frase:

**LA UNIÓN DEL HOMBRE Y DE LA MUJER,  
EN EL EJERCICIO DE LA VIDA CONYUGAL,  
EXPRESA Y PERFECCIONA EL DON RECÍPROCO  
Y EL AMOR MUTUO**

## EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD

### II.

## ETAPAS EN LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD

A. Objetivo Obtener argumentos claros y adecuados a cada edad en relación con la educación de la sexualidad.

B. Esquema de apoyo didáctico Esquema Núm. 1

C. Desarrollo del tema (50 min) Etapas en la educación de la sexualidad

1. Madurez sexual
  - A) Etapa de indiferenciación
  - B) El descubrimiento de la diferenciación social del sexo de las personas
  - C) La edad de los por qué
  - D) Tercera infancia
  - E) Pubertad y adolescencia
  - F) Descubrimiento del sexo
  - G) La tipificación del atractivo
  - H) La personalización de la inclinación sexual
2. El porqué de la educación de la sexualidad

Descanso (10 min)

D. Trabajo en equipo (20 min) Lectura, análisis y discusión del caso: "Florentina"

E. Sesión plenaria (10 min) Sesión plenaria para conclusiones, con base en las aportaciones de los equipos.

## **B. ESQUEMA DE APOYO DIDÁCTICO**

### ESQUEMA NÚM. 1

Etapas en la educación de la sexualidad:

Recién nacido:	Como carece de casi todos los conocimientos, el sujeto no sabe si es hombre o mujer. Los que lo ven arropado, tampoco lo saben, ya que los hombres y mujeres se parecen.
Alrededor del: 3er. año de vida	El sujeto sabe que es niño o niña sobre todo por un conocimiento de vida tipo social y por la manera en que se le trata.
De 3 a 6 años:	Edad de los “¿por qué?”. Hay que responder a sus preguntas precisas.
De 6 a 10 años:	Explicar el concepto del matrimonio y de familia y contestar a lo que preguntan. Se ha de informar sobre el origen de la vida con naturalidad.
De 11 a 13 años:	Les llama la atención el sexo opuesto. No hay selectividad, simplemente les atrae. Hablarles de cambios físicos y psicológicos, explicarles la menstruación y las poluciones nocturnas. Exponer los beneficios de la abstinencia sexual durante la soltería, como una forma de prepararse para el amor; como un modo de fortalecer el carácter y de evitar enfermedades y problemas.
De 16 y 17 años:	Aumenta el interés por el sexo opuesto pero ya sabe elegir; tiene sus gustos más definidos. Hay una curiosidad natural por saber más sobre las diferencias entre hombre y mujer.
De 20 a 23 años:	La maduración física y psíquica permiten saber con mayor seguridad lo que se quiere. Se llega a establecer una relación más estable entre el varón y la mujer.

## **C1. MADUREZ SEXUAL<sup>1</sup>**

Madurez no significa capacidad de reaccionar biológica o emocionalmente a nuestros instintos. De tal manera que la sexualidad cumpla efectivamente con los fines que le son propios, en orden a la complementariedad, a la procreación y a la realización del amor específicamente humanos.

**MADUREZ SIGNIFICA CAPACIDAD DE GOBERNAR  
LOS IMPULSOS BIOLÓGICOS A TRAVÉS DE LA RAZÓN  
CONFORME A LA DIGNIDAD HUMANA**

A la desorientación nacida de falsos planteamientos de la sexualidad humana, viene a añadirse tanto la acción de intereses comerciales, que en beneficio de unos cuantos, explotan las tendencias sexuales para erotizar -una de tantas maneras de manipular- a la sociedad, como el desprecio de las virtudes humanas, lo cual parte del falso concepto materialista, de la vida.

En el proceso de maduración sexual, se pueden distinguir varios factores que normalmente se manifiestan en sucesivas etapas:

### **A) ETAPA DE INDIFERENCIACIÓN**

Cuando un ser humano es recién nacido no sabe siquiera que es hombre o que es mujer. Y es todo un hombre o toda una mujer, pero su sexualidad le es completamente indiferente, no sabe que pertenece al sexo masculino o al femenino.

### **B) EL DESCUBRIMIENTO DE LA DIFERENCIACIÓN SOCIAL DEL SEXO DE LAS PERSONAS**

Este descubrimiento suele acontecer alrededor del tercer año de vida del niño. No se trata de un conocimiento propiamente sexual, sino más bien de un conocimiento de tipo social, por el que se da cuenta de que hay niños y niñas, hombres y mujeres, y de que el ser niño o niña implica un modo diferente de estar y de vivir; comportamientos distintos.

Se puede aprovechar esta edad para empezarles a hablar sobre el origen de la vida, explicándoles que al principio los bebés se encuentran guardados en una especie de “cuna” que las madres tienen en su cuerpo, es una radical verdad que satisfará la curiosidad de los niños a esas edades, y constituirá el punto de arranque para conversaciones posteriores, en las que se traduce el cariño que les tienen sus padres.

---

<sup>1</sup> Cfr. GARCIA HOZ, V., Educación de la sexualidad, ed. Rialp.



### C) LA EDAD DE LOS POR QUÉ

Ocurre generalmente entre los tres y seis años, de acuerdo a la natural madurez psicológica de los niños, en la que hay que saber contestar fundamentalmente a las preguntas:

- ¿cómo salí?
- ¿cómo llegué ahí?

En la medida y momentos en los que cada niño pregunte, hay que responder. Hay niños que no preguntan; hay que observarlos y hablar de todas maneras con ellos. Hay mucha información y desinformación y muchas imágenes sobre sexualidad en el ambiente, que hacen necesario que los padres se adelanten, para evitar deformaciones en este sentido.

**MÁS VALE LLEGAR UN DÍA ANTES,  
QUE UN DÍA DESPUÉS**

Si pregunta:

-¿Cómo es que “salen los bebés de allí?”

Se les podrá contestar -por supuesto, cada quien lo hará con sus propias palabras-, que llegado el momento, cuando los hijos ya están completamente formados, sienten los deseos de conocer a sus padres y que sus padres desean intensamente saber cómo es su hijo, entonces el cuerpo de la madre se dispone a su nacimiento, abriéndose poco a poco un orificio que permitirá la salida del niño y que se cerrará luego, recuperando su estado normal.

Si el niño preguntara: ¿y por dónde nace?, se le podrá contestar, que en un lugar muy protegido entre las piernas de su mamá. Si se interesa por si “le dolió a la mamá”, decir que sí, o que un poco, pero que en ese momento lo que pudiera doler no importaba, porque él estaba naciendo y por el gran amor que siempre sintieron y sentirán por él.

**LA DELICADEZA, EL CARIÑO SON EL MARCO  
ADECUADO DE LA INFORMACIÓN SEXUAL**

#### D) TERCERA INFANCIA

Más adelante, entre los seis y los diez años, se les puede hablar, a la medida de su interés y su capacidad de comprensión, de la participación del padre, quien deposita en la madre una "semilla" -que en el diccionario quiere decir semen-, en el mismo sitio por donde nacerá después el hijo. Si en ese momento la madre posee una célula especial -óvulo-, la semilla del padre -espermatozoide- se unirá a ella, dando lugar al hijo.

Los padres se convierten así, en procreadores, ya que al unirse íntimamente, están colaborando en la realización de una nueva vida.

La idea del matrimonio entonces, puede ser fácilmente explicada a los niños. Explicando, también con claridad, pero con firmeza, que cuando fuera del matrimonio, un varón se une con una mujer que no es su esposa, le causa un grave daño a esa mujer, a su esposa, a sí mismo, a su familia y a la sociedad.

Van pasando los años, va creciendo el organismo, y junto con él va creciendo el aparato que reproduce la vida.

#### E) PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

Alrededor de los 11 años cuando las glándulas sexuales en el hombre y en la mujer, han adquirido un mínimo de tamaño, empiezan a responder a estímulos que el sistema nervioso central le envía a través de la sangre a esas glándulas, que aumentan su producción hormonal y estimulan el crecimiento y maduración del aparato reproductor.

Los receptores de las hormonas que están distribuidos en todo el cuerpo, van a responder de acuerdo a la función que cumplen. En el sistema nervioso hay receptores a las hormonas sexuales que se producen en las mujeres en los ovarios, y en los hombres en los testículos.

Entonces el sistema nervioso empieza a tener la influencia de esas hormonas en la psicología de las personas. Y la sexualidad se despierta y tiene un proceso de maduración.

Al principio un jovencito de 12, 14 años siente impulso hacia el sexo femenino pero sin selectividad. Le llama la atención el sexo femenino pero de una manera general. De la misma manera sucede a las niñas. Después ambos adquieren una curiosidad sana, bien ordenada, sobre las características del otro sexo tanto físicas, constitucionales, como conductuales, caracterológicas, intelectuales.

A los jóvenes alrededor de los 12 años les empiezan a salir el bigote, barba, vello corporal y púbico y los demás caracteres sexuales secundarios masculinos.

Por lo que habrá que explicarles que cuando los depósitos ya no pueden acumular más, espontáneamente el líquido seminal sale al exterior, que es lo que conoce como poluciones nocturnas. Además fomentar en ellos el sentido de la responsabilidad en su fuerza de engendrar. El valor de ser hombre.

Las niñas empiezan a menstruar alrededor de esta edad, debido también a la madurez fisiológica. A las niñas habrá que explicarles la menstruación; y todos los cambios físicos y psicológicos que les ocurrirán.

En los ovarios existen, desde el nacimiento de la niña, todos aquellos folículos primordiales que madurarán posteriormente. En uno de los ovarios se va preparando uno de los folículos, que irá creciendo hasta alcanzar su completa maduración, formando el folículo de Graf, el cual, generalmente, a la mitad del ciclo menstrual, se rompe y deja en libertad al óvulo que se encontraba en su interior. A este fenómeno se le conoce como ovulación. El óvulo en seguida, es tomado por el pabellón de la trompa de Falopio correspondiente y, es llevado a su interior, donde puede ser fecundado, si es que ha ocurrido oportunamente un acto conyugal; entonces sólo uno de los millones de espermatozoides eyaculados, alcanzará al óvulo y lo fecundará, formándose desde ese momento un nuevo ser humano; los demás espermatozoides se destruyen. El sexo del nuevo ser se determina en el momento de la concepción.

Cuando no hay fecundación, el óvulo y la capa especial de tejido se desprenden del útero y salen del cuerpo a través de la vagina en forma de sangrado, el cual puede durar entre dos y siete días de cada mes. La alegría de su feminidad y el privilegio de ser madre; deben rodear las explicaciones fisiológicas.

También convendría explicarles -tanto a los niños como a las niñas-, los inconvenientes de la masturbación. La masturbación es la excitación voluntaria de los órganos genitales a fin de obtener un placer venéreo. Es un acto equivocado que además llega a producir trastornos físicos y psicológicos. Los órganos sexuales no fueron creados para usarse de manera solitaria sino en la cooperación con un miembro del sexo opuesto. El autoerotismo no puede conducir al verdadero amor.

La educación sexual ha de ser clara. Que el niño no se quede, después de que se le haya hablado, con más dudas de las que antes tenía. La ignorancia no es buena. Puede ser, incluso, causa de problemas al llegar el matrimonio.

La educación sexual ha de ser gradual y completa. El conocimiento sexual ha de ir adquiriéndose paulatinamente al compás del desarrollo corporal, intelectual y afectivo del niño hasta el momento del matrimonio. De ese modo irá evolucionando armónicamente toda la personalidad, primero del niño y después del adolescente.

En la niñez se da la identificación con el propio sexo, que es importante para reconocer y aceptar lo que se es -lo cual es dado, no deseado-, es decir, varón o mujer. Esto ayuda a la propia identidad. No puede existir una verdadera identidad, mientras no aceptemos nuestra propia sexualidad. Esto explica el que a los 6, 8 años los niños prefieran estar con otros niños y las niñas con otras niñas; es más les molesta a los niños que les digan niñas y viceversa. Todo esto obedece al conocimiento natural de quién soy y cómo soy.

El descubrimiento del sexo en relación con la función generativa y la unión de dos personas sexualmente diferentes es algo que acontece habitualmente cuando se inicia la pubertad. Aunque ya tuvieran la información, esta adquiere un sentido más personal.

## F) DESCUBRIMIENTO DEL SEXO

Entre los 16, 17 años y se ve que hay determinadas características del sexo opuesto que les atraen. Ocurre el descubrimiento del sexo propiamente dicho, como algo propio de cada uno y en él se mezclan, por una parte, el desarrollo de los órganos reproductores, y por la otra, el de los impulsos sexuales, que en sus primeras manifestaciones de desarrollo corporal, llevan al adolescente a una situación de turbación, placer y desconcierto. Es en los momentos en que aparece este fenómeno, cuando los muchachos necesitan más ayuda de los padres, quienes, con toda sencillez y naturalidad, deben hablar con sus hijos de los problemas, del misterio de la vida, y, en general, del sentido de la sexualidad en la vida humana.

Es también el momento de motivarlos a vivir la fortaleza, porque en esta época comienzan las dificultades para actuar debidamente a favor de ellos mismos, a pesar de la manipulación con la que muchas veces se encuentren en el ambiente.

Hablarles de la sexualidad de forma positiva animándolos a un ideal de amor y entrega es la manera de ayudarlos a su maduración sexual.

Conviene considerar el posible riesgo de la masturbación y de relaciones que de algún modo pueden inducir al homosexualismo y a la prostitución. En la adolescencia, experiencias de este tipo pueden dificultar la futura salud sexual: física, afectiva y espiritual.

Surge una curiosidad normal por conocer más sobre las diferencias que específicamente distinguen a cada uno de los sexos y que, si no se satisface en forma debida, puede llegar a transformarse en morbosa, o desviarse hacia la pornografía. El valorar el cuerpo humano, el suyo y el de los demás, como expresión total de la persona, es como debe enfocarse su natural curiosidad.

Habrá que satisfacer esa curiosidad con información suficiente, sin ser excitante. También aquí, podría hablarse de otro problema que influye en la niñez y en la juventud, el de la pornografía, que, en definitiva, persigue sólo la publicidad de la prostitución, es decir, la venta del cuerpo.

En las obras de arte, se exalta la grandeza y la belleza del cuerpo humano, trascendido de sus más altos valores. Por ejemplo: El David de Miguel Ángel.

## G) LA TIPIFICACIÓN DEL ATRACTIVO

Es el comienzo de un proceso selectivo y significa que la atracción que se siente hacia el otro sexo va empezando a tomar forma definida, no para concretarse en una persona, sino más bien en una especie de representación física en virtud de la cual un joven se siente atraído por las mujeres que tienen tales o cuales características (morenas o rubias, altas o bajas) y una jovencita se siente atraída por los muchachos que tienen tales o cuales rasgos. El “donjuanismo” y la “ninfomanía” son los riesgos que

acechan, tras este factor de maduración, cuando se hipertrofia.

Otro riesgo es el de resultar heridos afectivamente, en “noviazgos” prematuros cuando aún no hay un amor personal, sino el deseo de relacionarse con “alguien” del sexo opuesto, con un tipo físico. De ahí la importancia de orientarlos, para que sepan esperar a la siguiente etapa de maduración y mantengan sus relaciones a nivel de amistad, compañerismo, actividades de grupo; más que en “parejitas” que por ser precoces conducen a desilusiones; cuando no a experiencias sexuales intensas pero vacías.

## **EL IDEALIZAR EL AMOR ES UNA ETAPA DE LA MADURACIÓN SEXUAL QUE ES NECESARIO VIVIR**

### H) LA PERSONALIZACIÓN DE LA INCLINACIÓN SEXUAL

Entre los 20 y 22 años, la maduración intelectual, psicológica y física, permite llegar al terreno de la confianza, amar y ser amado con respeto, para hacerse novios y pensar en casarse para establecer una unión exclusiva, definitiva, libremente aceptada, públicamente expresada.

La personalización del amor tiene también un proceso. No se puede empezar por el final, o saltarse aspectos importantes del trato mutuo y de la convivencia, por “sexualizar” prematuramente el noviazgo. Eso impide conocerse, desarrollarse y crea tensiones físicas y psicológicas que lleva a decisiones precipitadas, o a relaciones sexuales previas al matrimonio.

En esta etapa la educación sexual debe centrarse en que los padres colaboren con sus hijos en la formación de la personalidad, en la adquisición de convicciones propias, de ideales de entrega.

Es una etapa importantísima, que se descuida mucho y que es difícil de vivir, especialmente hoy en día, cuando los jóvenes se ven compelidos a un ejercicio prematuro y despersonalizado de la sexualidad.

## **C2. EL POR QUÉ DE LA EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD**

Cuando uno se prepara para casarse debe saber que una de las responsabilidades que se adquieren con la intención de casarse es la procreación y la educación de los hijos.

Para poder procrear y educar se necesita la ayuda mutua de los dos. Un señor solo no va a poder tener hijos, la señora sola tampoco. Entre los dos tendrán que educar a sus hijos, entre los dos serán administradores del dinero para mantener a la familia, ya

sea que lo aporte uno o ambos.

Por lo tanto, la educación de la sexualidad debe ser la ayuda a un sujeto, para que entienda y gobierne su capacidad de vida sexual al servicio del amor a una persona.

Para prevenir, es decir, para evitar ideas equivocadas, actividades incorrectas, es preciso conocer las finalidades de la educación de la sexualidad.

La educación de la sexualidad dentro de un plan ordenado abarcará:

- La maduración de la vida humana, la afectividad,
- al amor verdadero,
- al matrimonio,
- a la familia,
- a la procreación.

Igualmente se debe animar a descubrir que el orden sexual consiste en -governar- los impulsos sexuales a las normas de la vida humana, fortaleciendo la idea clara de que cuando el impulso sexual sigue su capricho y exigencia particular, tiraniza al hombre, convirtiéndolo en esclavo.

También la educación de la sexualidad, se ha de concebir como una orientación positiva que se ofrece a la persona en su lucha por la realización en el amor, tendencia esencial del hombre.

## D. TRABAJO EN EQUIPO

Lectura, análisis y discusión del caso:

“FLORENTINA”<sup>1</sup>

Caso del Perú

Nací en Huancavelica, no recuerdo la fecha. Tengo 36 años. Mi papá y mi mamá vivían juntos. Teníamos una pequeña cantidad de tierra. Éramos seis hermanos, tres mujeres y tres hombres. Con una semana de trabajo comprábamos una medida de comida que consistía en un cajoncito. Esos tiempos fueron tristes.

Si no había lluvias, no había siembra. Si la tierra está seca, por más que aren, el arador no entra en la tierra. Tampoco crece la semilla porque no la moja el barro. Cuando es tiempo de siembra y la lluvia la acompaña, hay buena cosecha.

Cuando yo tenía siete años hubo una hambruna. Se cortó el agua, los animales no tenían qué comer, sólo tallos y palos. La gente padecíamos igualmente, pero ese tiempo pasó.

A los nueve años ingresé al primer año de escuela. Estuve un año. Me gustó; pero mi papá sufría porque no le alcanzaba el dinero para los uniformes y los zapatos. A veces vendían sus animalitos y nos compraban nuestra ropita. Mis papás trabajaban de las siete de la mañana a las cinco de la tarde. Ellos comían a las seis y media.

Papá y mamá nunca nos hablaron del sexo. Éramos más inocentes. Quería preguntarle a mi mamá varias dudas especialmente de los cambios que sufría mi cuerpo, pero no me atrevía. Estaba en soledad.

Un día un muchacho llegó a mi casa, acompañado de su familia, a pedir la mano de mi hermana, que contaba 14 años. En la noche llegaron los familiares y amigos haciendo bulla. Se empezó a hablar. Allí me di cuenta de cómo era todo. Mi mamá no quiso darla en matrimonio. Dijo: “mi hija está muy tierna y nunca la he notado enamorada de su hijo”. Mi hermana decía: “no sé nada; váyanse a su casa”. Más adelante la convencieron y se la llevaron. Comprendí que todos los mayores llegan al matrimonio.

A los 20 años me vine a la capital -a Lima- a ayudar a mi hermana, porque se quedó viuda y con hijos. La mayor parte de mi sueldo se iba en dar de comer a los niños; sacaba también para pagar mi pasaje para ir a la escuela. Era suficiente, pero no sobraba. Aprendí a leer y a escribir en la nocturna. Allí estuve dos años.

Empecé a trabajar en una fábrica. Pintaba muñecos: su pelo, sus ojos, chapitas. Les pegaba sus brazos, piernas y cabeza. Luego los embolsaba y engrapaba. Cada

---

<sup>1</sup> MARCELA CHUECA, “Madres, jefes de hogar. Mujeres en abandono permanente” (Testimonios), Facultad de Trabajo Social de Perú, 1986.

semana sacaba trescientas ochenta unidades. Tenía que contar las docenas que sacaba al día. Trabajaba de 6 a 12 am y de 2 a 5 pm.

Quería trabajar, vestirme bien, superarme, ir a la escuela en la tarde y mantenerme en soledad. No tuve suerte.

En la fábrica conocí al que más tarde fue mi esposo. Él era maquinista. Era cuatro años mayor que yo. Cuando los hombres me hablaban, me avergonzaba. Me escapaba por otro lado. No quería tener novio. Pero él tenía bastante interés, intención de estar conmigo; me seguía, quería conversar conmigo, pero yo escapaba.

Salí de vacaciones en septiembre y no lo volví a ver más. Un día salí al mercado y me encontró, llegó a conocer la casa en donde entraba. Decía: “Amiguita, quisiera conversar con usted”. Yo le contestaba: “¡Ah no!, ni con usted ni con nadie”. Con desesperación andaba por mi barrio. Había mandado dos cartas a mi hermana y a mi tío diciendo que “soy su compromiso, su novio”.

Poco después mi tío me dijo: “¡Ah! conque estás con novio, con marido, y yo pensaba que eras sana”. Me quedé sorprendida y avergonzada. Dije: “No estoy para nadie ni para ese hombre”. Mi tío me dijo: “No tenemos por qué estar atrasando a ese muchacho. Si quiere casarse, será su voluntad. No quiero que mi sobrina ande con uno y con otro”.

Lloré de cólera y de vergüenza, no sabía a dónde ir. No conocía, ni siquiera tenía amistad con ese hombre. Mi tío entendió mal.

Al día siguiente vino el hombre con sus familiares a pedir mi mano y yo le dije: “Qué cosa se ha creído usted. ¿Cuándo fui mujer de usted?”. Él contestó: “Disculpe que tuve esa intención; la veo una persona sana, sencilla, vengo como una persona responsable, quiero tomar pareja, deseo matrimonio”. Yo no sabía qué decir. Mi tío decía: “si vas a rechazar a la persona que pide tu mano, andarás como otras mujeres cambiando sus amistades, de repente vas a venir con el hijo.”

Yo no podía ni gritar de miedo, de cólera. El respeto a mi tío no me permitía abrir la boca; era tan bravo que nos hacía temblar. Y el muchacho dijo: “Tío, yo seré de su familia”. En ese rato mi tío dijo: “Habla”. Le respondí: “tío, no me da la gana de hablar porque no quiero ver a ese hombre, yo no he sido mujer de esa persona”. El hombre me decía tantas maravillas y palabras.

Para no quedar en vergüenza acepté el matrimonio. Mi tío dijo: de hoy en adelante no lo quieras ver más hasta que estés matrimoniada. Después de un mes nos casamos por lo civil. Yo estaba descontenta. Sentía un estorbo en mi conciencia. Pensé: “Si le digo al alcalde que no quiero casarme, mi tío quedará avergonzado. Quería desaparecer. No me casé por mi propia voluntad.

Nos casamos y nos fuimos a vivir con sus primos hermanos; tenían un cuarto grande. Al principio mi esposo era bueno. Primero tuve una mujercita, siete años después tuve un segundo embarazo. Cuando estaba en el segundo mes, mi esposo quiso ir a su pueblo a visitar a su mamá. En ese viaje encontró a una paisana y la conquistó. Destrozó mi matrimonio.



Mi esposo continuó con esa mujer y conmigo. La casa se convirtió en un infierno. Cuando los hombres tienen otro compromiso, todo va mal. Tenía remordimiento de ver mi cara. Nada le parecía bien: ni la comida, ni los bebés, ni mi modo de planchar...

Desde que ha tenido a su “querida” todo es destrozo. Le da vergüenza salir conmigo.

Anteriormente andábamos siempre juntos, íbamos a visitar a mis familiares y él estaba tranquilo, contento, siempre quería llegar con algo. Pero tuvo un cambio muy brusco. Ahora no me compra ni mi ropa, ni mis zapatos.

Yo pasaba hambre, disgustos, recibía un trato grosero, y yo no le daba motivo. El hombre se malogra cuando tiene otra mujer. ¡Hasta venía con cuchillo! Como provinciana yo no tenía ni capacidad de vocabulario, por eso me aguantaba mi cólera, me corrían lágrimas y me desahogaba un poco.

Algunas personas mayores, vecinas, me decían: “los hombres son así, hay que sobrellevarlos. No le digas nada, ya volverá”.

Después de un tiempo me separé de mi esposo y empecé a trabajar. Julián viene de vez en cuando a ver a los hijos. Como yo trabajo no lo veo. Ellos me dicen que viene y les deja su propinita. Tengo unos animalitos que ponen huevos, siquiera para la sopa; a veces hago avena, verduras, harina hervida... Cuando nos va muy bien, compro menudencias de pollo. Mi hijo Carlos me acompaña al mercado, me ayuda con los bultos. La mayor parte del tiempo ando con mi hijo.

Mi hija mayor (de 14 años) tiene problemas de aprendizaje. Yo no puedo decir por qué, pues no tengo estudios de Secundaria; la Primaria la ha terminado con una sola profesora; le ha costado tener diferentes maestros en la Secundaria. Mi hija cocina, yo lavo y limpio la casa. Mi marido ayuda con la quinta parte de lo que daba cuando vivía en la casa.

Este año estuve gravemente enferma de los bronquios. Mi vida es difícil. Yo quisiera que me ayudaran a educar a mis hijos. Me gustaría que les ayudaran con sus materias porque yo no tengo conocimiento.

Muchas personas ya tienen su dinero para pagar el agua y otros gastos, porque marido y mujer se esfuerzan mutuamente por salir adelante. Y yo no tengo modo de reunir el dinero. De todas maneras me quedaré sola, tener otro compromiso sería matarme a mí misma. Veo a mucha gente con problemas iguales a los míos.

## EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD

### III.

## **EL SIDA Y LA EDUCACIÓN DE LOS ADOLESCENTES**

A. Objetivo      Obtener los fundamentos necesarios para orientar a los jóvenes en la educación de la sexualidad y la prevención del SIDA.

B. Esquema de apoyo didáctico      Esquemas Núm. 1 y 2

C. Desarrollo del tema (50 min)      El SIDA y la educación de los adolescentes  
1. Introducción  
2. La verdad sobre el SIDA  
    Preguntas y respuestas

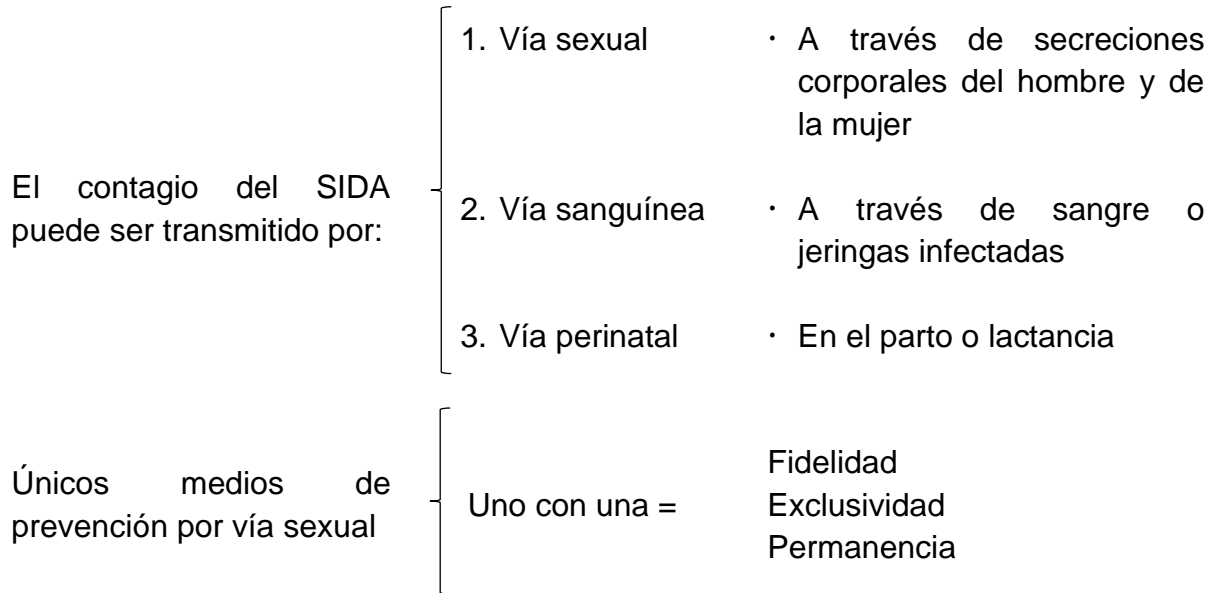
Descanso (10 min)

D. Trabajo en equipo (20 min)      Proyección del video sobre el SIDA.  
Obtener en equipo algunas ideas básicas para orientar a un adolescente.

E. Sesión plenaria (10 min)      Sesión plenaria para conclusiones grupales.

## B. ESQUEMA DE APOYO DIDÁCTICO

### ESQUEMA NÚM. 1



### C1. INTRODUCCIÓN

A pesar del gran número de investigaciones que se han hecho ha tenido que llegarse a la conclusión de que la única estrategia que se ha encontrado hasta ahora para controlar con efectividad el SIDA, es la prevención, por lo que debemos informarnos acerca de esta enfermedad y educarnos en consecuencia.

La forma en que ha de desarrollarse en la escuela la educación sobre el SIDA deberá ser congruente con los valores de los padres de familia.

Esta información deberá fomentar la responsabilidad en el comportamiento sexual, basada en la fidelidad, en el compromiso, y en la madurez, colocando la sexualidad dentro del contexto del matrimonio.

La información que se imparta en las escuelas, deberá enseñar que los niños y jóvenes no deben involucrarse en prácticas sexuales, y deberá impartirse con el consentimiento y la participación de los padres de familia.

### C2. LA VERDAD SOBRE EL SIDA

¿QUÉ ES EL SIDA?

El SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) es una enfermedad causada por un virus que termina por destruir las defensas del individuo contra las infecciones. El

virus del SIDA, conocido como el virus de la inmunodeficiencia humana, o VIH, puede debilitar el sistema inmunológico del individuo hasta el grado de que le impida combatir aún las infecciones más leves y eventualmente lo vuelve vulnerable a ciertos tipos de cáncer e infecciones mortales.

### ¿CUÁL ES EL ORIGEN DEL SIDA?

No se sabe con exactitud cuál sea el origen del SIDA. En los Estados Unidos la enfermedad se observó por primera vez a fines de los años 70 y a principios de los 80. El SIDA no se pudo detectar sino hasta que los médicos habían observado suficientes casos para reconocer que estaban ante una enfermedad antes desconocida. No fue sino hasta 1982 cuando se le pudo definir por primera vez.

### ¿CUÁL HA SIDO EL AVANCE DE ESTA ENFERMEDAD?

Para 1983, en México los médicos habían identificado 17 casos de SIDA, en 1993 ya había 28,000 mexicanos diagnosticados con esta enfermedad, y los médicos consideran que el número real de personas que padecían esta enfermedad era aún mayor, pues había muchos casos que no se llegaron a conocer.

### ¿CÓMO SE TRANSMITE EL SIDA?

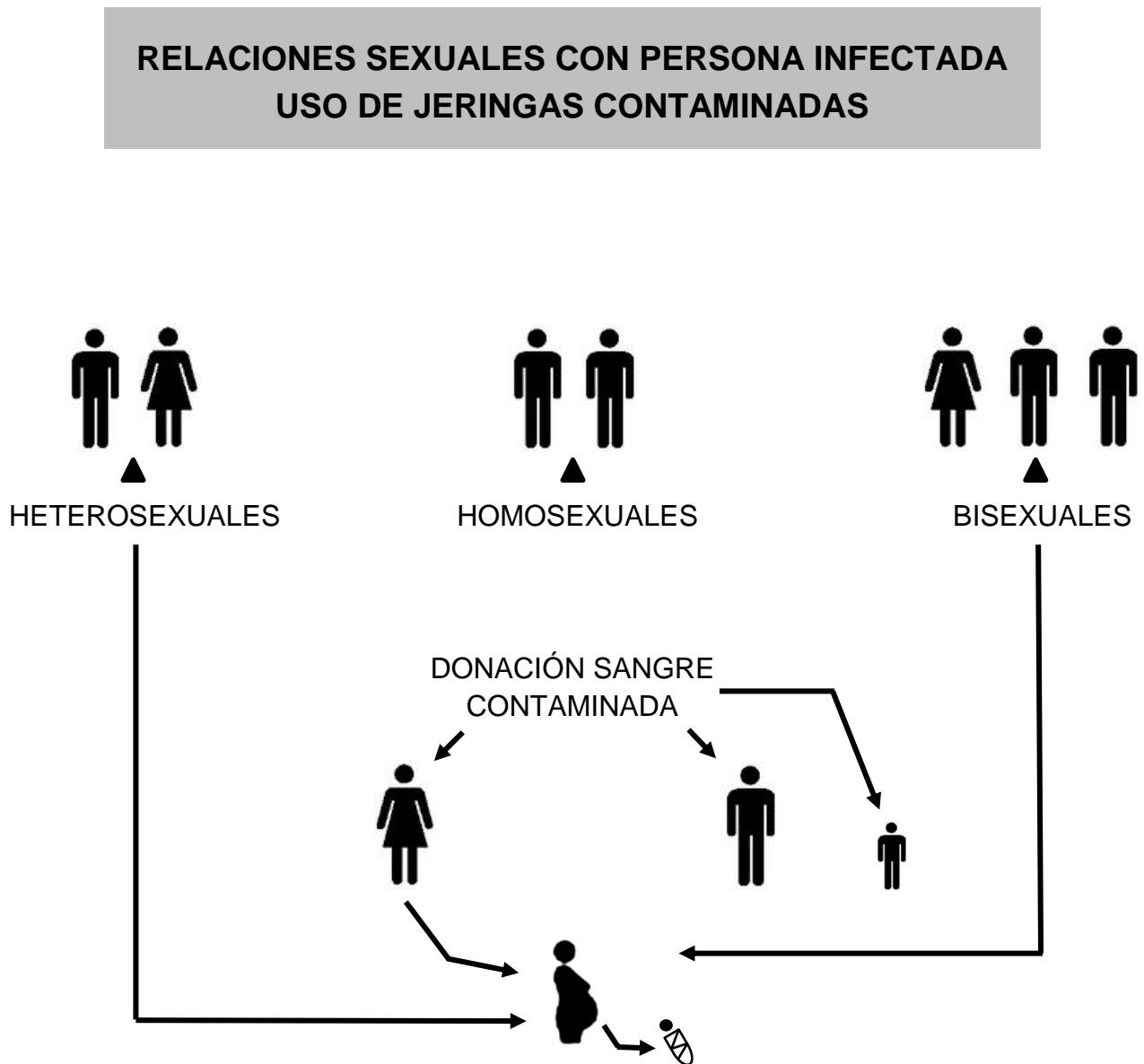
El virus del SIDA se transmite por medio del intercambio de los fluidos infectados del cuerpo.

La manera más común de transmitir el SIDA, es por medio de las relaciones sexuales con parejas infectadas:

1. Relaciones homosexuales de los hombres con una pareja infectada, éstas se consideran veinte veces más riesgosas para transmitir el virus por las características anatómicas antinaturales del coito.
2. Relaciones bisexuales, de hombres, con hombres y mujeres; que son a la fecha la forma más frecuente de contagiar el SIDA por vía sexual a las esposas; quienes si se embarazan lo transmiten también a sus hijos.
3. Relaciones heterosexuales: las maneras más comunes de contagio heterosexual (hombres y mujeres) son el adulterio, en la que el esposo infectado contagia a su esposa y ella a su hijo durante el embarazo y también por las relaciones de los adolescentes y jóvenes con frecuentes cambios de pareja.

4. Por compartir agujas o jeringas de una persona que tenga SIDA, para aplicarse drogas en las venas. Debido a que el virus del SIDA se encuentra en algunos de los fluidos corporales de las personas infectadas (en la sangre, en el semen y en las secreciones vaginales), cualquier acto en el que los sujetos intercambien estos fluidos puede ocasionar la transmisión del virus a otra persona.

ESQUEMA NÚM. 2



## ¿CÓMO RECIBEN LOS NIÑOS EL VIRUS DEL SIDA CUANDO LA MADRE HA SIDO INFECTADA?

Las mujeres que tienen el virus del SIDA también lo transmiten a sus hijos durante el embarazo, parto, o después, en la leche materna.

## ¿CUÁNDO LAS RELACIONES HETEROSEXUALES, ENTRE HOMBRE Y MUJER, PUEDEN TRANSMITIR EL VIRUS?

Cuando él o ella han tenido relaciones sexuales previas con alguien infectado, o hayan sido contagiadas por vía sanguínea.

## ¿CÓMO SE PREVIENE DEL CONTAGIO EN LAS TRANSFUSIONES DE SANGRE?

Debido a que el virus del SIDA puede transmitirse en las transfusiones sanguíneas o en algunos productos derivados de la sangre, los hemofílicos y otras personas que recibe estas transfusiones tienen muchas posibilidades de contraer el virus. Sin embargo, desde 1985 se le hace una prueba especial a la sangre que se dona, para identificar aquella que contenga anticuerpos contra el virus del SIDA. Ahora, el peligro de contraer el SIDA por una transfusión es muy remoto. Toda la sangre debe tener el sello de la Secretaría de Salud: "sangre segura" hay que exigirlo.

## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL SIDA?

El virus del SIDA reduce la habilidad del sistema inmune del cuerpo para protegerlo de la enfermedad. Además, puede atacar el sistema nervioso y dañar el cerebro; puede originar una gran cantidad de síntomas, incluyendo la cronicidad de los siguientes fenómenos: fiebre, sudores nocturnos, diarrea, pérdida de peso, fatiga, hinchazón de las glándulas linfáticas, salpullidos, trastornos neurológicos tales como demencia, pérdida de la memoria, parálisis parcial y falta de coordinación.

## ¿QUÉ ENFERMEDADES PUEDEN SURGIR COMO CONSECUENCIA?

Como resultado del daño causado al sistema inmune por el virus del SIDA pueden presentarse neumonía, cáncer y otras enfermedades que es raro observar en las personas sanas. Estas enfermedades son muy serias.

## ¿CUÁNTO PUEDE VIVIR UNA PERSONA INFECTADA?

Muchos de los pacientes mueren al poco tiempo después de haber contraído la

enfermedad. Las personas infectadas con el virus pueden desarrollar los síntomas del SIDA desde cuatro meses hasta quince años después de haber contraído el virus. No se conoce ningún caso de SIDA que se haya curado definitivamente.

#### ¿EXISTE ALGÚN TRATAMIENTO DEFINITIVO CONTRA EL SIDA?

No hay curación ni vacuna contra el SIDA. Hasta ahora no se ha podido encontrar la vacuna que pueda evitar contraer el SIDA. Muchas de las enfermedades originadas por el SIDA pueden curarse, pero la infección en sí no puede curarse, antes bien origina a las largas enfermedades que resultan mortales.

Se han llevado a cabo muchas investigaciones con el fin de encontrar una vacuna, o con algunas drogas experimentales, como la zidovudina (antes conocida como azidotimidina, o AZT) que supuestamente retarda el desarrollo de la enfermedad, pero los científicos consideran que todavía pasarán muchos años antes de poder encontrar la vacuna que evite el SIDA, o el tratamiento que le cure.

#### ¿EN QUÉ OTROS FLUIDOS CORPÓREOS PUEDE ENCONTRARSE EL VIRUS DEL SIDA?

De acuerdo con las últimas investigaciones, el riesgo de adquirir el virus por medio de otros fluidos corporales como saliva, lágrimas, orina, etc. es bastante remoto; desde luego mucho más remoto que adquirirlo por medio de la intimidad sexual y el intercambio de agujas y jeringas para aplicar drogas en las venas.

#### ¿QUÉ RIESGOS PRESENTA LA CONVIVENCIA FAMILIAR CON UN ENFERMO DE SIDA?

Hasta ahora no hay ninguna prueba de que pueda contagiarse el virus del SIDA por el diario contacto de tipo familiar, de alguno de los miembros que lo padezca. Se han investigado casi 500 familias de personas con SIDA, tratando de encontrar alguna evidencia de que la infección se hubiera propagado, pero en ninguna se encontró a nadie que se hubiera contagiado por el trato normal o por compartir el baño o los utensilios de cocina con algún miembro de la familia que sea portador del virus, o que presente la enfermedad.

#### ¿LAS PERSONAS INFECTADAS QUE NO PRESENTEN SÍNTOMAS, PUEDEN TRANSMITIR LA ENFERMEDAD?

Sí, aunque no parezcan estar enfermos. Casi todos los especialistas opinan que más del 50 por ciento de las personas infectadas con el virus desarrollarán la enfermedad en los próximos 10 ó 15 años.

Sean o no aparentes los síntomas del SIDA, cualquier persona que esté infectada con este virus debe ser considerada como capaz de transmitirlo a alguien más.

Las personas que no tienen síntomas de la enfermedad, pero que pueden contagiar a otros, representan un riesgo muy serio para sus parejas sexuales. Aunque aún no se pueda curar esta enfermedad, la ciencia médica ha informado acerca de la manera de transmitir el SIDA y de un procedimiento muy eficaz para detectar la infección en aquellos casos en que no es aparente, con lo cual puede reducirse el contagio. La prueba más común para detectar los anticuerpos en quienes están infectados, se conoce por sus siglas: ELISA.

### ¿CÓMO SE PUEDEN CONTAGIAR LOS ADOLESCENTES?

La actividad sexual de los adolescentes ha contribuido muchísimo a que se contagien de enfermedades de transmisión sexual tales como gonorrea, la sífilis y el SIDA. Muchos pacientes que mueren de SIDA fueron contagiados durante la adolescencia, 6 de cada 10 personas con gonorrea o sífilis tienen menos de 25 años.

Uno de cada cuatro personas con gonorrea o sífilis (25%) tienen entre 10 y 19 años de edad.

Cuatro de cada 10 personas con gonorrea o sífilis (37%) tenían entre 20 y 24 años de edad.

### ¿POR QUÉ LA DROGADICCIÓN ENTRE ADOLESCENTES FAVORECE LA PROPAGACIÓN DEL SIDA?

Desgraciadamente, la drogadicción entre los adolescentes ha aumentado mucho. Un número representativo de estudiantes de preparatoria han usado drogas, aunque solamente un pequeño porcentaje de adolescentes drogadictos usan drogas de manera intravenosa, que los ponen en peligro de contraer el virus del SIDA al compartir jeringas infectadas.

### ¿ESTÁN LOS ADOLESCENTES BIEN INFORMADOS SOBRE EL SIDA?

Hay muchos adolescentes que no saben casi nada acerca del SIDA. Las encuestas hechas recientemente demuestran la necesidad de advertirles cuáles son las actividades que los ponen en peligro de contraerlo.

Algunos tienen la idea de que el SIDA se podía curar si se empieza a tratar oportunamente.

Otros piensan que el SIDA se puede transmitir con sólo tocar a alguien que tuviera SIDA o por usar su peine, o por bañarse en una alberca.

Muchos ignoran que el SIDA se transmite por el semen, y por las secreciones vaginales y fluidos sanguíneos.



## ¿HASTA DÓNDE DEBE LLEGAR LA INFORMACIÓN?

A los jóvenes se les debe dar toda la información acerca del SIDA, pero la información por sí sola no los protege.

No hay sustituto para la responsabilidad individual. La educación que se limita solamente a transmitir la información no es efectiva, debe darse también la formación de la personalidad. La única manera de mejorar el comportamiento de los seres humanos es haciendo que además de la información, se les inculquen los valores que comparte la comunidad, transmitiéndoselos con profunda convicción. Hay que decir la verdad a los jóvenes, y recordar que es su sentido ético y su orientación moral interna, lo que determina su comportamiento.

## ¿CÓMO PROTEGER DEL SIDA A NUESTROS HIJOS?

La educación sexual debe darse dentro de un contexto ético. La mejor manera de evitar que se extienda el SIDA entre los adolescentes y los adultos jóvenes es darles las razones en la escuela y en el hogar, para que tengan convicciones propias y aprendan a usar con responsabilidad su capacidad sexual y a evitar el uso de drogas. Aunque siempre se les ha indicado la necesidad de que sean responsables y adquieran autodominio, la gravedad de la amenaza del SIDA lo hace aún más urgente.

Con esto no sólo se previene el SIDA sino que aumentan sus posibilidades de ser adultos maduros, sanos y felices.

No cabe duda que en los últimos años la sociedad ha vivido un gran aumento de actividad sexual irresponsable por lo que se han visto incrementados los embarazos entre adolescentes y las enfermedades venéreas.

## MEDIDAS QUE DEBEN TOMARSE:

### A) Enseñarles que el gobernar los impulsos es una virtud

Los padres de familia y los maestros deben enseñarles a los niños que saberse dominar es un principio que debe sostenerse y practicarse.

Deben explicarles los beneficios que obtendrán si se comportan con responsabilidad, así como el hecho de que la manera más segura e inteligente de evitar contagiarse del mortal virus del SIDA es absteniéndose de las drogas y de las relaciones sexuales indiscriminadas. Aún las drogas que se emplean oralmente, tales como la marihuana y el alcohol, pueden llevar a los niños a prácticas que los expondrán al riesgo de contagiarse del SIDA.

## B) Presentarles la educación sexual dentro del contexto ético

En general los padres de familia quieren que los maestros les enseñen a los niños la diferencia entre el bien y el mal cuando les impartan clases de educación sexual y en todas las demás ocasiones. La sexualidad ha de explicarse dentro del marco moral.

En una encuesta que se hizo en toda la nación, el 70% de los adultos entrevistados opinó que los programas de educación sexual deberían incluir también la enseñanza de los valores morales. Aproximadamente el mismo porcentaje de personas opinó que en los cursos de educación sexual debería exhortarse a los estudiantes a que no tengan relaciones sexuales.

## C) Defender la institución familiar

La fidelidad y el cumplimiento del compromiso de amor conyugal deberán ser ideales de las familias inculcados paulatinamente con el ejemplo y la enseñanza.

La monogamia y la fidelidad son la mejor manera de evitar contagiarse del SIDA en las relaciones sexuales, además de proteger la integridad psicológica y afectiva de quienes las viven. A través de la educación sexual debe animarse a los niños y jóvenes a plantearse como metas de su vida, ser capaces de comprometerse a amar a una persona y serle fiel para formar con ella una familia unida y estable.

## D) Establecer normas claras y específicas de comportamiento

Los padres y los maestros deben establecer de manera específica las normas apropiadas de comportamiento, e inculcárselas a los niños en el hogar y en la escuela. Fijarse altas normas de conducta y hacerse responsables de sus actos, ayudará a los jóvenes a responsabilizarse de su conducta y a respetarse a sí mismos y a los demás.

## E) Dar buen ejemplo

Es necesario que padres y maestros se den cuenta de la manera tan determinante como influyen en la conducta de los niños.

Los adultos que tratan de vivir de acuerdo con sus principios morales, que cuidan su salud y le son fieles a su cónyuge, les dan el mejor ejemplo a sus jóvenes de cómo evitar el riesgo de contraer el SIDA.

## F) Demostrar los principios éticos por medio del ejemplo

Los adultos deben tratar de vivir de acuerdo con los principios que se han fijado para ellos y para los niños y jóvenes; citarles ejemplos concretos de la vida diaria, comunicarles los problemas de índole moral que confronten y decirles de dónde sacan

la fuerza necesaria para seguirse esforzando en medio de las contradicciones que se presentan en la vida. Además de procurar que tengan contacto con personas cuyas vidas pueden ser un buen ejemplo para ellos.

G) Tener buenos hábitos para conservar la salud

Los adultos que siguen una dieta saludable, que hacen ejercicio, inculcarán esos mismos hábitos en los niños. De la misma manera, quienes abusan de su organismo, empleando drogas inducen a los niños a seguir su ejemplo. Los adultos que no ejercen ningún control sobre sí mismos difícilmente lograrán que sus hijos tengan sentido de responsabilidad.

H) Asumir la responsabilidad por los demás en las relaciones personales.

Los padres de familia y los maestros les pueden enseñar a los niños cómo esperan que se comporten, teniendo una buena comunicación con ellos, con su familia y con los demás adultos. Quienes se interesan por los demás ayudan a evitar que se extienda el SIDA, por medio del respeto que demuestran por los demás.

I) Ayudar a los niños a resistir las presiones sociales que los incitan a involucrarse en actividades peligrosas

La presión que ejercen los compañeros es una de las influencias más determinantes para que los jóvenes se inicien en relaciones sexuales promiscuas y en la drogadicción. Además, los compañeros mayores que ellos, que ya están involucrados en este tipo de actividades, refuerzan la idea de que “no hay nada de malo” en tener relaciones sexuales indiscriminadas y usar drogas. A los adultos les toca contrarrestar esta influencia.

MÉTODOS A SEGUIR:

A) Ayudar a que los jóvenes sepan reconocer las influencias negativas

Las escuelas, las instituciones sociales y las organizaciones de la comunidad, pueden implantar programas para ayudar a los estudiantes a identificar aquellas presiones que los estén orillando a llevar una conducta peligrosa.

Estos programas lograrán que los jóvenes desarrollen y practiquen estrategias adecuadas para combatir estas presiones.

B) Supervisar el comportamiento de los niños dentro y fuera de la escuela

Los padres deben conocer la vida social y escolar de sus hijos, fijándose con quién salen, quiénes son sus amigos, cuáles son sus pasatiempos y lo que ven en la televisión. En una palabra interesarse por ellos y sus actividades.

C) Animar a los jóvenes a desarrollar una actitud de liderazgo con sus compañeros

Los jóvenes pueden influenciar positivamente a sus compañeros con sus actitudes y su comportamiento diario. Si aquellos que ejercen el liderazgo en el grupo se pronuncian en contra del comportamiento irresponsable, es probable que sus compañeros los imiten. También podrían persuadir a aquéllos de sus compañeros que tengan un mal comportamiento, a que soliciten la ayuda de los adultos para resolver sus problemas.

D) Estar capacitados para hablar sobre drogas

Para poder ayudar a los niños a que se nieguen a usar drogas, los padres deben conocer las drogas y sus efectos. Es mejor que los niños obtengan la información de sus padres a que la obtengan de sus compañeros, ya que es probable que les den: ideas y datos equivocados.

**LA EDUCACIÓN INTEGRAL ES LA AUTÉNTICA  
PREVENSIÓN CONTRA EL SIDA**

Lo que debe saber un adolescente sobre el sexo:

¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD?

Es un elemento básico de la personalidad, un modo concreto de existir como persona con manifestaciones biológicas, psicológicas y espirituales distintas.

¿CUÁNTOS SEXOS HAY?

Sólo existen dos sexos, es decir, dos modos distintos -aunque complementarios- de encarnar la naturaleza humana:

- el femenino en las mujeres
- el masculino en los hombres

## ¿QUÉ DIFERENCIA HAY ENTRE SEXUALIDAD Y GENITALIDAD?

La sexualidad abarca la totalidad de la persona de tal manera que todas las células del cuerpo están sexuadas. Hay un modo de ser femenino en el sentir, en el pensar y en el actuar, así como otro modo de ser masculino distinto y complementario.

La genitalidad en cambio es la actividad específica de los órganos genitales cuando éstos han llegado a su madurez, orientada biológicamente a la procreación.

## ¿ES LA ACTIVIDAD SEXUAL UNA NECESIDAD VITAL PRIMARIA EN EL HOMBRE?

La actividad sexual es una necesidad vital secundaria en orden al individuo y primaria en orden a la conservación de la especie.

## ¿ES LA ACTIVIDAD SEXUAL UN IMPULSO IRREFRENABLE?

No, la actividad sexual en el hombre, no debe confundirse con un instinto biológico irrefrenable propio de las especies animales. En el ser humano está enriquecido por factores afectivos, intelectuales y por tanto sujeto a su voluntad y al manejo que haga de él.

Es propio del hombre dominar en vez de ser dominado.

## ¿A QUÉ CONDUCE NATURALMENTE EL ACTO SEXUAL?

La función orgánica específica de los genitales y de los actos sexuales es la procreación.

## ¿ADEMÁS DE LA PROCREACIÓN, LA SEXUALIDAD TIENE OTROS FINES?

Sí, dada la complejidad de la sexualidad humana es una manifestación de amor en todas sus dimensiones: como respuesta a los instintos naturales es expresión de emociones intensas, plenitud psicológica y enriquecimiento espiritual por el don de sí mismo al otro.

## ¿QUÉ ES LO QUE GARANTIZA ESTA PLENITUD EN EL INTERCAMBIO SEXUAL?

El amor conyugal producto de una relación estable bien constituida. El sexo es un privilegio exclusivo que exige la totalidad en la entrega:

- Totalidad en el tiempo: para siempre
- Totalidad de la persona: uno con una

El sexo exige el don de sí mismo, no es un regalo de segunda mano.

## **LA UNIÓN CORPORAL ES EXPRESIÓN DE UNIDAD TOTAL DEL HOMBRE Y LA MUJER**

¿DEBE PRIMERO “PROBARSE” LA RELACIÓN SEXUAL ANTES DE COMPROMETERSE?

El amor conyugal no se da en plenitud en un solo acto existencial. Media tiempo. Se requiere la vida para actualizar día con día todas las posibilidades y la riqueza del don de uno mismo. Dentro del matrimonio en el marco de unas relaciones fieles y estables, se garantiza la plenitud del amor conyugal.

El acto sexual entre personas que no están casadas no es consecuencia de la entrega plena e incondicional y puede llevar a relaciones pasajeras, despersonalizadas, a utilizarse como objeto temporal de placer y en general a sufrimiento, humillación y baja de la autoestima.

¿POR QUÉ ES MORALMENTE REPROCHABLE EL ACTO SEXUAL ENTRE DOS PERSONAS QUE NO ESTÁN CASADAS?

Porque la búsqueda del placer debe ser consecuencia de una entrega fiel e incondicional y no al revés.

Hay infidelidad hacia la futura pareja con quien se contraiga matrimonio, y el riesgo de contraer el SIDA en quienes así actúan, es tremendo.

Ya son muchos los jóvenes que se han contagiado porque su pareja había tenido relaciones sexuales previas con alguien infectado.

El sexo exige exclusividad y la naturaleza no admite errores.

¿CÓMO ACTUAR CUANDO EL “OTRO” EXIGE EL ACTO SEXUAL COMO PRUEBA DE AMOR VERDADERO?

La mejor prueba de amor verdadero es el respeto y el autocontrol.

“Porque te quiero me espero a entregarte el don de mí mismo cuando llegue el momento de un compromiso incondicionalmente fiel y fecundo.

¿QUÉ PASA CUANDO LA MUJER “CEDE” A ESTA “PRUEBA” FÍSICA DE AMOR?

Se produce muchas veces una insatisfacción y vacío existencial y en ocasiones abandono, embarazos no deseados de consecuencias psicológicas, físicas y sociales

negativas.

También se dan casos, sobre todo en la adolescencia, en que se presiona a los jóvenes a demostrar su “hombría” a través de la sexualidad, lo cual tiene también efectos negativos para ellos.

### ¿SE PUEDE LLEGAR VIRGEN AL MATRIMONIO?

Son muchos los jóvenes que llegan vírgenes al matrimonio dispuestos a entregarse mutuamente un amor limpio lleno de ilusiones. Estos matrimonios tienen muchas más garantías de una integración sexual física y moralmente sana.

### ¿CÓMO SE LOGRA?

1. Ubicando la sexualidad en su correcto lugar desde un punto de vista antropológico, donde la razón y la voluntad prevalecen sobre los impulsos y los armonizan.
2. Acostumbrándose, desde niños a decir que no a muchas cosas innecesarias.
3. Fortaleciendo la voluntad y el carácter.
4. Practicando deporte.
5. Evitando la pornografía y los espectáculos eróticos.
6. Evitando la droga.
7. No haciendo el juego a la propaganda que con fines lucrativos “vende sexo”, vulgarizando y deformando algo tan valioso y digno de respeto como es la sexualidad humana.
8. Ampliando la cultura personal y el campo de los intereses.

### ¿QUÉ ES LA MASTURBACIÓN?

Consiste en provocar el placer sexual por la autoestimulación. Su objetivo es la gratificación personal y búsqueda del placer por el placer mismo.

Según su diseño, los órganos sexuales no fueron planeados para usarse de manera solitaria sino en la cooperación con un miembro del sexo opuesto. El placer es una consecuencia de la unión, no un fin en sí mismo.

## **EL AUTOEROTISMO NO CONDUCE A LA MADUREZ SEXUAL**

¿LA MASTURBACIÓN PUEDE OCASIONAR ENFERMEDADES FÍSICAS?

Solo en ocasiones, pero siempre produce un concepto desbalanceado de la sexualidad, predispone a la búsqueda del placer solitario y dificulta la futura salud sexual dentro de las relaciones recíprocas.

¿QUÉ CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS TRAE CONSIGO LA MASTURBACIÓN?

Son frecuentes los casos de disminución en la autoestima y cierto sentido de culpa. El motivo no es “un convencionalismo social”, el asunto es mucho más profundo. La función antropológica del hombre no puede ser violentada sin consecuencias negativas para el individuo. La separación mental de sexo y amor es la consecuencia psicológica más grave de la masturbación.

¿QUÉ SE ENTIENDE POR HOMOSEXUALIDAD?

Es la inclinación sexual hacia personas del mismo sexo. Es una desviación que generalmente se adquiere por razones psicológicas. No es otra opción sexual es un trastorno y como tal debe tratarse. En ocasiones, los homosexuales no tienen responsabilidad moral de su inclinación, pero sí de sus actos; por eso necesitan comprensión, ayuda e incluso atención profesional para superar su problema.

Hay que distinguir entre una tendencia homosexual de la cual no hay siempre responsabilidad moral cuando se abstienen de actos homosexuales, de aquella en que llevan a cabo esos actos con otro individuo del mismo sexo.

¿ES LA HOMOSEXUALIDAD OTRA OPCIÓN SEXUAL?

No, la homosexualidad no es otra opción sexual sino una desviación de la naturaleza.

¿PUEDEN JUSTIFICARSE LOS ACTOS HOMOSEXUALES?

Nunca puede justificarse algo que violenta la naturaleza del hombre y degenera su comportamiento. La tolerancia es comprensión hacia las personas, no incertidumbre moral sobre el acto mismo.



## ¿QUÉ TANTO PROTEGE EL PRESERVATIVO O CONDÓN DE CONTAGIARSE DE SIDA?

El preservativo no es una protección total. Puede reducir el riesgo de contagiarse del SIDA, pero de ninguna manera lo elimina, y lo que se arriesga es la vida.

Según un estudio hecho recientemente en la Escuela de Medicina de la Universidad de Miami, el 17% de las mujeres cuyos esposos tienen SIDA y usan condones, se contagiaron antes de 18 meses, a pesar de usarlos. Y el Cirujano General de esa escuela advirtió que los condones han demostrado tener una extraordinaria alta tasa de ineficiencia entre los homosexuales.

### **CONCLUSIÓN**

En conclusión se puede decir que la verdadera prevención del SIDA, está en la educación; es decir en ilustrar la inteligencia y fortalecer la voluntad para un uso libre y responsable de la sexualidad.

**FOMENTAR UNA SOCIEDAD DE OPTIMIZACIÓN  
SEXUAL; QUE CONOZCA A SUS MIEMBROS  
HACIA LA PLENITUD**

El uso del preservativo, es sólo un paliativo que no resuelve el problema de fondo, y puede ocasionar conductas irresponsables al dar a las personas una falsa sensación de seguridad total.

El sexo seguro es el sexo pleno, ejercido en un compromiso de amor total, asumido por la propia voluntad.

## EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD

### IV.

### **LOS ESTUDIANTES Y LA SEXUALIDAD**

A. Objetivo      Obtener argumentos convincentes para que los jóvenes aprendan a respetar su intimidad y la de los demás.

B. Esquema de apoyo didáctico      Esquema Núm. 1

C. Desarrollo del tema (50 min)      Los estudiantes y la sexualidad  
1. Antecedentes  
2. Constataciones básicas  
3. Otras pautas serias de educación sexual

Descanso (10 min)

D. Trabajo en equipo (20 min)      Lectura, análisis y discusión del caso: “Celina y Cosme”

E. Sesión plenaria (10 min)      Discutir las diversas soluciones al caso.

Advertencia: Estas ideas han sido entresacadas de un artículo publicado en New Oxford Review, publicación mensual orientadora para profesores formadores de los Estados Unidos. El autor del artículo, es Thomas Lickona y es psicólogo, orientador y profesor de Educación en la Universidad de Nueva York.

TÍTULO DEL ARTÍCULO: “Teaching sexual abstinence to teenagers” (enseñanza de la abstinencia sexual a adolescentes).

### **C1. ANTECEDENTES**<sup>1</sup>

Para comprender el sentido exacto del mensaje de este educador es necesario recordar que los Estados Unidos, país de la libertad y de la democracia, ha presentado al mundo la triste imagen del país de la decadencia moral, sobre todo en el aspecto sexual.

A tal extremo se ha llegado en el manejo inadecuado de la sexualidad, en especial entre adolescentes y jóvenes que los verdaderos educadores buscan desesperadamente algún remedio a la caótica situación.

Aunque los alumnos algo conocen de dicho fenómeno, no está demás que el profesor cite estas breves estadísticas para que sus alumnos vean los extremos a que la carencia de principios morales, en la sociedad del país más rico del mundo, les ha conducido, iniciando desde hace tiempo su vertiginosa decadencia.

Datos fidedignos y comprobados, proporcionados por varios centros de control de enfermedades en Norteamérica.

- El índice de enfermedades transmitidas sexualmente es el máximo entre adolescentes en toda la historia de E.U. Cada año se registra un promedio de dos millones y medio de enfermos entre ellos.
- Aunque desde 1982 el 47% de los adolescentes usaba ya anticonceptivos, el aumento anual progresivo de adolescentes embarazadas ha llegado a índices espantosos: en 1992 una de cada 10 adolescentes en E.U. se encontraba en esta situación.
- Casi un tercio del total de los abortos en este país se han llevado a cabo en adolescentes (400 000 al año).
- Por supuesto el 60% de las adolescentes que han dado a luz son solteras. Uno de cada 4 bebés nacidos en ese país nacieron fuera del matrimonio.

La experiencia ha demostrado que la mayoría de estos niños revisten graves problemas emocionales, son pésimos estudiantes, presentan graves desórdenes de

---

<sup>1</sup> ESTUDILLO, P., “Los estudiantes y la sexualidad”, en revista Cumbre Núm. 32, México, nov. 1993, págs. 21-27.

conducta, caen en la drogadicción y más tarde repiten los errores sexuales de sus progenitores.

Para subrayar las estadísticas anteriores el autor cita casos muy tristes, como consecuencia del deterioro de las relaciones humanas en el terreno sexual en que, tanto adolescentes como sus padres han incurrido.

“Virtualmente todo joven norteamericano ha sido afectado en alguna forma por el medio erotizado”, legado de la revolución sexual.

“Varias generaciones de niños han crecido en una sociedad en la que gran número de adultos, jamás se han preocupado de proteger a sus hijos de la pornografía y perversiones sexuales (...) revistas, televisión, medios de difusión, han repetido el mensaje: el sexo es el centro y fuente indispensable de la felicidad humana y que el sexo entre personas no comprometidas por el matrimonio es normal en la conducta humana(...) todo ello constituye un abuso violatorio en la psicología sexual del niño, porque no puede defenderse de imágenes y estímulos sexuales que le destrozan en forma definitiva su mayor riqueza humana: los valores morales”.

El abuso sexual de niños va en aumento. No se necesita ser psicólogo para detectar los terribles efectos que tales abusos producen en ellos.

Ante esta situación las escuelas norteamericanas han, empezado a buscar programas de educación sexual para contrarrestarla. Sin embargo, “ninguna instrucción dada ha contribuido verdaderamente a evitar las relaciones sexuales entre adolescentes...” ¿por qué?

En parte porque la práctica sexual temprana, se considera un “valor” y el posponerla a un contexto de entrega amorosa en el matrimonio, se considera un “contravalor”, algo ya superado, y no se ofrece como una opción real de vida.

Porque la instrucción no se ha basado en verdadera formación moral, las pautas que muchos educadores han seguido, han sido las de “alentar a los muchachos a tomar sus propias decisiones”. Y a “ser responsable” (?)... Muchos adolescentes han interpretado tales recomendaciones como “si lo haces, evita el embarazo o el contagio de enfermedad”.

El autor del artículo se extraña ante “la ingenuidad de los educadores” y señala los caminos tomados por otras escuelas más serias y realistas. Son dichos caminos o procedimientos los que constituyen el contenido medular del artículo.

SE RESUMEN A CONTINUACIÓN:

## **C2. CONSTATAIONES BÁSICAS**

- La actitud y comportamiento sexual humanos están determinados por los valores vividos, no por el simple conocimiento.
- Por tanto la educación sexual del joven debe basarse en ese contexto moral.

Cualquier otro camino es iluso y engañoso. Todo educador realista y responsable debe proclamar sin ambigüedades y con absoluta claridad.

- La abstinencia es la única forma 100% segura de evitar el embarazo y las enfermedades sexuales.
- La abstinencia es también la mejor protección contra las terribles consecuencias que siguen al desorden sexual: sentimientos de culpabilidad, autotraición, frustración y otras que sufre el ser humano.
- La abstinencia es condición necesaria para la verdadera formación del carácter, del acceso a la adultez, a la responsabilidad. Si el adolescente no aprende a decir “NO”, firme a las relaciones sexuales prematrimoniales, ¿qué hábitos de autocontrol tendrá cuando más tarde encuentre ocasiones de relaciones extramatrimoniales, que tantas veces destruyen los matrimonios?
- Ilusión frecuentísima entre los jóvenes es pensar que las relaciones sexuales permiten acceso a la intimidad gratificante de la amistad. Sucede exactamente lo contrario; lo que se encuentra es desprecio, odio y abandono. Saciadas las pasiones, la inteligencia y la conciencia muestran el error, el abuso y la violación en toda su crudeza.
- El esfuerzo y autodefensa del joven es también condición absoluta para el bienestar y armonía familiares. Los valores enseñados y vividos en la familia constituyen a la postre la verdadera defensa del adolescente.
- Finalmente, la experiencia ha demostrado que únicamente la comprensión y aceptación de la abstinencia da a la educación sexual su verdadero valor ético y con él la fuerza para no aceptar influencias, incluyendo la de los camaradas desviados o viciados.

### **C3. OTRAS PAUTAS SERIAS DE EDUCACIÓN SEXUAL**

Es preciso que formadores serios y con autoridad, ayuden a los jóvenes a defenderse de teorías extensamente esparcidas por el ambiente en que vivimos (TV, revistas, profesores con deformaciones mentales) y que además de ser profundamente erróneas contribuyen a la deformación de la juventud e incluso, de muchos adultos.

Actualmente muchos formadores luchan a brazo partido para hacer ver la falsedad de afirmaciones repetidas incomprensiblemente por “maestros”, tales como “la influencia de las hormonas sexuales es definitiva”. Hoy día y aún ante el desconcierto de muchos que los habían tomado en serio se presentan principios totalmente opuestos: “El sexo es un apetito humano biológico que no exige absoluta respuesta..., tiene otros caminos para realizarse”.

“Nadie ha muerto por no practicar el sexo”.

Y sobre todo: “Es trascendental para mí no tener prácticas sexuales antes del matrimonio”.

Thomas Lickona llega a afirmar: “Mientras los adolescentes no estén convencidos o por lo menos sospechen la verdad de estas dos afirmaciones, nada ni nadie les impedirá seguir cometiendo errores sexuales que arruinarán su vida”.

El mismo autor cita como ejemplo a seguir, campañas inteligentes de formación sexual llevadas a cabo por escuelas, como la de S. Marcos, en el estado de California. Dicha escuela se encontró con problemas como el de registrar 147 embarazos de alumnas de (escuela secundaria) en un año”. Los medios que se tomaron no se redujeron como en otras escuelas a reunir en el auditorio a los alumnos, presentarles algunas películas informativas y a indicarles dónde podrían conseguir profilácticos, se buscó convencimiento de los jóvenes por la reflexión sistemática, influenciar actitudes y cambiar conductas...

Mensajes ofrecidos a los alumnos por profesores, médicos, psicólogos y orientadores:

1. La única práctica sexual segura y sana es la que tendrá lugar en tu matrimonio y con tu compañero(a).
2. La abstinencia te libra de culpabilidad, dudas, de preocupaciones graves, de enfermedades, embarazos; de traumas y pérdida de reputación; de la necesidad de casarte antes de tiempo.
3. La abstinencia te dará la oportunidad de emplear íntegra tu inteligencia en tus estudios; de desarrollar tus capacidades creativas; adquirir estabilidad financiera antes de casarte; de obtener posterior confianza en tu matrimonio.
4. Aun habiendo incurrido en errores graves en este terreno, convéncete de que tu esfuerzo te ayudará a cambiar; busca nuevos intereses y aprende a evitar ocasiones de recaída: tú saldrás ganando en felicidad y bienestar que te producirán en abundancia el esfuerzo y la victoria sobre ti mismo.

Con el fin de convencer a los jóvenes de intentar su crecimiento y maduración sin la presión del sexo, se emplearon slogans (frases repetidas) en muchas partes de la escuela. Aunque al principio algunos no los tomaron en serio, e incluso los chotearon, pero su acción fue efectiva.

#### OTRAS ACTIVIDADES:

Conferencias bien preparadas e interesantes que abarcaron además de los puntos básicos antes enunciados, otros aspectos tan sencillos como:

- Diversiones sanas a mi alcance.
- Reuniones con mis amigos y amigas en las que se ejercita la creatividad.

- Diálogo con mi compañero(a) que nos enriquezca a ambos.

Mesas redondas: con la aportación positiva de experiencias personales de alumnos.

TEMAS SUGERIDOS:

- Los mejores años de mi vida escolar porque aprendí que el sexo no es diversión.
- Mi seriedad ante el sexo me da seguridad y verdadera influencia entre mis compañeros.
- Ser leal y serio me asegurará el éxito de toda mi vida.

Muy importante: Los alumnos aprendieron a ver que los ejemplos de sus padres son con frecuencia malos modelos a seguir en la vida. Aunque existiera el mal ejemplo paterno en el terreno sexual, en las drogas, en el abuso del alcohol y otros, están ya en edad de criticarlos en forma correcta y pensar que es su vida y su felicidad, no la de ellos, lo que está en juego.

Otro aspecto central en la educación ha sido responder claramente a la pregunta.

¿POR QUÉ DEBO ESPERAR?

- El sexo en el ser humano es realizador y gratificante si forma parte de algo más grande y trascendente en la vida humana: un verdadero amor.
- El matrimonio es el compromiso más serio y total entre dos personas.

Han comprendido las enormes consecuencias y responsabilidades que representa engendrar nuevas vidas.

Peligros y enfermedades, aunque son factores para tomar en serio, no son las razones últimas en una vida completa y racional.

El verdadero amor y no el miedo, es lo que genera valores humanos.

He aquí lo que un padre instruido dijo a los alumnos a este respecto: “En el matrimonio la unión sexual es parte total y recíproco compromiso. La intimidad sexual fuera del matrimonio, cambia totalmente el sentido del acto: sólo se busca el placer egoísta, sólo se simula una entrega, porque no la puede haber: sólo pueden unir sus cuerpos quienes han unido sus vidas”.

La meta en la educación sexual, es ayudar al joven a actuar en el sexo como debe actuar en otras muchas áreas de su vida, si las toma inteligentemente: control de sus propios deseos, respeto de sí mismo, respeto de los demás y no buscar sólo la satisfacción del presente.

Sobre este último principio, un psicólogo, el Dr. Purnell, aportó innumerables testimonios de jóvenes que acudieron a él tratando de salvarse de las tragedias en que

habían incurrido por el sexo. “Casi todos los adolescentes que acuden repiten la misma historia: Al principio todo fue muy atractivo y emocionante. Después me sentí mal conmigo mismo(a). Y sentí desprecio por la persona que me ayudó a caer... rompimos, y ahora somos enemigos”.

Las lamentaciones de las chicas son particularmente escalofriantes; todas sienten vergüenza, sienten un rencor sin medida... y no pocas se sienten como la que me dijo: “quisiera ser aún joven, pero sé que ya soy vieja”.

Cuando al muchacho le queda un gramo de dignidad y conciencia llega en confianza a decir lo de un alumno de 18 años: “Lo que más lamento de toda mi vida como estudiante es haber destrozado a una chica para toda su vida”.

“La mayor herida que llevo y llevaré toda mi vida es la de haber entregado lo mejor de mi vida a un(a) irresponsable. Perdí para siempre mi alegría... jamás imaginé que debía pagar tan caro y por tanto tiempo un momento de placer. ¡Lástima que mis padres no me ayudaron a evitarlo!

Otros psicólogos aducen el testimonio de personas adultas casadas y que aún después de mucho tiempo les persigue el recuerdo de esos errores y les impide la relación profunda con sus esposos.

Es vital que el adolescente y el joven recuerden en forma definitiva que el sexo en su edad es paralizante. Inteligencia y sentimientos se dislocan, los problemas familiares aparecen inmisericordes y en forma irreversible: Compromisos y actividades se multiplican, no sólo se anticipan compromisos del adulto, sino que se acumulan responsabilidades morales y legales. Muchos abusos sexuales matan para siempre la frescura y riqueza de la juventud.

Para la madurez sexual es necesario vivir un proceso de idealización en la juventud. Asimismo interesa que el adolescente sepa ponerse en guardia contra opiniones falsas y molestias de sus compañeros. Para ello le ayudará conocer y vivir el principio:

Amar es querer lo mejor para la otra persona, para el presente y para el futuro.

A la expresión tan frecuentemente oída y empleada por adolescentes hoy día de: “Si me quisieras, accederías”. Se debe responder: “Si me quisieras, no me harías estas proposiciones”.

Masturbación. Aunque existen razones psicológicas para explicar su frecuencia en los adolescentes, entre otras la evolución somática y las tensiones propias de esta edad, es necesario que se haga comprender a los jóvenes que la falta moral de este vacío reside en que la finalidad inmediata del sexo es relacional, debe ser compartido; además es la expresión de amor entre dos personas.

Aquí nuevamente son los motivos éticos y la aplicación de sus energías a causas nobles (deporte, arte, ayuda a otros), lo que ayudará al joven a comprender el valor de la abstinencia.

El adolescente debe estar convencido que gran parte de su personalidad está en saber defender sus convicciones. Toda persona honorable lo debe hacer en todos los aspectos de su vida en que lo valioso está comprometido.



La obligación ética de tratar con justicia a toda persona no significa que se debe aprobar todo lo que ella dice o hace.

En el terreno sexual, como en todo terreno formativo, la escuela necesita buscar y contar con el apoyo de los padres.

Los padres deben establecer límites también en sus prohibiciones y normas hacia espectáculos y diversiones dudosas o peligrosas.

Ellos deben ser convencidos por la escuela de que la imagen que su hijo tenga de sí mismo y de su familia le ayudará o le estorbará en su esfuerzo.

El autor del artículo concluye enfatizando que las convicciones, actitudes e imagen del profesor lo hacen instrumento o estorbo en esta educación sexual del adolescente.

Al poner la anterior traducción en manos de los maestros se busca un doble objetivo:

- A) darles puntos de referencia profundos sobre el tema de la sexualidad;
- B) proporcionarles un material para comentar con sus alumnos.

Se aconseja leer con detenimiento el contenido del artículo y adaptarlo a la edad de los alumnos.

## **B. ESQUEMA DE APOYO DIDÁCTICO**

### ESQUEMA NÚM. 1

La abstinencia es la única forma absolutamente segura de evitar embarazos y enfermedades venéreas. Abstenerse de tener relaciones sexuales hasta el matrimonio es la mejor protección contra las frustraciones, los sentimientos de culpa, las enfermedades y otros problemas que suelen acompañar a las relaciones prematuras.

#### MEDIOS PARA VIVIR LA INTEGRIDAD SEXUAL:

- A) cultivar la amistad de personas que nos hacen mejores;
- B) tratar de que las relaciones entre jóvenes de distinto sexo sean profundas y valiosas;
- C) tener diversiones sanas;
- D) seleccionar las películas y las lecturas;
- E) controlar la imaginación;
- F) cuidar la intimidad en el vestido y en el lenguaje;
- G) no verlo todo ni oírlo todo; guardar la vista;
- H) tener valentía de huir de ocasiones que propicien el desorden sexual
- I) evitar ocasiones de recaída si ya se ha caído;
- J) cultivar la alegría y el buen humor;
- K) renunciar a amistades que dañan;
- L) saber decir que “no” a tiempo para decir que “sí” al amor;
- M) vivir la moderación en las bebidas alcohólicas;
- N) saber a qué sitios se va o qué tipo de discoteca es aquella a la que hemos sido invitados;
- O) evitar la ociosidad;
- P) no tener “familiaridades” en el trato con personas del sexo opuesto; es decir, no llegar a las “confianzas”.

#### **D. TRABAJO EN EQUIPO**

Leer, analizar y sacar posibles soluciones al caso:

“Celina y Cosme”

Celina estudia el primer año de preparatoria y tiene 16 años. Desde niña ha sido festejada por su inteligencia y su belleza. Le gusta el baile regional, el estudio y los trabajos de la casa. Destaca especialmente por su habilidad para actuar en el teatro escolar, lo que le ha llevado a pensar en ser artista de telenovelas.

Su mamá es viuda y se volvió a casar. De su segundo matrimonio tiene un niño de tres años. Atiende su casa y trabaja de maestra en una escuela primaria vespertina.

Celina tiene muchos amigos y amigas, es muy cortejada y con frecuencia llega tarde a su departamento porque los ensayos de teatro se prolongan hasta las 9 ó 10 de la noche.

Cosme es vecino de Celina. Trabaja y estudia el primer año de ingeniería en el Politécnico. Está cautivado por su vecina y ha logrado hacerse amigo de ella. Celina le ha llegado a confiar sus penas y sus alegrías. Le ha dicho también que tiene temor de que su padrastro la viole ya que alguna vez le hizo una insinuación, pero ella supo negarse y no pasó a más.

Con el paso del tiempo Celina y Cosme se hicieron novios. Poco a poco fue creciendo el afecto ente ellos dos. A veces él iba por ella a la “prepa” para acompañarla a su departamento, en la noche. Un día, por debilidad, sin saber cómo ni por qué, se quedaron solos en el departamento, y ella quedó embarazada. A Cosme le pareció fácil decir que no está seguro de que él es el padre del niño; pero lo que pretende es evadir responsabilidades debido a que anhela terminar su carrera. Está desorientado.

Alberto, amigo de Celina, se ha enterado del caso y no ha comentado nada porque quiere ver cómo se resuelve. Está dispuesto a casarse en el futuro con Celina si Cosme emprende la retirada. Pero antes quiere trabajar para tener algo que ofrecer a la que vaya a ser su esposa.