

## EDUCACIÓN SEXUAL

Autor: Luis García

### ÍNDICE

1. Objetivos
2. Todo lo que usted siempre quiso saber sobre el sexo y nunca se atrevió a preguntar
3. Algunos apuntes para definir la sexualidad humana
4. La sexualidad es cosa de ... ¿...uno? ¿...dos? ¿...tres?
5. Anticonceptivos: una forma de afrontar algunos riesgos de nuestra sexualidad
6. ¿Hacemos educación sexual?
7. Síntesis de mensajes
8. Directrices para la utilización de estos materiales
9. Actividad 1: Cuestionario
10. Actividad 2: Recabando información
11. Actividad 3: Con las cuatro manos en la masa
12. Actividad 4: Usar condones
13. Propuesta abierta para una escuela de padres/madres sobre educación sexual
14. Bibliografía y Videografía

De los nueve a los dieciséis años, algunas personas antes y otras después, los seres humanos experimentamos una compleja serie de cambios madurativos que nos permiten la reproducción.

Adultos sexualmente, los púberes deben enfrentar una nueva forma de estar en el mundo que implica una serie de nuevas y excitantes situaciones así como un buen número de riesgos y peligros asociados a su nueva sexualidad.

Son éstos momentos de desasosiego para muchos padres y madres, que encuentran en este nuevo despertar de sus hijos hacia su autonomía una fuente importante de preocupaciones y dudas.

A pesar de que es en el despertar de la sexualidad adulta donde se concentran las preocupaciones de muchos padres y madres, debemos recordar que la sexualidad humana es muy anterior a la posibilidad de las personas para reproducirnos.

Desde el nacimiento, cada persona ve cómo su vida se desarrolla ligada a su sexualidad. Sexualidad no adulta, no reproductiva, que genera placer, nuevas experiencias y conocimiento.

Conocer y explorar el propio cuerpo resulta tan necesario y útil para el bebé como comenzar a entenderse con el entorno donde va a crecer y desarrollarse.

El cuerpo resulta un campo especialmente interesante de explorar, más aún cuando su investigación produce sensaciones agradables.

No sólo existe un desarrollo físico y corporal de la sexualidad que acompaña a las personas desde el nacimiento, también aparece todo el aparato social y cultural que nos modela a través de nuestro sexo.

Es por los órganos que tenemos entre las piernas por lo que se decidirá una de las cuestiones más relevantes de nuestras vidas: nuestra consideración como hombres o mujeres.

La identidad sexual se va gestando desde el nacimiento (ahora desde antes, con la información proporcionada por las ecografías) y aparece como el rasgo de mayor peso a la hora de configurar nuestras vidas. más allá de como se materialice cada rol y de las nequeñas

posibilidades de libertad personal que aparecen en las sociedades industriales.

Identificar sexualidad con concepción, relegando su existencia a las personas adultas, o circunscribirla únicamente al área genital son asignaciones parciales e interesadas que surgen en un contexto social y cultural concreto.

En todo caso debemos empezar a preguntarnos si lo que deseamos es que nuestros hijos e hijas tengan (nos den) el menor número de problemas posible con su sexualidad o por el contrario creemos que, como otras áreas importantes de la vida, la sexualidad debe ser afrontada como una fuente de satisfacción y desarrollo personal.

Ciertamente la educación sentimental de muchos de nosotros, en un clima de intolerancia y sospecha continuas, no resulta una base cómoda desde la que abordar el desarrollo sexual de nuestros hijos e hijas. Desde esta perspectiva quizá, cada uno desde su propia posición, pueda reivindicar el derecho de todos a educarnos y a crecer, sea cual sea nuestra edad. Como padres y madres tenemos el deber de cuidar y velar por nuestros hijos e hijas pero en ningún caso tenemos la obligación de saberlo todo o tener respuesta para cualquier situación. Tenemos derecho a dudar, pensar y aprender.

No debemos equivocarnos cuando pensamos que si no respondemos ante las manifestaciones sexuales de nuestras hijas e hijos o a sus preguntas no estamos haciendo educación sexual. El silencio y las conductas esquivas también educan.

Desde estas páginas apostamos por una educación sexual que no sólo contemple los riesgos y dificultades de la sexualidad humana, sino que contemple y se implique en las parcelas de desarrollo que la sexualidad representa para cada persona y que incluya necesariamente una dimensión moral y ética que se vertebré sobre el respeto a los demás y la tolerancia hacia opciones distintas a las propias.

Reivindicar libertad para el uso de la sexualidad individual no puede en ningún momento separarse de la consideración respetuosa hacia las opciones y derechos de los demás. Sólo educaremos personas íntegras cuando consigamos que la tolerancia y la solidaridad sean los marcos fundamentales del intercambio entre personas.

---

## ⇒ OBJETIVOS

Siempre es importante, a la hora de comenzar a caminar o a explorar un territorio, fijarse una serie de objetivos que permitan dirigir nuestros pasos o nuestras acciones. A continuación enumeramos brevemente un panel de mínimos que esperamos cubrir en este TEMA DE ESCUELA DE PADRES Y MADRES:

1. Realizar una aproximación a las características de la sexualidad humana teniendo en cuenta las matizaciones y limitaciones con las que es modelada por tabúes, estereotipos y prejuicios sociales.
2. Defender una educación sexual basada en las inquietudes y deseos de la infancia y la adolescencia, sus protagonistas.
3. Apuntar mecanismos que permitan limitar los problemas y riesgos que acompañan al uso de la sexualidad.
4. Analizar los aspectos sociales y culturales moduladores de la sexualidad humana que inciden de forma importante en las manifestaciones de la sexualidad de cada persona.
5. Relativizar la visión que tenemos de nuestros usos y costumbres sexuales, contrastándolos con los acontecidos en otros momentos históricos y otras culturas.
6. Abogar por concepciones amplias, no restrictivas, de la sexualidad, dejando en manos de cada persona la capacidad para perfilar sus propios usos sexuales.

7. Señalar las condiciones más relevantes para llevar a cabo una educación sexual adecuada en el medio familiar.
8. Revisar los distintos principios para desarrollar actividades de educación sexual en la escuela, realizando tanto aportaciones conceptuales como metodológicas.
9. Subrayar la importancia de que se hable de sexualidad en las aulas, en diversas materias, partiendo de los conocimientos e intereses del alumnado.
10. Defender la discusión y el consenso como vías para poner en marcha programas de educación sexual en los centros.
11. Defender toda posibilidad de discrepancia como un elemento que permita la pluralidad y el disenso, siempre que éstos se asuman dentro de un marco general de respeto ante las opiniones ajenas y la tolerancia hacia las posturas de los demás.
12. Desarrollar la vertiente moral de la educación sexual, basada en el respeto y la tolerancia hacia la diferencia junto a la toma de postura activa frente a fenómenos sociales y tecnológicos relacionados con la sexualidad como los avances de las nuevas tecnologías médicas y reproductivas, el aborto, etc...

---

⇒ TODO LO QUE USTED SIEMPRE QUISO SABER SOBRE EL SEXO Y NUNCA SE ATREVIÓ A PREGUNTAR

«Nos dimos cuenta de que los niños no manifestaban interés por los órganos sexuales durante la desnudez sino solamente cuando se hallaban vestidos»  
Vera Schmidt

En principio y como introducción a este apartado querríamos realizar una serie de puntualizaciones con referencia al título de este epígrafe que sirvieran para enmarcar su intencionalidad y contenidos.

En primer lugar es un homenaje a Woody Allen, quien desde su atalaya intelectual, ha dedicado décadas de trabajo y kilómetros de cinta cinematográfica a explorar muchos de los aspectos y rincones, a veces oscuros, conflictivos y contradictorios, que definen a las personas en relación con su sexo y su sexualidad y a las relaciones que por ello las personas establecemos con los demás. De esta manera ha hecho partícipe de sus dudas y descubrimientos a muchos de sus espectadores y a la totalidad de sus incondicionales.

Consecuencia de esta primera consideración, hace un tiempo utilizamos el título de ésta película de Woody Allen como cabecera de una encuesta abierta y anónima dirigida a los padres y madres que participaban en nuestros cursos de educación sexual. Las páginas que comenzamos deben mucho en su marco de trabajo y en sus contenidos a las preguntas de estos padres y madres.

Estas preguntas anónimas significan un par de cosas importantes: cuando realizamos educación sexual no podemos hacer sensatamente otra cosa que atender a las preguntas, necesidades, dudas e inquietudes de nuestros educandos; junto a esto debemos hacer posible un clima de confianza y comunicación lo suficientemente limpio de ruidos e interferencias que permita no confundir el tiempo y las épocas.

Por último una reflexión sobre el marco desde el que realizar educación. Estamos convencidos de que el ser humano posee uno de sus principales activos en su inquietud y su capacidad para hacerse preguntas. Toda educación parte de este supuesto que encierra implícitamente la confianza en la actitud receptiva de las personas. Es fácil comprobar, observando a personas de distintas edades, cómo el paso del tiempo y la sucesión de experiencias vitales van limitando la curiosidad y la capacidad para preguntar y explorar. Un objetivo educativo de primer grado es el mantener esa inquietud viva en cada persona. Coherentes con este

pensamiento esperamos que el presente trabajo sea una herramienta para hacerse más preguntas.

#### ⇒ ALGUNOS APUNTES PARA DEFINIR LA SEXUALIDAD HUMANA

Si realizáramos una brevísima tormenta de ideas entre un grupo de ocho o diez personas proponiendo que, sin ninguna reserva, se apuntaran palabras relacionadas con la sexualidad, fácilmente nos encontraríamos con una larga lista de términos dispares y heterogéneos. No sería ésta una ocasión que ilustrase el desconocimiento general sobre la sexualidad sino que resultaría una buena muestra de la complejidad y la diversidad de la sexualidad humana.

Para aproximarnos al concepto de sexualidad puede resultar gráfico entender que la sexualidad de cada persona se articula en el punto de unión, roce o contraste entre dos ejes que componen esencialmente a todo ser humano: su biología y su cultura.

Desde la perspectiva biológica es claro que la sexualidad cumple una misión de supervivencia de la especie humana pretendiendo una única misión: reproducirse a sí misma de manera que nuevos individuos sustituyan a aquellos que mueran. A esto las personas le llamamos paternidad y maternidad y lo recubrimos de importantes e intensas emociones. Lo cierto es que todos nuestros afectos, deseos, temores, experiencias y prácticas en este campo de la vida son equivalentes a otros, en apariencia bien distintos, que se realizan entre diversas especies animales.

La finalidad reproductiva de nuestra sexualidad determina de forma fundamental nuestra morfología. Nuestros órganos reproductivos así como muchos de los aspectos con los que vivimos, disfrutamos y sufrimos nuestra sexualidad están en íntima relación con ésta función reproductiva. La forma del pene y de la vagina tienen definida su complementariedad por esta cuestión, la alta concentración de terminales nerviosos en el glande o el clítoris o la importante cantidad de transpiraciones que generan olores característicos son algunos de los ejemplos de cómo la evolución de los seres humanos, como del resto de los mamíferos, ha rodeado de múltiples atractivos una misión que, por el bien de la especie, debía realizarse con eficacia.

Todo esto genera una realidad que modela y en ocasiones atrapa nuestras conductas sexuales, pero no acaba aquí el condicionamiento de nuestra sexualidad. Se ha dicho que la naturaleza del ser humano es su sociabilidad, su cultura. Igual que determinados depredadores precisan de la sabana para sobrevivir o algunos reptiles necesitan que su medio posea un elevado grado de humedad, las personas garantizamos nuestra supervivencia conviviendo con otras personas, viviendo en sociedad.

La sexualidad es un elemento llave para modelar muchos aspectos de la vida social

Podemos definir el término cultura como el modo en que una sociedad o grupo de personas se organiza para sobrevivir como tal. Hemos de destacar que la forma en que se realiza la sexualidad de los miembros de cada sociedad tiene repercusiones fundamentales y básicas en muchos aspectos de su organización cotidiana y su supervivencia.

La sexualidad es un elemento llave para modelar muchos aspectos de la vida social. No sólo se trata del número de hijos «adecuado», también resulta importante el modo en el que se permiten las relaciones sexuales, la regulación de la natalidad, la permisividad del aborto o el trato y el rango que se otorgan a la sexualidad de los seres que no tienen capacidad reproductiva (básicamente viejos y niños).

La sexualidad de las personas es organizada, educada y controlada de formas distintas en cada sociedad. No sólo se dictan normas y leyes de manera explícita, sino que también, soterradamente, los modelos sociales configuran los usos y consecuencias de nuestra sexualidad.

Desde lo reproductivo podemos ver cómo las expectativas personales, sociales y profesionales

así como la realidad tecnológica han postergado la edad media de la aparición del primer hijo. En nuestra sociedad europea las posibilidades de una mayor experiencia educativa, la dificultad para encontrar empleo estable o los problemas actuales para conseguir vivienda condicionan la forma en la que las parejas actuales «voluntariamente» deciden cuando tener hijos. De igual forma, el número de hijos en la unidad familiar ha descendido en su media permitiendo una mayor promoción social y profesional de la mujer así como un cuidado más rico y dedicado al hijo o a los hijos existentes, por parte de la pareja.

Sirvan estos ejemplos para ilustrar cómo la sexualidad, sus usos y consecuencias se convierten en cuestiones que no son de ninguna manera independientes del contexto social y cultural donde se encuentran nuestros protagonistas. Bien al contrario, la organización y la permisividad sexual están indisolublemente unidas a otras cuestiones sociales independientes sólo en apariencia.

Cada persona posee un cuerpo con unas características y potencialidades para desarrollar su sexualidad y una cultura que las modela, las potencia o las inhibe

En muchas ocasiones se transmite la idea de que la cultura es exclusivamente, un inhibidor de la sexualidad de las personas. No estamos de acuerdo con esta afirmación. La existencia de anticonceptivos eficaces es un ejemplo concreto de cómo nuestra cultura nos permite independizar nuestra actividad sexual de nuestra capacidad reproductiva ampliando enormemente el desarrollo de sus otras funciones (placenteras, afectivas, comunicativas, etc.).

Si analizamos comparativamente la sexualidad con la nutrición, como un equivalente de supervivencia biológico, quizás podamos ejemplificar con mas claridad la forma en que la cultura puede enriquecer a las personas. Los seres vivos tenemos necesidad de alimentarnos y sobre esa necesidad biológica, culturalmente, tenemos la posibilidad de cocinar y disfrutar de la gastronomía. Lo que en principio es una necesidad básica de aportes de sustancias energéticas pasa a ser un placer en el que se combinan todos los sentidos con la imaginación.

No debemos de perder de vista que junto a la apertura de posibilidades aparecen las presiones para dirigir y controlar las vivencias y elecciones de las personas. Desde la glotonería del carnaval a la vigilia de la cuaresma, de la bulimia a la anorexia.

El símil de la alimentación puede seguir siéndonos útil para hablar de la complejidad de la sexualidad humana. La sexualidad de toda persona está indefectiblemente condicionada y articulada por este doble juego de ejes interconectados, su biología, su cuerpo y su sociedad o cultura.

De la misma manera que en la preparación y degustación de un plato, en la sexualidad aparecen e intervienen todos nuestros sentidos. Y junto al tacto, al olfato o al gusto aparece un eje diacrónico fundamental. De la misma manera que un aroma o un sabor nos devuelve una imagen o una experiencia pasada, una comida familiar o el recuerdo de un ser querido, la sexualidad posee un carácter dinámico y acumulativo fundamental para las personas.

Como en otros campos de nuestra vida, en nuestra sexualidad se van produciendo cambios que tienen conexión con ciertas cuestiones madurativas e indudablemente con nuestras experiencias y aprendizajes. Cada persona tiene una sexualidad peculiar y distinta a la de otras, de la misma manera cada momento de la vida sexual de una persona tiene características distintas. Tener este dinamismo en cuenta posibilita entender con mayor claridad y menor grado de confusión el sexo y además abre la posibilidad de actuar positivamente en el desarrollo de la sexualidad de las personas y posibilita también la educación sexual. La sexualidad humana es un espacio de la vida de las personas en el que actúan y se articulan diversos factores que la condicionan y que, por esta razón, deben de ser abordados desde cualquier proyecto de Educación Sexual que quiera ser eficaz y que no pretenda solamente tranquilizar conciencias.

Reproductivo	Supervivencia de la especie
Fisiológico	Liberación de tensiones, producción de placer, biorritmos
Afectivo	Define la identidad de las personas, su estima y valoración
Comunicativo	Permite establecer niveles de relación intensos y profundos
Social	Formas de relación de pareja, relaciones extramatrimoniales, permisividad sexual...
Cultural	Mitos, tabúes, relaciones de consanguinidad, linaje, etc.

⇒ LA SEXUALIDAD ES COSA DE: ¿...UNO? ¿...DOS? ¿...TRES?

...uno

El primer ámbito donde la sexualidad tiene sentido y desarrollo es en la esfera individual. Cultura, biología, confluyen y toman forma en cada persona, constituyéndose el individuo, cada persona particular y concreta, en la medida básica para vivir y comprender la sexualidad.

Cada persona posee un cuerpo propio y una sexualidad particular y debemos reivindicar en primer término el derecho de cada uno y cada una a utilizarlos según sus deseos.

Dicho así -quizás resulte brusco para algunos- el ejercicio de la sexualidad es un ejercicio individual y privado en el que cada persona asume su propia sexualidad, con sus responsabilidades y riesgos. Por paradójico que parezca, la educación sexual es una intervención social (promovida por terceros) para conseguir en cada persona una sexualidad autónoma, responsable y respetuosa con los demás.

La representación y valoración del cuerpo es algo que cada persona aprendemos de forma importante en los primeros años de vida. En este sentido baste recordar cómo la Educación Infantil promovida por la LOGSE reconoce como su primer objetivo «Descubrir, conocer y controlar progresivamente el propio cuerpo, formándose una imagen positiva de sí mismo, valorando su identidad sexual...».

Nuestro cuerpo es aprehendido y valorado por cada uno y cada una en función de lo que se nos dice de él y de cómo se nos permite actuar con él. La manera en la que tratemos el cuerpo de nuestros hijos, la forma en que el baño se convierta en un juego o una horrible obligación, cómo enseñemos a nuestros hijos e hijas a controlar esfínteres, nuestra actitud ante la autoexploración de su cuerpo o cómo potenciemos o inhibamos el uso de sus sentidos son variables con las que desde nuestra perspectiva -de padres y madres educadores- influimos en la sexualidad de nuestros hijos e hijas.

Con respecto a lo corporal, una práctica muy unida a posturas restrictivas ante la sexualidad ha sido la negación de la existencia de los cuerpos y su mutilación simbólica. Las lecciones de anatomía de los bachilleres de hace unas décadas sufrían tales movimientos sísmicos al llegar al ombligo que muchas personas no conservan mas que manchas borrosas de la zona pélvica.

Y si todos los cuerpos eran negados, los cuerpos femeninos sufrían malformaciones génicas propias de la más publicitada película de terror fantástico. La ideología dominante, machista y falocéntrica, ha reducido en un sentido general la capacidad sexual de las mujeres a su capacidad reproductiva y es de esta manera como muestra el cuerpo femenino.

Sobre ésta cuestión recomendamos la lectura de «Mas allá de los labios» de Elisabetta L. Leonelli, donde se realiza una revisión exhaustiva del «agujero», revisando la simbología y el control social que se concentra en la representación cultural de la vagina.

Entre muchos padres y madres aflora la preocupación ante las actividades masturbatorias de sus hijos e hijas.

Podemos afirmar que existen actividades autoeróticas desde los primeros días de vida. La succión regular y rítmica del chupete o el pulgar para la obtención de satisfacción es una de las primeras formas de autoestimulación. Muchas personas que se escandalizan al saber que en algunas culturas polinésicas se duerme a los niños varones estimulando rítmicamente sus genitales, no tienen ningún pudor en jugar al «caballito» o al «burrito» con sus hijos. Existen infinidad de formas para estimular placenteramente nuestros cuerpos. Para los bebés, junto a la obtención de placer, este tipo de actividades les proporciona un conocimiento esencial de su propio cuerpo. De la misma forma que necesitan conocer y explorar su entorno físico, precisan del conocimiento de su cuerpo.

La incorporación de las personas al mundo de los adultos requiere una larga cadena de inhibiciones y postergaciones de deseos. Esta es la razón por la que, como padres y madres, limitamos la autoestimulación infantil. Este principio, coherente con nuestro modelo social, no tiene por que ir unido a una consideración negativa o culpabilizadora de la masturbación. La persona que aprendió durante su infancia que estas actividades son reprobables y dañinas, conservará la impresión de que obtener sensaciones placenteras por estimulación de su cuerpo es algo sucio y repugnante. Esta actitud, con toda seguridad, será una traba para disfrutar siempre de su sexualidad.

Durante mucho tiempo nosotros, padres y madres, hemos oído hablar de la masturbación de las personas adultas -adolescentes o no- como algo terrible. Además de sus males -efectos-morales, su práctica tenía consecuencias trágicas que iban de la aparición del acné a la esterilidad, pasando por la ceguera y la calvicie.

Numerosos estudios vienen a contradecir a nuestros tutores y maestros: actualmente es una cuestión generalmente admitida que el autoerotismo es una práctica útil para la obtención de placer y satisfacción personal; también es un recurso para la descarga de tensiones físicas y de ansiedad; junto a todo esto, la masturbación es un instrumento inigualable para el autoconocimiento de nuestros cuerpos y esto es algo que, siendo beneficioso en sí mismo, también nos permite compartir nuestras experiencias con nuestra/s pareja/s.

Cuando se realiza vida sexual en pareja, la masturbación permite una cierta independencia a cada uno de sus integrantes de sus respectivos deseos sexuales. Este planteamiento puede chocar un poco si tenemos asociada la masturbación a la adolescencia o la contemplamos como un recurso menor a utilizar cuando no es posible la sexualidad de pareja. Esta asociación no puede, de ninguna manera, separarse de una concepción social restrictiva de la sexualidad de la que ya hemos hablado. El autoerotismo es una actividad que depende de los deseos de cada persona, independientemente de su edad, su situación de pareja o su sexo.

Cuando, como padres y madres, estamos temerosos de cómo empezarán nuestros hijos su vida sexual con otras personas, la masturbación permite a los jóvenes y adolescentes dar rienda suelta a sus fantasías y deseos salvaguardándose aún de frustraciones y conflictos.

#### ...dos

Si el primer espacio donde tiene lugar la sexualidad es el individual, el personal, este plano se articula inmediatamente y de forma complementaria con el de la pareja. La función reproductiva de la sexualidad humana hace dirigir la conducta sexual humana hacia otras personas. Sobre este condicionante biológico aparecen numerosos usos sociales de la sexualidad que definen las formas en las que se establece la pareja procreadora.

El mero hecho de que nuestro hijo o nuestra hija alcancen edad de emparejarse y de aparearse

ya es motivo suficiente para que exista un -pequeño o grande- terremoto doméstico. Y puede que no sea para menos.

Una vez que nuestros hijos e hijas alcanzan la madurez reproductiva y se hacen hombres y mujeres las posiciones relativas de cada uno de los miembros de la familia cambian rápidamente. Esto se acentúa en nuestros tiempos, cuando otros vectores de la mayoría de edad (independencia económica, abandono del hogar materno, empleo, etc.) se retrasan, amplificándose y cronificándose las tensiones y los conflictos intrafamiliares.

Los hijos sienten, junto a una cantidad de cambios físicos manifiestos y desbordantes, cómo empiezan a ser personas distintas para quienes les rodean, ya sean seducibles (posibles novios o novias) o competidores. Al mismo tiempo, no es difícil recordar o imaginar la sensación de un padre o una madre que por primera vez piensa que pueden ser abuelos.

Si hasta aquí estamos hablando de cambios progresivos y sutiles, la aparición del primer novio o novia tiende a concentrar todas estas nuevas sensaciones inquietantes y a menudo angustiantes.

Y es que, realmente, la incorporación al mundo adulto en su faceta reproductiva de un chico o una chica es un paso importante para todos los miembros de una familia. Por ésta razón es importante que nos detengamos a reflexionar sobre los contenidos y el sentido de la educación sexual que realizamos habitualmente. Hablar de embarazos, anticonceptivos y VIH/SIDA es importante pero no lo es menos colaborar en la medida de lo posible para que nuestros hijos e hijas comiencen a asomarse al mundo de la convivencia y la sexualidad adulta compartida.

Para ello debemos considerar necesario hablar de afectos, parejas, vida en común, etc. a nuestros hijos e hijas, no sólo para evitarles sufrimientos y frustraciones -realidades inevitables para cualquier persona en este ámbito- sino también para conseguir que mantengan la calma ante futuras dificultades y puedan sobrellevarlas y superarlas positivamente.

Un ejemplo concreto es el de la primera vez, situación sobre la que se concentran numerosos mitos y fantasmas que alteran y en ocasiones marcan a los jóvenes o adolescentes. Abordar y desbaratar las fantasías y chantajes que acompañan al tabú de la virginidad sobre todo para la mujer, desmitificar las imágenes de los medios de comunicación, admitir que la frustración y el conflicto son ingredientes inherentes pero no inundantes de la vida amorosa, subrayar la tranquilidad que permite el uso de anticonceptivos o darles nuestra propia visión -sin animo de imponerla- de cómo se desarrolla habitualmente, pueden ayudar a los noveles a enfrentar de forma positiva sus primeras experiencias.

Otra cuestión importante en éstos momentos puede ser la de transmitir la visión de la sexualidad como algo dinámico, tal y como comentábamos anteriormente. No existen apuestas ni órdagos en estas partidas que si tienen algo de interesante está en el mismo juego y no en el resultado. La vida es larga y la vida en pareja, como la sexual, pasa por momentos distintos donde cada persona aprende y se enriquece.

Hasta ahora hemos hablado de cómo la primera pareja o la primera experiencia sexual puede conmocionar a una familia. Si añadimos que en ocasiones esto puede ocurrir con personas del mismo sexo que nuestro hijo o hija, la conmoción familiar puede alcanzar el grado nueve de la escala de Richter, el nivel máximo de un terremoto.

La homosexualidad es definida y valorada de distintas formas en función de la cultura en la que se desarrolle.

Algunas sociedades, por ejemplo, constituyen un período socialmente aceptado y en ocasiones obligado de hábitos homosexuales que dan paso posteriormente al establecimiento de familias heterosexuales. En otras ocasiones, como ocurre en algunos sectores de nuestra sociedad, la homosexualidad es repudiada y los homosexuales excluidos.

Existen numerosas teorías que tratan de explicar este hecho y, no siendo éste el espacio para discutirlos, sí es importante subrayar que la homosexualidad no constituye en absoluto un



trastorno o una enfermedad. Lo cierto es que resulta difícil hablar de homosexualidad en singular ya que las relaciones sexuales con personas del mismo sexo adquieren diversas formas. Existen, por ejemplo, numerosas personas que a lo largo de su vida han mantenido algún contacto sexual de este tipo, otras mantienen de forma permanente relaciones sexuales con personas del otro sexo y de forma esporádica mantienen relaciones homosexuales, determinadas personas escogen de forma exclusiva a otras de su sexo para desarrollar su sexualidad.

Las relaciones sexuales con personas del mismo sexo adquieren diversas formas.

Por otro lado, la elección de personas de uno y otro sexo para compartir la sexualidad es algo que varía en el tiempo. Es frecuente, por ejemplo, que en la infancia y la adolescencia se realicen juegos, exploraciones y otras actividades de orden sexual entre amigos/as del mismo sexo, esto no es ningún elemento que determine la orientación sexual de nadie. Otra realidad que habla de lo inconsistente de la homosexualidad como etiqueta estigmatizadora la definen aquellas personas que durante una época de su vida mantienen exclusivamente un tipo de orientación sexual, por ejemplo heterosexuales, y en momentos posteriores establecen relaciones de signo contrario. Tristemente una decisión que compete sólo a las personas que la realizan, como es el caso de la elección de pareja y la orientación sexual, da lugar a etiquetas sociales que tienen la capacidad de estigmatizar a sus protagonistas. Debemos evitar cualquier tipo de prejuicio que nos lleve más allá de considerar a cada persona distinta y al mismo tiempo mantener el principio de igualdad en su diferencia. Hacer esto significa respetar la libertad de cada persona para desarrollar su vida sexual y afectiva.

...tres

El número de personas o factores que intervienen y configuran la sexualidad de cada persona puede ser infinito. Con el título de éste apartado queremos detenernos mínimamente a considerar la influencia de los factores determinados socialmente, considerando aquellos que aparecen como un tercero en discordia.

Ya hemos comentado anteriormente, a la hora de acotar nuestra visión de lo que es sexualidad, la importancia de los factores culturales y sociales y cómo la sociedad condiciona tanto positiva como negativamente la sexualidad individual. En algunas ocasiones incluso podemos observar cómo junto al avance promovido por algún nuevo descubrimiento o forma de asistencia aparece un nuevo riesgo de pérdida personal. Esto es fácil de percibir en el cambio producido por la asistencia a los partos en los hospitales. La sustitución de la partera acompañada por familiares y vecinas por los cualificados equipos de matronas y tocólogos ha implicado tanto la disminución del número de fallecidos en los partos como un desplazamiento del protagonismo en los nacimientos, donde las tecnologías han sustituido a importantes aspectos humanos y comunales. La proximidad y el afecto han sido reemplazados por un número importante de instrumentos sofisticados y expertos que recortan de forma importante el protagonismo femenino y en general de la comunidad en los nuevos nacimientos.

En este momento creemos que resulta fundamental profundizar en algunos de los condicionantes que nuestra cultura dominante nos presenta limitando el uso de las elecciones individuales. Al hilo de este comentario, con la intención de subrayar el marco que encabeza éste epígrafe, puede ser ilustrativo recordar el título de un libro de Josep Viçent Marques publicado en los años ochenta: ¿Qué hace el poder en tu cama?.

Y es que aún cuando pensamos que estamos en la más absoluta intimidad con nuestra sexualidad, somos portadores de códigos sociales que operan en nosotros y nosotras independientemente de nuestra voluntad y en ocasiones condicionándola, reproduciendo los esquemas de control social a través de la producción de comportamientos, deseos y fantasías.

Una de las peores consecuencias que tiene la injerencia de los modelos sociales en las formas particulares que la sexualidad toma en cada persona es su importante influencia restrictiva.

.Junto a la función propositiva -promover determinados tipos de sexualidad. relación. etc.- está

la represiva: tiende a excluir determinadas expresiones y comportamientos de la sexualidad, confiriéndole el calificativo de malignos, perversos o enfermos, cuando éstos no coinciden con su modelo, en todo caso arbitrario. El poder social, con la prevalencia de sus modelos dominantes de sexualidad, actúa limitando y coartando las vivencias y experiencias sexuales de las personas, de todas las personas. Veamos a continuación algunas de ellas.

En primer lugar nuestra cultura trata de imponer la sexualidad de los adultos como la única sexualidad. Los niños y las niñas aparecen, según esta imagen, como ángeles con sexo pero asexuados, entendiéndose que cualquier manifestación de su sexualidad debe ser entendida como una alteración perversa grave que inmediatamente ha de ser reprimida y neutralizada.

Desde esta perspectiva, la dificultad para entender que existen distintas formas de sexualidad entre las personas ha implicado una respuesta de incompreensión y coerción sobre una sexualidad infantil que es radicalmente distinta a la adulta, llena de curiosidad, experimentación y ganas de conocer y conocerse. La incapacidad para entender esto ha generado la condena y el castigo de niños y niñas a quien se les ha entendido como pervertidos, cuya maduración física y psíquica ha sido acelerada peligrosamente.

Esta visión no sólo ha logrado castigar a través de diversos métodos sancionadores y represivos, sino que también ha privado a todos los niños y niñas de una educación que estimulara su desarrollo en este área.

Otra limitación social impuesta a muchas sexualidades individuales es la de restringir la sexualidad adulta a lo genital y lo coital. En este plano, toda conducta sexual que no esté destinada al coito (y de forma más o menos explícita a la reproducción) resulta pecaminosa, perversa, enferma o anormal. Este centramiento en la penetración vaginal omite otras formas de satisfacción y comunicación afectiva. Por ejemplo, todo el proceso de excitación y juego previo a la penetración (obligada) era entendido como necesario y totalmente desprovisto de interés, casi un entrenamiento (calentamiento) gimnástico.

El tan traído y llevado «Punto G» es otro ejemplo de cómo nuestra cultura presiona hacia la restricción. En las cabezas de muchas personas el citado punto aparece como un botón mágico que una vez pulsado produce las sensaciones más placenteras. Tras esta imagen del mecanismo automático e infalible se esconde una doble negación: se niega la existencia de un cuerpo que es sensible y sexuado desde la cabeza a los pies y al mismo tiempo se niega todo aquello que tiene que ver con la construcción de la sexualidad como un proceso de comunicación y enriquecimiento.

Por último, no por que con esta sintética enumeración finalicemos la lista -bastante extensa- de limitaciones, puede ser importante dedicar un espacio a las restricciones que la cultura opera sobre la circulación y existencia de afectos ligados a la sexualidad. De entre todos los encorsetamientos que nuestra sociedad imprime a nuestros afectos, el eje que más destaca es el vinculado al sexo o más exactamente al género.

El género, masculino o femenino, diferencia las funciones, imágenes y posibilidades que en nuestro modelo social se depositan en hombres y mujeres.

Funcionan de tal manera estos papeles masculinos y femeninos que no resulta difícil escuchar en comentarios coloquiales hablar de fulano «afeminado» o de mengana «machorra» de forma despectiva porque se separan de los modelos genéricos establecidos.

El género, masculino o femenino, diferencia las funciones, imágenes y posibilidades que en nuestro modelo social se depositan en hombres y mujeres.

Centrándonos en el ámbito de la sexualidad, la caracterización del género masculino vendría dada por la actividad, mientras que la pasividad resultaría el atributo más importante del femenino.

En nuestro código social, es el hombre el que debe tomar la iniciativa en la sexualidad de la pareja: él debe estar siempre «activo». disponible. en cualquier momento y situación. Un

hombre siempre tiene que «cumplir» y además la pulsión es de tal intensidad que la realización («culminación») sexual no debe ser alterada por ningún estímulo externo.

Como consecuencia de todo ello los hombres de nuestra cultura se ven encerrados en uno solo de los papeles que pueden desempeñar en sus relaciones sexuales y en muchas ocasiones son víctimas de todos estos condicionantes. Víctimas por verse imposibilitados de desarrollar otras actitudes que reporten mayor satisfacción y riqueza en sus experiencias sexuales y víctimas también porque en ocasiones estos modelos de funcionamiento llevan de forma extrema a la aparición de trastornos en su conducta sexual.

La configuración del modelo de sexualidad femenina responde en un alto grado a la complementariedad del modelo masculino. Con toda certeza esto es así porque socialmente es preciso que las posturas de los dos sexos que integran la vida sexual se acomoden y generen el menor número de problemas. Aunque constantemente el precio de esta ausencia de conflictos manifiestos sea asumido en silencio por muchas de las personas que componen uno y otro sexo.

El rol sexual femenino, según este patrón, se puede caracterizar como pasivo, con ausencia de iniciativa, frágil y de alguna forma secundario. La expresión más peligrosa de este modelo, aún por desgracia harto frecuente, es la que entiende que la experimentación de placer es una cuestión exclusivamente masculina y el papel de la mujer es solo para colaborar en él. De forma resumida, ellas son: EL DESCANSO DEL GUERRERO.

La sexualidad femenina aparece como subordinada de la masculina dando como consecuencia un alto coste en frustración y desinterés. Así parece que las competencias de la sexualidad femenina pasan por satisfacer los deseos del otro y en ocasiones esperar a que sea el hombre el que proponga la actividad sexual.

Ante esta situación no es extraño comprender que hasta hace muy poco tiempo la vivencia de la sexualidad de muchas mujeres atrapadas en este modelo de sexualidad fuera un cúmulo de sinsabores y frustraciones que desembocaban en la apatía y el desinterés hacia el sexo. Tristemente aún hoy en día no resulta nada difícil encontrar un elevado número de mujeres que desconocen la experiencia del orgasmo y un número mayor todavía que lo experimentan sólo en ocasiones contadas.

La diferencia de género se convierte en un proceso de dominación y sumisión donde, más allá de la diferencia, se establecen relaciones de poder y de violencia.

En función de la manera en que proyectemos o no éstas imágenes sociales de la sexualidad en los ámbitos familiar y escolar, potenciaremos o limitaremos la repetición de estas pautas sociales entre nuestros hijos e hijas.

#### ⇒ ANTICONCEPTIVOS: UNA FORMA DE AFRONTAR ALGUNOS RIESGOS DE NUESTRA SEXUALIDAD

Si bien estamos en las antípodas de aceptar ciertos planteamientos que por el terror pretenden tener inhibidos y controlados a niños, niñas y adolescentes predicando las maldades y las graves consecuencias de cualquier actividad sexual, creemos que para realizar una educación sexual coherente no podemos obviar sus peligros y sus riesgos.

De la misma manera que la Educación Vial se propone minimizar los riesgos de una cultura que depende de los medios de transporte buscando un uso satisfactorio y responsable de los mismos, nosotros queremos destacar en este apartado los mecanismos que poseemos para evitar accidentes y problemas.

Algunas personas opinan que lo más seguro para no tener un accidente es no conducir. No vamos a discutir aquí el grado de fundamentación de este argumento pero de la misma manera que es evidente que un peatón debe conocer ciertas señales del código

de la circulación, los jóvenes no practicantes también deben de tener información suficiente sobre la sexualidad, su disfrute y sus riesgos.

Que en este epígrafe tratemos básicamente los riesgos de orden biológico y reproductivo de la sexualidad no quiere decir que circunscribamos todos los posibles problemas al ámbito físico. Existen otros riesgos afectivos y morales de los que ya hemos hablado. En el presente apartado queremos detenernos a llamar la atención sobre la necesidad de un adecuado conocimiento y una buena utilización de los métodos anticonceptivos.

Todas las culturas disponen de métodos para regular la natalidad y de hecho la búsqueda de fórmulas eficaces de control reproductivo es una constante en la historia de la humanidad.

Dentro de esta necesidad social del control de nacimientos, las técnicas anticonceptivas son instrumentos alternativos al aborto y al infanticidio ya sea pasivo o activo.

Cada cultura tiene sus propias técnicas y afortunadamente los conocimientos adquiridos con el tiempo en unas sociedades han sido utilizadas fructíferamente por otras sociedades. Sirva como anécdota la historia de los bereberes que, como un precursor actual de nuestro actual DIU, introducían en el útero de las camellas pequeñas piedras para impedir su preñez en las travesías por el desierto.

De las mujeres de hace pocas décadas se decía que componían la Generación de la Píldora y ciertamente el uso y la generalización de anticonceptivos eficaces es uno de los factores que han condicionado el desarrollo de los países occidentales en la última mitad del siglo XX.

Hemos de aclarar que la existencia por sí misma de los anticonceptivos no garantiza la anticoncepción. No basta con usarlos, hay que usarlos bien. De la misma manera, no basta con que nuestros hijos e hijas sepan de la existencia de los anticonceptivos. Debemos trabajar educativamente sus mitos y prejuicios hacia ellos, sus vergüenzas, dudas y pudores.

Es importante facilitar el acceso de los jóvenes a los anticonceptivos y de la misma manera es esencial, para evitar embarazos no deseados, que estos dispongan de información veraz y suficiente y que hayan desarrollado actitudes adecuadas para utilizarlos.

Enumeremos como ejemplo la cantidad de condiciones para que una pareja utilice adecuadamente un preservativo en una relación sexual, dando por hecho que los conocen y saben para que se usen y cómo se utilizan: El/ella deciden que usarlos es mejor que no usarlos; el/ella van a una farmacia a adquirirlos; el/ella propone al otro su utilización; el/ella pone el condón adecuadamente y en el momento oportuno; el/ella lo retira tras la penetración y lo tira.

Debemos tener claro que para realizar educación preventiva debemos abordar todas aquellas situaciones, actitudes y prejuicios que pudieran bloquear el uso de técnicas anticonceptivas.

Sin más intención que realizar una enumeración esquemática, incorporamos una relación de los métodos mas utilizados.

#### Métodos «naturales»

Se denominan así por la creencia de que al no intervenir elementos externos no se altera el desarrollo «normal» de la sexualidad.

**COITO INTERRUMPIDO.** También con el nombre de Marcha Atrás, se trata de la retirada del pene de la vagina antes de la eyaculación. Además de afectar la vivencia de las relaciones sexuales por la forma brusca con la que las termina, es un método con alto

índice de fracaso: Existe una emisión de esperma previa al orgasmo (preeyaculación) y además no es fácil retirarse siempre a tiempo.

OGINO. Se basa en la abstinencia de relaciones coitales durante los períodos de mayor fertilidad de la mujer. Es otra técnica inconsistente ya que el cuerpo humano no es una calculadora ni funciona como un reloj.

DUCHA GENITAL. Basado en el supuesto de que un lavado de la vagina después del coito evita el embarazo. Es algo totalmente erróneo e ineficaz.

#### Métodos de barrera

Son distintos procedimientos que impiden el avance de los espermatozoides más allá de la vagina.

ESPERMICIDAS. Substancias químicas que introducidas en la vagina agreden e incapacitan a los espermatozoides. Son útiles siempre que los utilicemos junto a otros métodos de barrera. Por sí solos tienen un elevado nivel de fracaso.

DIAFRAGMA. Es una pieza de caucho flexible, con forma de cúpula, que se inserta en la vagina y bloquea el cuello del útero para impedir el paso de espermatozoides. Su uso requiere una visita previa a un centro ginecológico o de planificación para determinar el tamaño útil a cada mujer.

Para resultar eficaz debe siempre utilizarse junto con espermicidas. Debe colocarse correctamente, embadurnado de crema espermicida, diez minutos antes de la penetración y retirarse ocho horas después del último coito.

ESPONJA ESPERMICIDA. De funcionamiento similar al diafragma, se trata de una esponja que, recubierta de espermicida, impide el acceso de los espermatozoides al útero. Debe colocarse bien al fondo de la vagina para que bloquee perfectamente el cuello uterino. La esponja puede permanecer dentro de la vagina hasta treinta y seis horas. Siempre que se realice una nueva penetración hay que añadir previamente otra dosis de espermicida. La esponja es de un solo uso, una vez utilizada debemos sustituirla por otra.

PRESERVATIVOS. También profiláctico o condón, es una funda de látex que cubriendo el pene impide el paso de los espermatozoides a la vagina. Es fácil de adquirir y su uso protege de la transmisión de muchas enfermedades de transmisión sexual, incluida el VIH/SIDA.

El preservativo es de un solo uso y de su correcta utilización depende básicamente su eficacia. Debe colocarse siempre antes de cualquier penetración vaginal una vez aparecida la erección. En su extremo superior hay que dejar un pequeño espacio - muchos modelos lo incorporan a modo de depósito- sin aire, lugar donde debe almacenarse el semen. Tras la eyaculación y antes de que desaparezca la erección debemos retirar el pene de la vagina sujetando el preservativo por su base.

Es de un solo uso, únicamente utilizando un preservativo por coito mantendremos la eficacia de este método.

#### Métodos hormonales

PÍLDORA ANTICONCEPTIVA. Es un compuesto de hormonas femeninas -estrógenos y progesterona- sintéticas, que tomadas de una manera adecuada alteran la secuencia de funcionamiento del aparato reproductor femenino: en el ciclo menstrual no se produce ovulación y se imposibilita así el embarazo.

Es el método anticonceptivo más seguro, con una efectividad próxima al 100% aunque esto depende de su utilización adecuada. Para su uso es imprescindible el

asesoramiento médico, tanto para comenzar a tomarla como para realizar controles periódicos.

Ante olvidos, vómitos o diarreas, su efectividad puede quedar en suspenso por un tiempo. En estas situaciones es preciso, sin interrumpir el tratamiento, utilizar otros recursos anticonceptivos complementarios.

La píldora puede tener algunos efectos secundarios y se ha comprobado que es un precipitante de enfermedades cardiovasculares, como pueden serlo el tabaco, la alimentación inadecuada o la edad. Por ello es poco recomendable para mujeres fumadoras o que sobrepasen los 35 años. Insistimos en que siempre debe utilizarse con un asesoramiento médico adecuado.

**INYECTABLES.** Con una composición y funcionamiento similares a la píldora, se trata de sustancias que se administran una vez al mes o cada tres meses por vía intravenosa. Su utilización implica una mayor comodidad con respecto a la píldora. Comparativamente, produce mayores alteraciones del ciclo menstrual. Para utilizarla también es imprescindible el control médico.

**PÍLDORA DEL DÍA SIGUIENTE O PÍLDORA POSTCOITAL.** Es un procedimiento contraceptivo destinado a evitar el embarazo ante un coito sin protección (rotura de preservativo, violación, etc.). Su eficacia es de un 97% siempre que se administre antes de las 24 horas posteriores al coito. Posee una cantidad considerable de efectos secundarios. Por ello debe utilizarse de manera excepcional y con supervisión médica.

#### Métodos intrauterinos

**DISPOSITIVO INTRAUTERINO.** Es un pequeño objeto que, introducido en la cavidad uterina, evita el embarazo. Tiene un tamaño de 3-4 centímetros y su forma habitual es de «T», «7» o de «ancla».

Debe ser prescrito y colocado por un médico. Su tiempo de uso va de los dos a los cuatro años, según el modelo, y requiere controles médicos periódicos. Con un DIU debemos consultar a nuestro especialista cada vez que aparezca una alteración del ciclo menstrual, dolores, molestias o hemorragias. En general es un método recomendado para mujeres que han tenido por lo menos un hijo.

#### Métodos quirúrgicos

Se trata de pequeñas intervenciones quirúrgicas que evitan la fertilidad en el hombre y la mujer. Hoy por hoy, sólo en pocos casos resultan reversibles, esto es, resulta muy difícil recuperar la fertilidad. Por esta razón requieren de una decisión reflexiva y madurada.

**LIGADURA DE TROMPAS.** Mediante la ligadura y/o sección de las trompas de Falopio se impide el paso del óvulo por ellas y el contacto de éste con los espermatozoides.

**VASECTOMÍA.** Por la intervención quirúrgica se seccionan los conductos deferentes, por los que los espermatozoides van de la uretra al testículo.

La tarea sensibilizadora sobre anticoncepción eficaz hemos de empezarla por los propios adultos. Sólo un 52% de los españoles en edad reproductiva utiliza algún anticonceptivo eficaz según el Centro de Estudios Sociales Aplicados (1991). Si unimos a este dato que el conocimiento y la utilización de éstos métodos aumenta progresivamente con la edad en los jóvenes, nos encontramos que la adolescencia y los primeros años de la juventud se convierten en un período de máximo riesgo. Por esta razón debemos esforzarnos por conseguir que todos los adolescentes posean información suficiente y útil sobre estas cuestiones antes de que puedan encontrarse con un embarazo no deseado.

La elección del método anticonceptivo a elegir es una cuestión que compete básicamente a la persona que va a utilizarlo, si bien esta decisión debe ser tomada con la información

suficiente, tras realizar una reflexión sosegada y, si es el caso, partiendo de un acuerdo con su pareja.

Junto a su función básica, algunos anticonceptivos poseen otros beneficios no menos importantes. En este sentido, el preservativo es un instrumento eficaz no sólo para eliminar el riesgo de embarazo sino también para impedir la transmisión de Enfermedades de Transmisión Sexual.

En los tiempos del SIDA, debemos tener claro que la transmisión del virus es un problema mucho más grave y con un final mucho más trágico que cualquier embarazo.

Actualmente, dado que de manera errónea las vías de difusión del VIH han sido circunscritas socialmente a los denominados grupos de riesgo (básicamente heroinómanos y homosexuales) las personas que no realizan dichas prácticas tienen a menudo la ilusión de estar fuera de todo contacto con el virus. Justamente es esta actitud la que posibilita que aumenten el número de afectados, exponiendo a más personas a la transmisión del virus.

Los habitantes de este mundo de finales del siglo XX estamos obligados a convivir con el VIH/SIDA. Ante el virus la peor de las posturas es la ignorancia y el desconocimiento. Conociendo las formas de transmisión y aplicando unas pocas precauciones podemos evitar situaciones altamente peligrosas.

Debido al espacio limitado del que disponemos para tratar un número elevado de cuestiones relacionadas con la sexualidad, no vamos a ser exhaustivos en el tratamiento del VIH/SIDA. Para ampliar información sobre esta pandemia os remitimos a publicaciones dedicadas específicamente a la prevención del virus. C.E.A.P.A. ha publicado EL SIDA, MATERIALES PARA DEBATIR EN LAS APAS, que está a vuestra disposición.

Recordando un eslogan de las organizaciones de afectados, el VIH/SIDA no se transmite por lo que una persona hace sino por cómo lo hace. Para protegernos de un posible contagio sólo debemos seguir las recomendaciones habituales:

Utilizar adecuadamente preservativos en las relaciones sexuales con penetración.
--

No ingerir semen ni flujos vaginales.
---------------------------------------

Nunca se deben compartir jeringuillas ni otros objetos cortantes o punzantes.
---

Otra cuestión fundamental y complementaria a las medidas de protección físicas es la de desarrollar el diálogo y el conocimiento de las personas con las que compartimos y construimos nuestra sexualidad.

---

#### ⇒ ¿HACEMOS EDUCACIÓN SEXUAL?

Para comenzar a hablar de educación sexual es preciso detenernos en primer lugar en una circunstancia que en muchas ocasiones se tiende a ignorar: siempre hacemos educación sexual.

Una de las características básicas de la infancia, que parece irse neutralizando a través de los años y las experiencias limitantes es la curiosidad como una actitud esencial, que permite a las niñas y los niños entender el mundo que los rodea y aumentar su grado de acción sobre él. Es por esto que los adultos, sobre todo madres, padres y maestros, somos una fuente intensa e inagotable de información sobre el mundo. Con lo que decimos y lo que callamos, con lo que hacemos y cómo lo hacemos, damos continuamente información sobre todas las cosas y entre ellas sobre cómo entendemos

la sexualidad.

Nuestra expresión ante una escena de cama en la televisión, el tono en el que contamos un chiste o la forma en la que esquivamos una pregunta «embarazosa» son situaciones educativas en las que mostramos a nuestros hijos e hijas cuál es nuestra visión de la sexualidad e implícitamente les enseñamos cuál debe ser la suya.

Puede resultar incómodo encontrarse enseñando algo de lo que se tienen dudas importantes y graves inseguridades. Y es que muchos de nosotros no lo hemos tenido fácil con esto del sexo. Somos presas de numerosos conflictos, tabúes y vergüenzas. Si añadimos a esto que nuestros conocimientos en muchas ocasiones son vagos y poco rigurosos, es fácil imaginar lo delicado que puede resultar ponerse a educar la sexualidad de nuestros hijos.

Los padres y madres no tenemos por qué saberlo todo. Resulta impresionante ver cómo junto a la incorporación laboral masiva de las mujeres al trabajo extradoméstico y la gran cantidad de obligaciones de las nuevas familias los «superpadres» deben atender y entender absolutamente las necesidades y demandas de sus hijos. Estamos convencidos de que es fundamental mejorar las condiciones de vida de nuestros hijos pero esto no será nunca posible si rodeamos todo lo que hacemos de presión excesiva debida a la hiperexigencia.

Reconociendo que tenemos derecho a no saberlo todo y a no hacerlo todo, es posible que con mayor tranquilidad nos podamos plantear qué podemos hacer y qué podemos aprender. Puede resultar obvia en estas páginas la sugerencia de la Escuela de Padres y Madres como un instrumento útil para estos menesteres.

Si es importante que enriquezcamos nuestro abanico de conocimientos sobre la sexualidad para ser mejores educadores de nuestros hijos, es esencial que desarrollemos mecanismos para examinar y tomar conciencia de todos aquellos mensajes que enseñamos sin saberlo. En el desconocimiento se apoya la reproducción de esquemas y valores basados en la represión y la discriminación gratuitas. Aunque el término no esté ya de moda, debemos reivindicar la toma de conciencia de las presiones de nuestra estructura social y de los conflictos que nos acompañan en nuestra sexualidad para poder definir con claridad y coherencia el tipo de educación sexual que queremos dar.

Una cuestión que aparece constantemente en los grupos de madres y padres es el temor a dar demasiada información, dudando sobre si resulta perjudicial «adelantarse a los acontecimientos». Sobre este miedo órbita el prejuicio de que estimulemos precozmente la sexualidad de nuestros hijos e hijas. Parece, bien al contrario, que los niños y las niñas prestan atención sólo a aquellas cuestiones que les interesan, de manera que no hay mejor fórmula para saber si se está dando información excesiva que observar expresiones de desinterés o aburrimiento cuando hablamos con nuestros hijos e hijas.

Debemos tener presente que no dar información tiene sus costes y puede generar situaciones dañinas y dolorosas. Es importante que los niños y los adolescentes tengan información suficiente de los cambios que van a desarrollarse en sus vidas antes de que estos ocurran. Por ejemplo, la vivencia de la menarquía o primera regla será mucho mas agradable para una chica que tenga buena información sobre esta cuestión y que sienta la confianza que da poder hablar de esto en su casa.

Los niños y los adolescentes tienen entre sus amigos e iguales su mayor fuente de información sobre cuestiones sexuales. Si nosotros no hablamos con nuestros hijos e hijas de sexo lo harán otras personas que con mucha probabilidad les darán información incorrecta y sesgada. Si no corregimos y completamos esta información podemos encontrarnos con que nuestros hijos desarrollan visiones de la sexualidad muchas veces traumáticas o deformadas y pueden plantearse problemáticas irreversibles.



Hablar es algo que podemos considerar intrínsecamente positivo entre personas y es básico para realizar educación sexual. Si somos capaces de establecer sólidos canales comunicativos con nuestros hijos e hijas, podremos usar estas privilegiadas vías como instrumentos educativos. Para ello es importante que estos canales se establezcan desde edades tempranas, dando a nuestros hijos e hijas una condición respetuosa de interlocutores y generando climas de comodidad y confianza. No se trata de echar sermones o considerar nuestra opinión o experiencia como las únicas válidas. Tampoco de construir apresuradamente canales de comunicación ante los primeros problemas de nuestros hijos. Probablemente la adolescencia sea una edad tardía si antes no se ha podido hablar tranquilamente de sexualidad.

Ante la sexualidad, como en el resto de los ámbitos de nuestra vida, no debemos olvidar que básica y primordialmente enseñamos con nuestros actos más que con nuestras palabras.

Los niños y las niñas, antes de desarrollar completamente el dominio del lenguaje verbal, poseen un agudo sentido para entender lo que dicen nuestros gestos y lo que no hacemos.

Además de aprender a través de la comunicación no verbal, la infancia precisa que su educación sexual pase por algo más que por palabras. Pasa por cuidar y aprender a disfrutar con el cuerpo, pasa por incorporar los hábitos higiénicos de una forma no agresiva, por aprender a disfrutar con los sentidos, a desarrollar la imaginación y a confiarse en comunicar afectos. No olvidemos que todo nuestro cuerpo es sexual y todo el puede y debe ser educado.

<p style="text-align: center;"><b>EDUCACIÓN INFANTIL</b></p> <p>Nuestro cuerpo Nuestro origen Nos relacionamos El juego y el juguete Las personas trabajan</p>	<p style="text-align: center;"><b>ED. PRIMARIA y ESO</b></p> <p>Nuestro cuerpo. Desarrollo sexual Fecundación, embarazo y parto Las personas trabajan Ocio, juegos y juguetes Somos seres sexuados Nos relacionamos: amistad y familia</p>
<p style="text-align: center;"><b>EDUCACIÓN PRIMARIA (6-9)</b></p> <p>Nuestro cuerpo Nuestro origen El juego y el juguete Las personas trabajan Nos relacionamos</p>	<p style="text-align: center;"><b>EDUCACIÓN SECUNDARIA</b></p> <p>Somos seres sexuados Desarrollo sexual Fecundación, embarazo y parto Anticoncepción y aborto ETS y VIH/SIDA</p>

Nosotros, los padres y las madres, no somos los únicos educadores ni los únicos responsables de la educación sexual de nuestros hijos e hijas. La institución educativa también tiene cosas importantes que decir y que hacer. Desde estas páginas queremos hacer un llamamiento sobre la importancia que tiene que el ámbito familiar y el escolar establezcan patrones conjuntos de trabajo y de forma coordinada aborden la famosa Educación en Valores de la que actualmente tanto se habla.

La educación sexual lleva muchos años desarrollándose en aquellos centros educativos que cuentan con algunos profesores y profesoras que con valentía decidieron poner en marcha actividades de este tipo, luchando muchas veces contra la apatía del sistema educativo, la incomprensión de sus compañeros y la oposición de diversas opiniones sociales (entre ellas las de determinados padres y madres). Actualmente el desarrollo de este tipo de enseñanzas se encuentra incluido dentro del paraguas de las enseñanzas transversales que deben realizarse a lo largo de todos los tramos de nuestro sistema educativo y han de materializarse en muchas de las materias tradicionales.

Hace pocos meses los ministerios de Educación y Ciencia, Sanidad y Consumo y Asuntos Sociales han difundido un interesante trabajo entre los centros educativos. Con el título Carpeta Didáctica de Educación Afectivo-Sexual se recogen materiales de trabajo elaborados específicamente por el Colectivo Harimaguara para cada etapa educativa. Junto a materiales dirigidos a profesores y alumnos, se recogen propuestas de trabajo para padres y madres. Reproducimos las distintas áreas de contenidos del citado programa para ilustrar los diversos contenidos que se pueden abordar desde la escuela a la hora de realizar educación sexual.

Recogemos los citados contenidos para ilustrar con un ejemplo concreto y a nuestro alcance cómo la educación sexual puede abordarse en los centros educativos desde diversos ángulos complementarios. Debe abordarse la sexualidad desde la educación física, las ciencias sociales, las naturales, la literatura, etc. abarcándola en toda su complejidad y riqueza.

#### Algunos criterios para la educación sexual en los centros

- Contar con el apoyo y la participación de toda la comunidad educativa
- Incluir los planteamientos generales en el Proyecto Educativo de Centro
- Explicitar las actividades a realizar en la Programación General Anual
- Realizar actividades paralelas entre padres/madres, profesorado y alumnado
- Partir de la realidad concreta de los alumnos/as y de su entorno
- Contar y colaborar con los recursos socio-sanitarios habituales (centros de atención primaria, de planificación familiar, etc.)
- Realizar las actuaciones educativas directamente a través de los «educadores naturales»: padres/madres y profesorado
- Desarrollar la mayor parte de las actuaciones del centro en el aula, dentro de la programación ordinaria
- Didácticamente, utilizar como instrumento básico las metodologías participativas
- Manejar el trabajo en grupo como herramienta educativa, fomentando el análisis y aprendizaje de conocimientos, valores y actitudes
- Contar con un experto, como asesor externo al centro, que colabore tanto en la programación como ante las dudas surgidas con las actividades
- Desarrollar una Escuela de Padres/Madres complementaria a las actividades de los chicos y chicas
- Presidir toda actuación por el respeto. Se trata de enseñar a elegir a los chavales y chavalas su sexualidad y no de elegir por ellos.

Desde aquí abogamos por un modelo de educación sexual no restrictiva, que incluya los aspectos biológicos, psicológicos, sociales, culturales y morales de la sexualidad. De forma complementaria, la educación sexual que propugnamos ha de perseguir tanto la prevención de problemas como la búsqueda de satisfacción personal, la comunicación y una percepción moral de la sexualidad basada en la tolerancia.

Un abordaje integral de la sexualidad no puede dejar de lado su vertiente moral.

incluyendo la tolerancia o la solidaridad como valores a fomentar entre la infancia y la adolescencia, entendiendo que toda opción personal es válida mientras no dañe a otros y que existen personas y colectivos marginados socialmente.

Para intervenir positivamente como padres y madres en las actividades de educación sexual que se realicen en cada centro, contamos con la APA como una estructura estratégica que nos permite actuar de forma complementaria y coordinada en varias direcciones.

A través de la APA podemos promover diversas actividades que van desde apoyar las acciones educativas realizadas por el profesorado a poner en marcha, gestionados desde la Asociación, actividades y talleres dirigidos tanto al alumnado como a los padres y madres.

Es importante que junto a otro tipo de actividades de educación sexual, la APA ponga en marcha una Escuela de Padres y Madres que dinamice al colectivo de padres y madres y que pueda convertirse en el espacio de reflexión y evaluación de las otras actividades, pudiendo establecerse como un ámbito de formación que haga de puente entre la escuela y los hogares. Señalamos a continuación una serie de propuestas que podrían ponerse en marcha en forma de talleres o actividades puntuales. Estas actividades pueden promoverse desde la APA e ir dirigidas bien a los padres y madres o bien al alumnado. Recordemos que siempre que se realicen actividades o talleres es importante coordinarlas a través del Consejo Escolar junto al resto de la comunidad educativa.

**PROGRAMAS DE EDUCACIÓN SEXUAL:** Existen diversos programas educativos que pueden ser aplicados, con mínimas adaptaciones a cada centro educativo.

**CINE Y SEXUALIDAD:** Con un formato de videoforum, desarrollar un ciclo sobre diversos aspectos de la sexualidad.

**TELEVISIÓN Y SEXUALIDAD:** Utilizar esa ventana abierta al mundo para analizar qué contenidos entran en nuestras casas y cómo inciden en la infancia y la adolescencia.

**PORNOGRAFÍA Y SEXUALIDAD:** Las publicaciones pornográficas son una fuente habitual de información -fundamentalmente para muchos adolescentes- sobre sexualidad. Podemos abrir un debate público sobre este tema y analizar sus efectos.

**LITERATURA Y SEXUALIDAD:** De forma complementaria a las materias habituales, los libros pueden permitir profundizar en lo sexual a través de talleres o tertulias.

**TÉCNICAS DE CORTEJO:** Más allá de la fisiología, la sexualidad enfrenta a personas a las relaciones de pareja. ¿Por qué no abordar este aspecto importante?

**TÉCNICAS CORPORALES:** Es una forma de recuperar el protagonismo de nuestros cuerpos, relegados por una cultura que prima lo intelectual sobre lo afectivo y lo sensorial.

**CENTROS DE PLANIFICACIÓN:** Además de incluir la realidad social en el centro, debemos favorecer que los alumnos se pongan en contacto con su entorno. Programar visitas a los centros de planificación puede resultar altamente educativo.

**ELABORACIÓN DE ENCUESTAS:** Mas o menos exhaustivas, las encuestas son fundamentales para comenzar con buen pie programas de educación sexual. Por

ellas podremos adecuar nuestras actividades a las necesidades e intereses de los alumnos y alumnas.

#### ⇒ Síntesis de mensajes

En ocasiones un resumen de las ideas más significativas permite mantener con mayor claridad la visión general de un tema. En esta ocasión proponemos los siguientes enunciados como aquellos que nos resultan más significativos:

1. Cada persona tiene una sexualidad peculiar y distinta a la de otras, de la misma manera cada momento de la vida sexual de una persona tiene características distintas.
2. La sexualidad es una área importante de desarrollo personal y de expresión afectiva. No es en absoluto algo sucio y pernicioso, como ha sido defendido por determinados planteamientos morales.
3. En el actual estado de nuestra ciencia es imposible negar la existencia de la sexualidad infantil. Constituida y expresada de una forma distinta a la de los adultos, debe ser un ámbito donde los educadores (padres, madres u maestros) trabajemos por estimular el desarrollo y el crecimiento integral de la infancia.
4. Los padres y madres tenemos derecho a no saberlo todo. Mucho más importante que obtener un diploma de experto en sexología es el poder establecer canales de diálogo con nuestros hijos, abordando con confianza y respeto todos aquellos temas que se relacionen con la sexualidad.
5. A la hora de tratar cuestiones preventivas como la anticoncepción, junto a la información correcta debemos contemplar las actitudes y prejuicios que los adolescentes desarrollan hacia cada situación. En numerosas ocasiones estos aspectos subjetivos desvirtúan la información más objetiva y exacta.
6. Recordemos que el VIH/SIDA es un riesgo importante y real para todos y que sólo es posible prevenirlo teniendo información adecuada. El virus no se transmite por lo que hacemos los humanos sino por cómo lo hacemos.
7. Junto a los aspectos fisiológicos de la sexualidad, debemos abordar con nuestros hijos e hijas todas las otras cuestiones afectivas, sociales y morales que configuran la sexualidad en nuestra cultura.
8. De entre las diversas restricciones que nuestra sociedad opera en el ámbito de la sexualidad, las diferencias desarrolladas por la variable género son aquellas que más coartan el desarrollo sexual y personal.
9. Es fundamental que padres, madres y profesorado establezcamos vías de diálogo y de trabajo en común para hacer educación sexual. Así podremos realizar actividades coordinadas y complementarias, reduciendo el grado de desconcierto que en ocasiones aparece entre el alumnado cuando hay disparidad de criterios y de valores.
10. Toda actuación de educación sexual debe ir sustentada en una actitud y un clima de respeto. Se trata de enseñar a elegir a los chavales su sexualidad y no de elegir por ellos. La educación sexual es una intervención promovida por terceros para conseguir en cada persona una sexualidad autónoma, responsable y respetuosa con los demás.

---

#### ⇒ DIRECTRICES PARA LA UTILIZACIÓN DE ESTOS MATERIALES EN ESCUELAS DE PADRES Y MADRES

A la hora de poner en marcha estos TEMAS DE ESCUELA DE PADRES Y MADRES.

junto a la necesidad de ofrecer una serie de documentos de consulta, resultaba evidente que el máximo provecho de estos materiales se obtendría con el trabajo conjunto y compartido de grupos de padres y madres. Es por esta razón por la que desarrollamos en cada título de esta colección una serie de actividades y un buen número de propuestas para realizar Escuelas de Padres y Madres.

Entendiéndose como una propuesta abierta y no como una fórmula matemática que debamos aplicar mecánicamente, proponemos una ordenación de contenidos y actividades que en nuestra opinión pueden resultar interesantes para abordar desde una APA o una agrupación local o comarcal la formación de padres sobre la sexualidad.

Es fácil que al examinar los contenidos propuestos y las actividades incluidas en estas páginas surjan inevitablemente otra buena cantidad de cuestiones que resulten de interés e incluso prioritarias a las expuestas. Desde aquí animar a las APAs a que incorporen, resten y modifiquen nuestras proposiciones. En definitiva el objetivo último de este documento es el de promover actividades formativas entre los padres y madres y que estas actividades cubran las demandas y necesidades de cada grupo de padres particular.

Unos, por ejemplo, pueden considerar fundamental tratar en primer lugar la fisiología de la sexualidad humana, otros las Enfermedades de Transmisión Sexual. Para ello, una vez revisado el presente texto, se vería necesario recurrir a otras fuentes o personas especializadas.

Lo que sí consideramos fundamental a la hora de comenzar cualquier actividad de Educación Sexual es que quienes la organicen tengan muy presentes las necesidades de las personas participantes. Para ello creemos que una simple hoja en blanco puede servirnos para conocer, a través de la realización de una encuesta anónima, cuales son las motivaciones, intereses y curiosidades de los padres y madres con los que vamos a aprender.

Por otro lado es también importante dar a la Escuela de Padres y Madres un valor de espacio de intercambio de opiniones y experiencias. Una médica del centro de Planificación Familiar, un psicólogo o cualquier otro experto pueden resultarnos de utilidad en cualquier momento pero no debemos olvidar que como otros padres y madres posemos una gran cantidad de información y experiencias que pueden ser útiles para los demás.

Para finalizar estas pautas abiertas, sugerir que toda actividad formativa que organicemos vaya dirigida a generar mejores condiciones para la infancia y la adolescencia. Se trata de formarse para actuar, desde los centros educativos o desde nuestras familias, para que no generemos conocimiento estéril.

## ⇒ ACTIVIDADES

### ⇒ ACTIVIDAD 1. CUESTIONARIO

Como actividad, el cuestionario realizado de una manera grupal permite implicar a todas las personas en el tema tratado y a la vez nos permitirá tener una visión amplia de cuales son las visiones, opiniones y valores de los padres y madres con los que trabajamos.

Proponemos que en grupos de 5-6 personas se proceda a la respuesta del siguiente cuestionario. Puede resultar útil que se nombre un moderador y un portavoz que agilicen la actividad del grupo y la puesta en común de sus conclusiones.

#### CUESTIONARIO

1. ¿En qué medida debe la Educación Sexual ser una acción preventiva, que evite

futuros problemas a la infancia y la adolescencia? ¿Debe ir más allá promoviendo el conocimiento, la búsqueda del placer y la comunicación entre las personas?

2. ¿A través de qué vías reciben los niños, niñas y adolescentes información sobre sexualidad? Enumerad las tres vías más relevantes, ordenándolas por orden de importancia. ¿Qué tipo de efectos producen en la infancia y la adolescencia? ¿En caso de que encontréis efectos negativos, cuáles serían las medidas correctoras a desarrollar por los padres y el profesorado?
3. Los adultos no hemos tenido muchas facilidades para ser buenos y seguros educadores sexuales. ¿Cómo nos afecta esto? ¿Incide esta realidad en nuestra forma de educar en la sexualidad?
4. Cuando hablamos de sexo con nuestros hijos e hijas, ¿en qué medida tratamos de forma distinta a unos y a otras? ¿Creéis que existe discriminación sexista? ¿A qué se debe? ¿Es posible articular medidas correctoras? ¿Cuáles?
5. En ocasiones surgen conflictos entre padres y profesorado cuando se realizan actividades de Educación Sexual en los Centros Educativos ¿A qué causas cabe achacar estos conflictos? ¿De qué manera podrían solucionarse? ¿Cómo plantearíais trabajar con el profesorado de vuestro centro sobre este tema?

#### TEMPORALIZACIÓN

Trabajo en grupos: 50 minutos

Puesta en común: 30 minutos

#### ⇒ ACTIVIDAD 2. RECABANDO INFORMACIÓN

En muchas ocasiones parece que nuestros hijos e hijas nos ponen en un aprieto cuando nos hacen alguna pregunta sobre algún aspecto de la sexualidad que desconocemos.

Como decíamos en las páginas anteriores, los padres y madres tenemos derecho a no saberlo todo y en muchas ocasiones también tenemos la posibilidad de buscar aquello que no conocemos.

Sobre ésta idea os proponemos que abordéis grupalmente (puede hacerse también en vuestra casa) diversas cuestiones relacionadas con la anatomía y la fisiología de la sexualidad. El procedimiento es sencillo, lo desarrollaremos en cuatro fases:

##### 1ª Fase:Asignación de tareas

Organizando grupos de 6-8 personas, a cada grupo se les repartirá una ficha en la que se recojan los términos a analizar. A continuación proponemos tres fichas (A, B o C) que contienen los conceptos a trabajar.

A) ANATOMÍA FEMENINA	B) ANATOMÍA MASCULINA	C) RESPUESTA SEXUAL HUMANA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vulva</li> <li>• Vagina</li> <li>• Clítoris</li> <li>• Útero</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Testículo</li> <li>• Escroto</li> <li>• Glándula</li> <li>• Pene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Excitación</li> <li>• Meseta</li> <li>• Orgasmo</li> <li>• Resolución</li> </ul>

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Trompa de Falopio</li><li>• Ovario</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Vesícula seminal</li><li>• Próstata</li></ul> |  |
|--|---|--|

Cada grupo se hará cargo de recuperar y recabar información sobre los términos asignados. Si pudiéramos, sería conveniente acompañar las fichas de un dibujo o gráfico que facilitara la visualización de los conceptos. Se asignarán por cada grupo dos portavoces.

Junto a la información técnica y científica, los integrantes de cada grupo recabarán los distintos términos comunes con los que se denomina vulgarmente a cada órgano o concepto.

#### 2ª Fase: Recopilación de información

Se iniciará un turno en el que se recabará la información que los participantes tienen de cada término. Ésta será recogida por los dos portavoces de cada grupo.

Posteriormente, se verificará la existencia de información adicional de interés consultando bien un diccionario o una enciclopedia, bien alguna obra más específica que pueda encontrarse en la biblioteca del centro.

#### 3ª Fase: Explicación

Si es posible apoyándose en una transparencia del dibujo que antes ha sido distribuido junto a cada ficha, los portavoces de cada grupo explicarán al resto aquellos órganos que han sido trabajados.

#### 4ª Fase: Comentarios / Debate

Aquí, en gran grupo, puede valorarse la calidad y la cantidad de la información aportada y analizarse aquellas cuestiones de orden cultural o ideológico que han aparecido en las explicaciones.

#### TEMPORALIZACIÓN

1ª Fase: 10 minutos

2ª Fase: 30 minutos

3ª Fase: 30 minutos

4ª Fase: 20 minutos

NOTA A LOS/LAS DINAMIZADORES/AS: sirva como ejemplo que mayoritariamente cuando "técnicos" y "profanos" hablan de anatomía sexual se trata de forma casi exclusiva sus aspectos reproductores y se "olvidan" los vinculados con el placer.

#### ⇒ ACTIVIDAD 3. CON LAS CUATRO MANOS EN LA MASA

Una cultura que ha primado lo verbal y ha marginado en numerosas ocasiones la expresividad corporal y gestual incide en las personas restringiendo su capacidad para expresar en silencio. Vamos a realizar una actividad que nos permita discutir sobre la comunicación no verbal.

Ciegos (con la luz apagada o los ojos vendados) y mudos (con la orden de no hablar durante la actividad), los participantes se dividirán en parejas y quedarán sentados ante una mesa uno frente al otro. Una vez colocados se les indicará que sobre cada mesa se encuentra un bloque de arcilla en el que deberán modelar algo conjuntamente. Se les recuerda que no se permite reír, hablar ni hacer ruido. Durante 15 minutos llevarán a cabo la actividad mencionada.

Una vez finalizada la primera fase, todos los participantes en una rueda, contestarán a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué ha pasado? ¿Cómo se han sentido?
2. ¿Pudieron llegar a un acuerdo sobre el objeto a modelar? En caso afirmativo ¿De qué manera fue posible? En caso negativo ¿Qué cuestiones lo impidieron?
3. ¿Pudieron los miembros de las parejas expresar sus ideas o proposiciones? ¿Todos pudieron comunicar algo con sus manos? En caso negativo ¿Qué motivos impidieron la expresión?
4. ¿Los participantes fueron mejorando al paso de los minutos su capacidad comunicativa y de cooperación?
5. ¿De qué formas podemos promover entre nuestros hijos e hijas su capacidad para expresarse y comunicarse corporalmente?

#### TEMPORALIZACIÓN

Presentación de la actividad: 10 minutos

Modelaje: 15 minutos

Debate en gran grupo: 20 minutos

1 Adaptado de los materiales didácticos elaborados por Perifèria para acompañar el vídeo LA CLASE DIVIDIDA

---

#### ⇒ ACTIVIDAD 4. USAR CONDONES

Ya hemos comentado en las páginas anteriores cómo los adolescentes y jóvenes precisan de algo más que de información objetiva para usar anticonceptivos y usarlos correctamente. También hemos analizado que la elección del método adecuado para cada persona y para cada pareja es una decisión personal que variará en función de circunstancias muy concretas. Dicho esto creemos importante hacer una amplia difusión de las ventajas y utilidades del preservativo, como instrumento para controlar tanto embarazos no deseados como enfermedades transmisibles por vía sexual.

Vamos a analizar mediante una técnica grupal las diversas dudas, vergüenzas y conflictos que orbitan al rededor del uso de preservativos y para ello partiremos de una propuesta y un supuesto, a trabajar en grupos de 6-7 personas.

La propuesta es la de elaborar un cómic, con un número de viñetas de 6 a 8, donde se represente una escena entre dos adolescentes o jóvenes.

El supuesto es que esos adolescentes/jóvenes representados se encuentran en una fiesta y, como consecuencia de una atracción mutua, surge la posibilidad de llevar a cabo una experiencia sexual. A través de los textos del cómic deben abordarse tanto los posibles problemas, dudas y pudores que pueden surgir en uno u otro miembro de la pareja ante una situación como la descrita.

Los dibujos de la historia pueden realizarse de diversa manera: bien algún miembro de la



APA tiene destreza y voluntad para confeccionar los 6 u 8 momentos, bien podemos recortarlos de algún cómic ya editado, bien podemos utilizar muñecotes sencillos. Como os podéis imaginar la calidad de los dibujos no es en absoluto relevante, como tampoco lo es que las expresiones gráficas sean demasiado descriptivas. Lo importante es el texto de la historia. En este sentido os recordamos que los cómics tienen distintos lugares donde caben las narraciones y las interacciones: Lo dicho, lo pensado y lo descriptivo.

Una vez realizado el cómic en cada grupo, se fotocopiarán los trabajos y se repartirán entre los asistentes. Esto dará pie a discutir sus distintos contenidos, las perspectivas de abordaje de la situación, los valores expresados, etc.. Si en este momento del trabajo fuese posible consensuar posiciones y se pudiera elegir uno de los trabajos que contara con la aprobación de todos los asistentes, este cómic podría reproducirse y entregarse a los alumnos del centro o bien difundirse a través de alguno de los medios de comunicación locales.

Es importante que siempre que cuando realicemos actividades sobre anticonceptivos podamos dar información adicional escrita, de manera que los participantes puedan consultar las formas de uso y las recomendaciones en momentos posteriores. Muchos ayuntamientos y comunidades autónomas han editado materiales de este tipo.

#### TEMPORALIZACIÓN

Elaboración del cómic: 30 minutos

Puesta en común: 30 minutos

---

#### ⇒ PROPUESTA ABIERTA PARA UNA ESCUELA DE PADRES Y MADRES SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL

Como es habitual en esta colección de TEMAS DE PADRES Y MADRES, vamos a desarrollar mínimamente una propuesta de trabajo para poder realizar una Escuela de Padres y Madres. La propuesta se corresponde con la realización de cinco sesiones de dos horas de trabajo aproximadamente. Os sugerimos una periodicidad quincenal sobre un día y una hora fijos.

Más allá de la temporalización concreta que os proponemos, debéis considerar que sobre Educación Sexual puede organizarse tanto una charla informativa como actividades de formación que ocupen un curso entero.

En primer lugar, para organizar este programa de formación os aconsejamos que realicéis una pequeña encuesta o un sondeo informal para conocer con alguna exactitud cuales son los intereses, expectativas y demandas de los padres y madres.

También, en la fase previa a la programación de actividades, puede ser conveniente contactar con los recursos de la zona (Atención Primaria, Planificación Familiar, Asociaciones...) que pueden colaborar en nuestras actividades.

#### 1ª SESIÓN

Sería una sesión informativa con un doble objetivo: presentar a los asistentes el programa de actividades y establecer un marco conceptual desde el que abordar la Educación Sexual.

Antes de cualquier otra cuestión, según se fuera recibiendo a los asistentes, podríamos pasar una encuesta abierta, como la de la página 29, pidiendo a los participantes que la respondieran personalmente y la entregasen a la salida.

Los organizadores de la Escuela de Padres y Madres comenzarían explicando la organización de la misma, sus objetivos, contenidos y actividades y darían paso a la segunda parte, expositiva.

Con la colaboración de algún experto o bien algún padre o madre utilizando como soporte el texto **TODO LO QUE USTED SIEMPRE QUISO SABER SOBRE EL SEXO Y NUNCA SE ATREVIÓ A PREGUNTAR**, se desarrollaría una charla coloquio sobre Sexualidad y Educación Sexual.

#### 2ª SESIÓN

Comenzaría con la lectura de las preguntas realizadas por los padres y madres en la primera sesión manifestadas en encuesta anónima y se daría paso a la presentación de los asistentes utilizando alguna técnica activa.

Posteriormente se realizaría en grupos la **ACTIVIDAD 1 CUESTIONARIO**. Ésta permitiría profundizar más en las visiones, dudas y demandas que los padres y madres participantes tienen con respecto de la educación sexual. Al mismo tiempo, el abrir la posibilidad de comunicación horizontal dentro de la Escuela de Padres y Madres producirá un enriquecimiento de informaciones y puntos de vista.

#### 3ª SESIÓN

Con un objetivo informativo, esta tercera sesión podría dedicarse a la realización de la **ACTIVIDAD 2. RECABANDO INFORMACIÓN**. Con ella, los participantes podrían profundizar en distintos conceptos fundamentales en la sexualidad humana. Esta actividad puede adaptarse generando listas de términos nuevos en función de los intereses y demandas de cada Escuela de padres y madres.

Puede, para finalizar la sesión, invitarse a un experto sexólogo/a, psicólogo/a, ginecólogo/a para completar o matizar la información recabada entre los Padres y Madres.

#### 4ª SESIÓN

Estaría dedicada a analizar, utilizando la técnica del videofórum, alguno de los aspectos más significativos recogidos por los asistentes en la encuesta inicial.

En función de las temáticas expresadas por los padres y madres participantes podremos seleccionar una película que remita a diversas cuestiones referidas por los participantes.

Existen diversas maneras de organizar un videoforum. La mas sencilla pasa por, una vez realizado el pase, abrir un debate entre los asistentes sobre los temas más impactantes, significativos o conflictivos que la obra cinematográfica ha recogido o subrayado.

#### 5ª SESIÓN

Una vez establecido un buen ritmo y nivel de trabajo grupal, en esta sesión pueden abordarse aquellos contenidos que más pudor pueden producir entre los padres y madres a la hora de hablar la sexualidad. Os proponemos empezar esta última sesión con la **ACTIVIDAD 3. CON LAS CUATRO MANOS EN LA MASA**

Para continuar, podríais trabajar la **ACTIVIDAD 4. USAR CONDONES**. Se trata de una actividad con una propuesta de proyección explícita: comunicar con los adolescentes y jóvenes de nuestra comunidad. Más allá de que el grupo decida dar publicidad a los resultados de esta actividad, un final coherente de la Escuela de Padres y Madres sería la de hacer proposiciones para trabajar conjuntamente la educación sexual desde la APA con el claustro o las Asociaciones de Alumnos, bien a través del Consejo Escolar de Centro o Municipal, bien desarrollando acciones conjuntas con cada sector de la comunidad.

---

⇒ BIBLIOGRAFÍA Y VIDEOGRAFÍA

## BIBLIOGRAFÍA

Como siempre es difícil escoger y esto es así aún más cuando existe un gran número de publicaciones de gran valor y cuando el campo a acotar es tan extenso y está interconectado con numerosas disciplinas. Veamos una selección subjetiva pero justificada.

HARIMAGUARA, COLECTIVO: Guía de formación de padres-madres. Programa Harimaguara de Educación Sexual. Consejería de Educación Canaria. 1993.

Recoge, con una organización útil y de forma muy estructurada, textos y actividades para realizar actividades de formación con padres y madres.

LEONELLI, E. L.: Más allá de los labios. Ed. Noguer. 1985.

Revisa los distintos mitos y fantasmas que orbitan sobre la vagina. Realiza, analizando diversas actitudes sociales hacia este órgano, un interesante e ilustrado viaje por las formas de represión social dirigidas a las mujeres.

ABENOZA GUARDIOLA, R.: Sexualidad y Juventud. Ed. Popular. 1994.

Obra compleja y densa, recoge correctamente, de una forma algo condensada, los diversos vectores que es conveniente abordar para la realización de una educación sexual integral. Acompañan a los textos interesantes propuestas de actividades.

FLOWERS, J. y otros: Cómo educar hijos sexualmente sanos. Ed. Martínez Roca, 1985

Como obra de divulgación destinada a padres y madres, aborda los distintos momentos del desarrollo psicosexual humano realizando una buena cantidad de reflexiones interesantes.

### OTRAS OBRAS DE GRAN INTERÉS:

ARIÈS Ph. Y DUBY, G.: Historia de la vida privada. Tomo V Ed. Taurus. 1989.

COLMAN, O.: EL SIDA, Materiales para debatir en las APAs. CEAPA. 1993.

SEX-POL, FUNDACIÓN: Curso superior de sexología. Ed. Babilonia. 1989.

VV.AA.: El libro de la sexualidad. Editorial EL PAÍS. 1991.

VV. AA.: Actas del IV Congreso estatal de sexología. Generalitat Valenciana. 1991.

VV. AA.: CEAPA: Educación no-sexista. Cuaderno de formación nº III

VV. AA.: Educación sanitaria para sexualidad para jóvenes. Ayto. de Zaragoza. 1991.

VV.AA.: Educación para la Salud en la Enseñanza Secundaria. SIDA. Consejería de Sanidad, Región de Murcia.

## VIDEOGRAFÍA

TODO LO QUE SIEMPRE QUISO SABER SOBRE EL SEXO Y NUNCA SE ATREVIÓ A PREGUNTAR, Woody Allen, 1972

SUEÑOS DE SEDUCTOR, Woody Allen, 1977

ANNA Y SUS HERMANAS, Woody Allen, 1986

MARIDOS y MUJERES, Woody Allen, 1992



LAS NOCHES SALVAJES, Cyril Collard, 1992

COMO HACER EL AMOR CON UN NEGRO SIN CANSARSE, Jacques W. Benoit, 1989

LA LECTORA, Michael Deville, 1988

LA MATÉ PORQUE ERA MÍA, Patrice Leconte, 1993

CAFÉ IRLANDES, Stephen Fears, 1993

SEXO ORAL, Chus Gutiérrez, 1994

LADY BYRD, LADY BYRD, Ken Loach 1992

EL BANQUETE DE BODAS, Ang Lee 1993

SEXO, MENTIRAS Y CINTAS DE VIDEO, Stephen Soderberg, 1989

FRESA Y CHOCOLATE, Gutiérrez Alea y Taibó, 1993