TEMA: "DESARROLLO SEXUAL SALUDABLE EN LA ADOLESCENCIA"

Competencia: CONSTRUYE SU IDENTIDAD
Capacidades: Vive su sexualidad de manera plena y responsable

Desempeño: Identifica conductas de autocuidado frente a su salud sexual y reproductiva.

La sexualidad forma parte del ser humano desde su concepción, evolucionando a lo largo de la vida y el entorno social condiciona este desarrollo.

Los conocimientos sobre la sexualidad y las actitudes varían según la edad, el sexo y el nivel sociocultural. Por lo tanto, surgen dudas ante concepciones negativas, informaciones y creencias erróneas que limitan la capacidad de tomar decisiones respecto a cómo vivir tu propia sexualidad.

En estos momentos la sexualidad en los adolescentes y jóvenes está mediatizada por la televisión, cine, publicidad, hacia el acto sexual, pero esto es sólo una parte de un todo mucho más complejo estimulante y enriquecedor para el individuo (como la amistad, las relaciones con otros, el sentimiento de afecto, cariño, complicidad y comprensión entre dos personas). La sexualidad en el ser humano es bastante más que el coito y, expresiones como abrazos, caricias, besos forman parte de la relación sexual y son tan satisfactorios como las anteriores.

¿QUÉ ES LA SALUD SEXUAL?
La salud sexual en la adolescencia consiste en la forma en que el sexo afecta la salud física y emocional. Significa saber cómo entablar relaciones saludables y tomar decisiones sobre la sexualidad que sean adecuadas para él o ella.

A medida que su cuerpo cambia durante la pubertad, también cambia su forma de pensar, sentir e interactuar con los demás. Es posible que tenga nuevos sentimientos y pensamientos sobre la sexualidad. Comprender en quién se está convirtiendo como un adulto joven sexual también es parte de la salud sexual de los adolescentes. Para algunos adolescentes, eso incluye comprender la identidad de género, la expresión de género y la orientación sexual.

Para todos los adolescentes, asumir la responsabilidad de la salud sexual es parte del crecimiento. Ya sea que elija tener relaciones sexuales o no,

ya hemos señalado que las relaciones sexuales son una expresión de la sexualidad humana. Esta experiencia, trascendente y significativa en la vida de las personas, debe ser fuente de bienestar.

Por ello, es conveniente reflexionar sobre ciertas creencias que impiden asumir la sexualidad de un modo sano y constructivo.

Estas creencias se conocen con el nombre de *estereotipos de género*. Por ejemplo, comúnmente se cree que el deseo sexual es irreprimible en el hombre, pero débil y reprimible en la mujer. Este tipo de estereotipos se utilizan, muchas veces, para presionar social o personalmente a las y los adolescentes para que tengan relaciones sexuales.

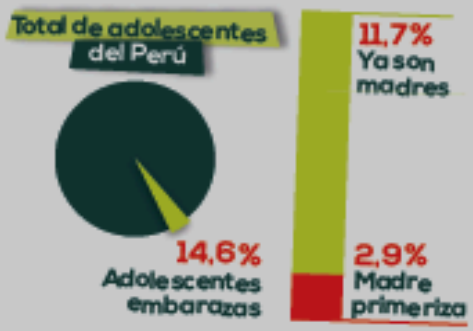


Los estereotipos de género son modelos sociales de referencia, interiorizados a través de los procesos de socialización, que influyen en la forma de pensar, sentir y actuar de las personas.



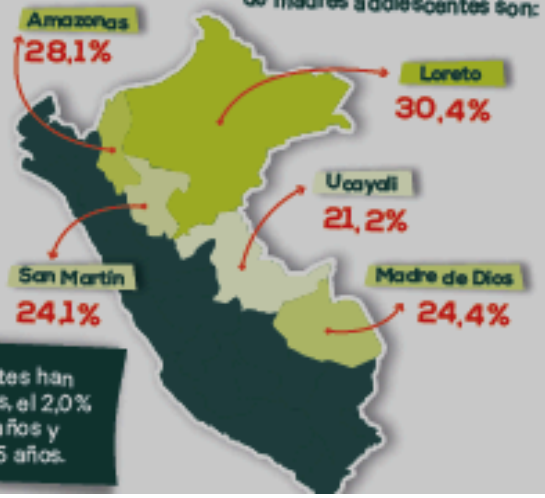
¿SABÍAS QUE...?

En el año **2014**, se estima que existen **207 800 adolescentes** de 15 a 19 años de edad que son madres o están embarazadas por primera vez.



El INEI informó que el 6,3 % de las adolescentes han tenido relaciones sexuales antes de los 15 años, el 2,0 % se unieron por primera vez antes de los 15 años y el 0,6 % tuvieron un bebé antes de cumplir 15 años.

Departamentos de la región de la Selva presentan las tasas más altas de embarazo adolescente. En el año 2014, los departamentos con mayor proporción de madres adolescentes son:



esta responsabilidad incluye saber sobre: Enfermedades de transmisión sexual (ETS), Contracepción y control de natalidad.