

PROPÓSITO

Que las y los estudiantes reconozcan la importancia de fortalecer su identidad para expresar de manera saludable su sexualidad.

LECTURA: LA SEXUALIDAD EN LA ADOLESCENCIA Y SUS DIVERSAS MANIFESTACIONES

La sexualidad es la capacidad de expresarse de manera integral, a través de la expresión del amor, afecto, contacto corporal y comunicación. Incluye aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Se manifiesta de forma diferente en cada persona, dependiendo de su contexto social y cultural. La sexualidad está presente en todas las etapas de la vida de la persona; es decir, desde que se nace hasta que se muere. Un momento crucial de su desarrollo es durante la adolescencia.

Estos aprendizajes están condicionados por las creencias, a veces exageradas o equivocadas, que cada cultura tiene con respecto a la sexualidad y por los sentimientos encontrados que se generan en esta etapa de la vida.

Ideas clave:

- La sexualidad es la capacidad de expresarse de manera integral, a través de expresiones de amor, afecto, contacto corporal y comunicación. Incluye aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Se manifiesta de forma diferente en cada persona, dependiendo de su contexto social y cultural. Está presente en todas las etapas de la vida, desde que se nace hasta que se muere.
- Cada persona va desarrollando formas particulares de expresar su sexualidad a lo largo de las distintas etapas de su vida. Por ejemplo, en la manera de hablar, de comportarse, de expresar sentimientos, en la forma cómo se cuida la apariencia personal, en el placer que generan ciertas sensaciones, actividades, intereses u obras artísticas o en el modo de relacionarse con las demás personas.
- En la adolescencia, el desarrollo físico genera cambios en la expresión de la sexualidad. Al inicio, las y los adolescentes suelen retraerse en sí mismas o mismos y se muestran menos expresivas o expresivos con las personas de su entorno. Estos cambios hacen que la cercanía corporal pueda despertar ansiedades o temores. Sin embargo, conforme van desarrollando una imagen más clara de sí mismas o mismos y fortalecen su identidad, se da un mayor acercamiento con otras u otros adolescentes.
- Es importante que las y los adolescentes desarrollen una visión afirmativa de la sexualidad. Asimismo, valoren la posibilidad de disfrutar de sus relaciones con las personas porque pueden expresar su sexualidad de múltiples maneras a través de expresiones de ternura y cariño, que crearán lazos afectivos con amigas o amigos.

Aspectos clave de la salud sexual en la adolescencia:

Una salud sexual saludable implica comprender los cambios corporales, desarrollar relaciones saludables, tomar decisiones informadas sobre el sexo y protegerse de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados.

- Entendiendo los cambios: La pubertad trae consigo cambios físicos y emocionales que pueden generar nuevas sensaciones y sentimientos sobre el sexo.
- Relaciones saludables: Es crucial aprender a establecer relaciones basadas en el respeto, la comunicación y la confianza.
- Decisiones informadas:
- Los adolescentes deben tener la información necesaria para tomar decisiones sobre el sexo, incluyendo el uso de anticonceptivos y la prevención de enfermedades de transmisión sexual (ETS).
- Protección contra riesgos: El uso de preservativos y la elección de parejas sexuales responsables son esenciales para prevenir ETS y embarazos no deseados.
- Comunicación abierta: Hablar abiertamente con los padres, tutores o profesionales de la salud sobre temas relacionados con la sexualidad es fundamental para recibir apoyo y orientación.
- Respeto a los límites: Es importante que los adolescentes se sientan cómodos para establecer límites y tomar decisiones que respeten su propio cuerpo y deseos.
- Uso responsable de la tecnología: Las redes sociales y el internet pueden ser herramientas útiles, pero también conllevan riesgos como el acoso cibernético. Es importante que los adolescentes aprendan a usarlos de manera segura y responsable.

Importancia de la educación sexual:

La educación sexual integral es fundamental para ayudar a los adolescentes a:

- Desarrollar una actitud positiva hacia su sexualidad.
- Comprender los riesgos y responsabilidades asociadas con la sexualidad.
- Tomar decisiones informadas y responsables sobre su salud sexual.
- Desarrollar habilidades para protegerse de situaciones de riesgo.

Dimensiones de la sexualidad

Las dimensiones de la sexualidad son los diferentes aspectos interconectados que la configuran, siendo las más comunes la biológica (características físicas y reproductivas), la psicológica (identidad y orientación sexual, emociones), la social (relaciones y normas culturales) y, en algunos enfoques, también la ética/axiológica (valores) o la espiritual.

Detalle de las dimensiones:

- **Dimensión Biológica:**

Incluye los aspectos físicos y fisiológicos del sexo, desde las células diferenciadas sexualmente hasta los órganos reproductores y sus funciones, siendo la reproducción de la especie una finalidad biológica fundamental.

- **Dimensión Psicológica:**

Abarca la identidad sexual (cómo una persona se percibe a sí misma), la orientación sexual (la atracción hacia otras personas) y los aspectos afectivos y cognitivos asociados a la sexualidad, como los sentimientos de amor, bienestar o placer.

- **Dimensión Social:**

Se refiere a cómo la sexualidad se manifiesta en las relaciones con otras personas, la influencia de la educación, las normas culturales, las expectativas sociales y los roles de género.

- **Otras dimensiones a considerar:**

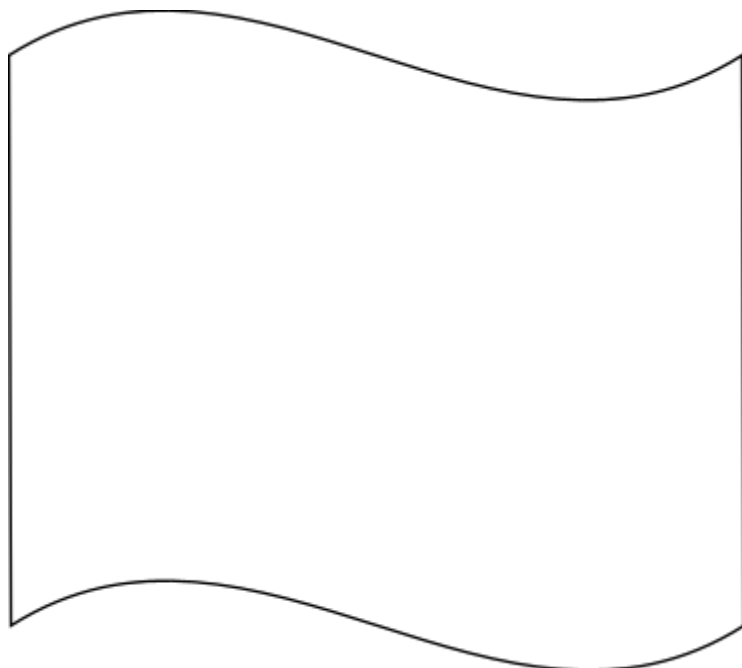
- **Dimensión Ética/Axiológica:** Los valores, principios morales y dilemas éticos que surgen en torno a la sexualidad y la toma de decisiones.
- **Dimensión Espiritual:** Para algunas perspectivas, la sexualidad también puede tener una dimensión trascendental o espiritual, relacionada con el sentido de la vida y la conexión profunda.

Puntos clave:

- Estas dimensiones no actúan de forma aislada, sino que son interdependientes y se influyen mutuamente.
- Entender las dimensiones de la sexualidad es fundamental para comprender el comportamiento sexual humano y abordarla de manera integral.

RESPONDE CON TUS PROPIAS PALABRAS:

- 1) ¿Qué es la sexualidad?
- 2) ¿Por qué la sexualidad se manifiesta de manera diferente en cada persona?
- 3) Reflexiona: ¿De qué manera los adolescentes pueden expresar su sexualidad de manera saludable? Escribe y comparte tu reflexión.



Dimensiones de la Sexualidad



ELABORA UN ORGANIZADOR VISUAL SOBRE LA SEXUALIDAD SUS DIMENSIONES E IMPORTANCIA

