

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS  
EDUCACIÓN SECUNDARIA BÁSICA, PREUNIVERSITARIA  
TÉCNICO Y PROFESIONAL Y DE ADULTOS

**EDUCACIÓN DE LA SEXUALIDAD  
y prevención de las ITS y el VIH/SIDA  
desde los enfoques de género,  
de derechos y sociocultural**

Edición y Diseño: Molinos Trade S.A.  
Foto de cubierta: Jesús Coto Chávez

© Colectivo de Autores, 2011  
© Sobre la presente edición: Ministerio de Educación, 2011

ISBN 978-959-18-0719-9



## **Autores**

Dra.C. G. María A. Torres Cueto  
Dr.C. Alcides Alejandro Roca Zayas  
Lic. Elvira Caballero Delgado  
Dra.C. Alicia González Hernández  
MSc. Ana Bertha López Gómez  
MSc. Yanira Gómez Delgado  
Dra.C. Cirelda Carvajal Rodríguez  
Dra.C. Mayda Álvarez Suárez  
Lic. Arait González Noda  
MSc. María Dolores Morejón  
MSc. Lilian Hernández Blanco  
MSc. Ana Susana Arriola León



## Agradecimientos

El colectivo de autores/as agradece, por sus valiosas opiniones, sugerencias e intercambio científico, al siguiente grupo de colaboradores:

- Direcciones Provinciales de Educación y de las Universidades de Ciencias Pedagógicas.
- Cátedra de Género, Sexología y Educación Sexual (CAGES) de la Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona.
- Cátedra Escuela, Salud y Sexualidad, del IPLAC.
- Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX).
- Centro de Estudios de la Mujer “Fe del Valle”.

A continuación, se presenta una relación nominal de profesionales que contribuyeron con su experiencia:

MSc. Ada C. Alfonso Rodríguez	MSc. José J. Ramírez Cuéllar
MSc. Ada Loreta López Cánova	MSc. Juana Palma Vaillant
MSc. Aglay Riquelme Domínguez	MSc. Liliam B. Rentería Malagón
Lic. Andrés Thondike Herrera	MSc. Livia Quintana Llanio
MSc. Caridad Alfonso Vidal	MSc. Lucía Rafael Martínez
Lic. Carlos Miguel Peñate Alfonso	Dra.C. Magali González Lamazares
MSc. Carmen Ramos León	MSc. Margarita Frómeta Galano
MSc. Catherine Vallés Martínez	MSc. María Margarita Pérez Rodríguez
MSc. Dulce del C. Alfonso Suárez	MSc. Maribel Coste Socorro
MSc. Eduardo Miguel Justiz Charón	MSc. Martha Díaz Calzadilla
Lic. Elizabeth Díaz Rodríguez	MSc. Martha Escalona Leyva
MSc. Ermelinda Hernández Fernández	MSc. Martha Salgado Tamayo
MSc. Francisco Díaz Leal	MSc. Martha M. Cárdenas Yanez
MSc. Gloria de las M. Ramírez Peláez	MSc. Mayda M. Cárdenas Tauler
Dra. Greydis Rodríguez Frades	MSc. Mirta Alemán Ramírez
MSc. Isabel Aguilar Ramírez	MSc. Pedro Rodríguez Zamora
Lic. José Antonio Jiménez Díaz	MSc. Sara García Siso

A todas y a todos, muchas gracias.



# Índice

Prólogo/ **9**

Introducción/ **11**

Consideraciones teórico-metodológicas generales para el diseño e implementación y evaluación curricular de las acciones de educación de la sexualidad con enfoque de género, cultural y de derechos sexuales en el Sistema Nacional de Educación/ **13**

Características del desarrollo psicosexual en el nivel secundario y medio superior/ **18**

Sugerencias de actividades formativas en educación de la sexualidad con enfoque de género y derechos sexuales en el currículo de las Educaciones Secundaria Básica, Preuniversitaria, Técnica y Profesional y Adultos en el Sistema Nacional de Educación/ **21**

Educación Secundaria Básica/ **21**

Educación Preuniversitaria/ **35**

Educación Técnica y Profesional/ **45**

Educación de Adultos/ **47**

Anexos/ **59**

Anexo 1. Educar con enfoque de género: cambiar cambiando/ **59**

Anexo 2. Algunas categorías vinculadas al proceso de educación de la sexualidad y el enfoque de género/ **63**

Anexo 3. Declaración de los derechos sexuales/ **67**

Anexo 4. Habilidades para la vida (HpV). Alternativas para su desarrollo en los procesos de educación de la sexualidad/ **68**

Anexo 5. Salud sexual y reproductiva (SSR). El embarazo en la adolescencia/ **89**

Bibliografía/ **100**





## Prólogo

El Ministerio de Educación se ha trazado como uno de sus objetivos fundamentales la formación integral de las nuevas generaciones. Para lograrlo se ha de tener en cuenta todas las esferas que conforman la personalidad y, entre ellas, la sexualidad como expresión de la misma que matiza las manifestaciones conductuales del ser humano, en su condición de hombre o mujer, y suelen determinar la manera en que se expresa y relaciona de formas más o menos desarrolladoras, en dependencia de las influencias educativas y del medio sociocultural en las cuales se forma y desenvuelve.

El Programa Cubano de Educación Sexual fue gestado, desde los inicios de la Revolución, por la Federación de Mujeres Cubanas (FMC), coordinado posteriormente por el Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX) y desarrollado, como un elemento clave de la política social, con la activa participación de varios organismos –MINED, MINSAP, entre otros– y el apoyo de diversas instituciones y organizaciones de masas y sociales del país.

En el marco de la XVII Conferencia Internacional de SIDA, el 1<sup>ro.</sup> de agosto de 2008, los Ministros de Salud y Educación de América Latina y el Caribe firmaron en México una Declaratoria con el objetivo de fortalecer la respuesta a la epidemia del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) en el contexto educativo de cada uno de los países de la región; la cual incluyó, entre sus acuerdos, la implementación de la educación integral en sexualidad y la prevención del VIH/SIDA en el currículo escolar y en la formación y capacitación permanente del personal docente.

En el marco de dicho programa el Ministerio de Educación de Cuba, en respuesta a las demandas y los acuerdos de la conferencia ministerial y con vistas a darle continuidad a las acciones formativas que en las mencionadas esferas se venían desarrollando desde los años setenta en los centros escolares del Sistema Nacional de Educación y en las Universidades de Ciencias Pedagógicas, realiza un proceso de consolidación y reforzamiento de los temas de salud, sexualidad y género que inciden directamente en el desarrollo de una sexualidad sana y responsable; que posibilite prevenir los riesgos de sufrir afecciones como el VIH/SIDA, maternidad/paternidad temprana, la discriminación por razones de género y otras dañinas para la salud integral y la calidad de vida de los diversos grupos humanos, en especial los y las adolescentes y jóvenes. En este sentido, se establece la Resolución Ministerial No.139/2011, que aprueba el Programa de Educación de la Sexualidad con Enfoque de Género y Derechos Sexuales en el currículo escolar del Sistema Nacional de Educación.

Estos resultados se logran incorporando los contenidos referidos al género, la salud, la sexualidad y su educación en el sistema de actividades del currículo

escolar en cada tipo y centro de Educación, con énfasis en las tareas docentes (la clase, como la vía fundamental); así como en las acciones realizadas por la vía extradocente y extraescolar, que debe ser complementada a través de la educación familiar y comunitaria, adecuándolas a las particularidades y las necesidades de cada educando, grupo y las de su contexto sociocultural y ambiental.

En este material didáctico se brinda un marco teórico de referencia que, en su articulación con las orientaciones metodológicas aportadas, constituyen un punto de partida que resulta indispensable para la adecuada preparación del personal pedagógico, con vistas a cumplir efectiva y científicamente la función de educadores y promotores de una sexualidad sana, plena y responsable, libre de riesgos en las niñas y niños, los y las adolescentes y jóvenes atendiendo a las características de estos grupos etarios y las del contexto sociocultural en que se desarrollan.

Como parte de las prioridades actuales enmarcadas en los lineamientos de la política económica y social del país, así como en los objetivos priorizados del Ministerio de Educación, compartimos la posibilidad de que este documento se convierta en una herramienta pedagógica capaz de elevar la preparación docente-metodológica y científica en las esferas de la salud escolar, la sexualidad, el género y su educación, a fin de continuar el perfeccionamiento de la educación de la sexualidad en el ámbito escolar, familiar y social; además de potenciar las formas de desarrollo y de relaciones humanas, de modo que cada día sean más plenas, justas y equitativas a favor de todos y todas por igual, aspiración esta de nuestra sociedad socialista.

## Introducción

El 1<sup>ro.</sup> de agosto de 2008 en Ciudad de México, en el marco de la XVII Conferencia Internacional de SIDA, con el objetivo de fortalecer la respuesta a la epidemia del Virus de Inmunodeficiencia Adquirida (VIH) en el contexto educativo formal y no formal, los Ministros de Salud y de Educación de América Latina y el Caribe, allí reunidos, destacan en la Declaratoria, derivada de este importante foro, que

la sexualidad es una dimensión constituyente del ser humano que se expresa durante toda la vida. La educación integral en sexualidad desde la infancia, favorece la adquisición gradual de la información y de los conocimientos necesarios para el desarrollo de las habilidades y de las actitudes apropiadas para vivir una vida plena y saludable, así como para reducir riesgos en materia de salud sexual y reproductiva.

En consecuencia, en la propia Declaratoria se plantea la urgencia de que, para el año 2015, en todos los programas de formación y actualización magisterial bajo la jurisdicción de los Ministerios de Educación en América Latina y el Caribe, se hayan incorporado los contenidos de la educación integral en sexualidad y la prevención del VIH/SIDA en los currículos de las instituciones escolares y de la formación docente con el apoyo de todas las entidades socializadoras.

Con la finalidad de darle continuidad a los mencionados acuerdos, en los años 2009 y 2010 se celebran en Ciudad de México, bajo la convocatoria y el auspicio de la UNESCO y el respaldo de la OPS, la OMS, el UNFPA y otras agencias de Naciones Unidas, así como de diversas entidades internacionales, dos reuniones regionales que agruparon especialistas de países de Norteamérica, América Latina y el Caribe (ambas con la participación de Cuba), a fin de analizar y enriquecer un documento sobre las directrices de la educación de la sexualidad destinado a fortalecer las acciones de educación sexual y prevención del VIH en los programas de las naciones del orbe y, específicamente, de nuestra región.

Cuba, en las décadas de los setenta y los ochenta inicia, como parte del Programa Nacional de Educación Sexual, gestado por la FMC y coordinado por el CENESEX, un proceso progresivo de inclusión de los contenidos de la sexualidad y su educación en los currículos de las instituciones escolares y de la formación del personal docente, proceso que se potencia y perfecciona en los años noventa y en el decenio actual a partir de los proyectos que en estas esferas desarrolla el Ministerio de Educación (MINED) con el auspicio del UNFPA, el PNUD y, más recientemente, la UNESCO, procesos cuya efectividad en el desarrollo del profesorado y de la joven generación, ha sido validada a través de varias evaluaciones realizadas por los especialistas cubanos y de las propias agencias de Naciones Unidas, así como por otras entidades internacionales.

Los avances realizados por Cuba en los programas nacionales de educación sexual y prevención del VIH/SIDA en los centros docentes y de formación de profesionales de la educación han sido reconocidos por agencias y entidades internacionales, no obstante, a partir de las evidencias aportadas en las investigaciones realizadas por expertos/as cubanos/as (autores) se demuestra que, a pesar de los notables resultados alcanzados en estas esferas, aún persisten mitos y falsos conceptos asociados a la sexualidad en los infantes, adolescentes y jóvenes que imponen la necesidad de continuar perfeccionando los currículos y el sistema de actividades formativas en todos los niveles y modalidades educativas, particularmente el relacionado con el sistema de formación y superación permanente del personal docente.

En nuestro país, los procesos de prevención de las ITS/VIH/SIDA, al igual que la Educación de la Sexualidad y el enfoque de género, constituyen programas priorizados por el Estado y el Gobierno cubanos atendiendo al comportamiento de la epidemia del VIH y de los problemas más frecuentes de la vida sexual que aún presentan los adolescentes, jóvenes y otros grupos vulnerables en Cuba. A finales de 2005, el Grupo Operativo para el Enfrentamiento de la Lucha contra el SIDA (GOPELS), como autoridad nacional, revisó la estrategia nacional y propuso fortalecer las acciones iniciadas con estos grupos, entre los que se encuentran los adolescentes y jóvenes de uno y otro sexo y los hombres que practican sexo con otros hombres.

En consecuencia, el sector educacional, si bien venía trabajando en esta esfera como parte del programa de educación sexual, lo fortalece al asumirlo como programa de atención especial, dado el carácter estratégico que tienen dichas acciones en las instituciones educacionales y de formación docente en la sociedad cubana.

## **Consideraciones teórico-metodológicas generales para el diseño, implementación y evaluación curricular de las acciones de Educación de la Sexualidad con enfoque de género, cultural y de derechos sexuales en el Sistema Nacional de Educación**

La concepción educativa curricular cubana asume el proceso en educación de la sexualidad con enfoque de género y derechos sexuales desde una perspectiva integral, transversalizada, que promueva:

- Un proceso educativo con un carácter activo, permanente, equitativo e inclusivo, de calidad de educación que potencie en individuos de ambos sexos por igual, formas de vida y de desarrollo de su sexualidad de manera plena, sana y responsable, atendiendo a sus necesidades y a las demandas del entorno social y ambiental, como vía de garantizar el protagonismo del estudiantado, así como los niveles de independencia y autodeterminación que le permitan desarrollar la capacidad de elegir libre y responsablemente los límites y derechos personales de su sexualidad y el respeto a los de las personas de su sexo y el otro con las cuales se relaciona, en igualdad de posibilidades y oportunidades.
- El enfoque de género y de derechos sexuales como eje referencial principal de la política educativa y de los programas de intervención en educación de la sexualidad y de la personalidad del hombre y la mujer, a lo largo de las diferentes etapas de su vida, en sus diversos contextos de actuación.
- Los valores y comportamientos personales y sociales, en torno a la sexualidad plena, sana, libre, responsable y equitativa forman parte del sistema de referencia de nuestra moral ciudadana, enmarcada en los principios de la sociedad socialista. Los principios y derechos humanos universales, en articulación con los sexuales y reproductivos, de cada persona, grupo y su ámbito sociocultural específico, constituyen el basamento de la convivencia humana entre las personas de uno y otro sexo de diversas edades y contextos sociales, sobre bases de igualdad, paridad, respeto, solidaridad, cooperación y la no discriminación y violencia por razones de género, sexo, edad, raza, cultura u otra condición.
- El respeto y la aceptación de la diversidad humana, sexual y sociocultural, como fundamento de las relaciones de igualdad, paridad, solidaridad, cooperación y búsqueda de la afinidad entre personas, grupos humanos y contextos socioculturales diferentes.
- El desarrollo de formas de reflexión y diálogo asertivo, participativo, equitativo y horizontal en el ámbito escolar, familiar y social como vía para el de-

sarrollo de los conocimientos, las habilidades, los valores, las actitudes y los comportamientos que sustentan el desarrollo de una sexualidad sana, libre y responsable y de formas de relaciones humanas entre personas de ambos sexos sustentadas en el respeto, la igualdad de posibilidades y oportunidades, la autonomía, solidaridad, la empatía, el autocuidado y la responsabilidad compartida.

- El desarrollo de conocimientos, valores, habilidades y modos de conducta psicosociales en personas de uno y otro sexo, basados en el efectivo manejo de las emociones y sentimientos, en la toma de decisiones autónomas justas, solidarias para sí y los que le rodean, en el marco de las formas de comunicación asertivas, equitativas, dialógicas, constructivas, enriquecedoras del individuo y de aquellos con los que se relaciona.
- La utilización de metodologías inclusivas, integradoras, participativas, derivadas del diagnóstico de las necesidades educativas de la vida personal de cada estudiante, del grupo y de las justas exigencias del contexto sociocultural en que se desarrollan los escolares, a partir del papel protagónico de estos y de la guía dinámica, flexible y efectiva del personal docente.
- El diseño, desarrollo y evaluación de los procesos educativos con un enfoque sistémico e integrador de todos los componentes dinámicos del proceso enseñanza-aprendizaje (objetivos, contenidos, métodos, formas de organización, medios y evaluación) en su relación dinámica, descentralizada, acorde a las necesidades y problemas del estudiantado, de la institución escolar y el contexto familiar y comunitario.
- El carácter holístico, sistémico de los contenidos del proyecto educativo escolar expresado de forma dinámica a través de los programas de estudio, atendiendo a las características de las diferentes asignaturas, disciplinas y niveles de enseñanza y de las necesidades y problemáticas de la sociedad cubana, del estudiantado y la comunidad educativa (nivel macro, meso y microsocioal).
- La utilización creativa de los materiales didácticos y el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones elaboradas por especialistas vinculados al tema, el personal docente y el propio estudiantado.

Por consiguiente, la salida pedagógica se realizará aprovechando las potencialidades que brinda:

- a) El enfoque sistémico e integrador del proceso de educación de la sexualidad como parte de la educación integral de la personalidad, de forma sistemática en todas las acciones y procesos formativos que conforman el currículo (las actividades docentes, extradocentes y extraescolares). Superar la tendencia a la atomización, fragmentación de los contenidos en el currículo, centrado en lo instructivo, reproductivo, academicista y la no suficiente atención a los procesos afectivo-motivacionales que movilizan las conductas sexuales (carácter sistémico, integral de los procesos educativos).

- b) El sistema de los objetivos, contenidos y métodos de enseñanza y de educación presente en programas y textos de estudio y en todas las acciones educativas que se desarrollan por la vía docente, extradocente y extraescolar en los diferentes niveles y educaciones del Sistema Nacional de Educación deben adecuarse a los principios de la educación en Cuba (centralización y descentralización, diversidad y unidad y otros).
- c) La inclusión de ejes de contenidos temáticos transversales (por ejemplo: la educación para la salud, la sexualidad, el enfoque de género y otros) de forma sistémica y sistemática en todas las actividades del currículo en el proyecto escolar (multi e interdisciplinariedad).
- d) El diseño y desarrollo del currículo escolar, sobre la base del principio de la atención de la diversidad humana, sexual, etaria, de género y sociocultural, en un contexto de aceptación de las diferencias y la búsqueda de unidad y afinidad con los otros/as (unidad y diversidad).
- e) El diseño de los contenidos del currículo en su vínculo con la práctica personal y social, en las diversas situaciones, problemáticas y contextos en lo personal, grupal y sociocultural de la vida cotidiana (vinculación con la praxis y la vida).
- f) La organización escolar, familiar y comunitaria desde enfoques dinámicos, inclusivos, no sexistas, a partir del vínculo de equidad, respeto y cooperación con los padres y madres de familia y/o representantes legales de escolares y la interacción con los agentes claves de la comunidad que favorece el desarrollo de los y las estudiantes y su contexto sociocultural (multi e intersectorialidad).
- g) El trabajo metodológico a través del sistema de actividades escolares que, de forma permanente y sistemática, se diseña y ejecuta para elevar la preparación pedagógica-metodológica y científica de los/las funcionarios/as, educadores/as en diferentes niveles de la dirección y del personal docente en ejercicio, en correspondencia con las necesidades del estudiantado y de un contexto familiar y sociocultural.
- h) La formación, superación y capacitación sistemática, permanente de promotores/as de salud y sexualidad desde un enfoque de género en el ámbito escolar y sociocultural de manera armónica, integral como alternativa para desarrollar, la preparación científica y efectiva del grupo de educadores/as, directivos/as escolares y agentes claves que mediatizan la dirección del proceso educativo de niños y niñas, adolescentes y jóvenes de ambos sexos en una relación de equidad.

En este sentido, se proponen algunos ejemplos donde se expresa la intencionalidad formativa en educación de la sexualidad con enfoque de género, cultural y derechos sexuales en el currículo del Sistema Nacional de Educación:

- a) Valorar desde una perspectiva humanista, inclusiva, solidaria y de apoyo la situación social de los diversos grupos humanos que conforman los pueblos y las culturas en los países en desarrollo, con respecto a los indicadores de

la salud sexual y reproductiva (mortalidad materna, infantil, cifras de jóvenes infestados/as por el VIH/SIDA, con embarazos y matrimonios tempranos, de la discriminación y violencia de género y doméstica, entre otros), como consecuencia de las relaciones de poder, supremacía sexual que genera la inequidad de sexo y de género, la actitud agresiva, prepotente del hombre sobre la mujer durante todas las etapas de su vida, de unas razas y culturas sobre otras, del injusto imperialismo y el neoliberalismo sobre las masas pobres, en su mayoría féminas.

- b) No reproducir ni aceptar, rechazar y combatir para superar las formas de relación y las conductas de la vida sexual, personal y social del hombre y la mujer, que dañen física o psicológicamente a sí o a otros/as (inequidad, interés malsano, la mentira, la doble moral, la traición, el estigma, la discriminación, violencia por sexo y género, entre otras) manifestadas en las relaciones con el propio y el otro sexo en la expresión distorsionada, irresponsable de la sexualidad del hombre y la mujer en todos los contextos de actuación.
- c) Desarrollar, a través de comportamientos diversos, los valores, creencias, actitudes, habilidades psicosociales y prácticas sexuales equitativas, responsables y plenas hacia su propia sexualidad y hacia la ajena.
- d) Manifestar sinceridad, paridad, respeto, reciprocidad, decoro, modestia, sencillez, honor, dignidad y actuar con firmeza de principios ético-morales de equidad, paz, justeza y responsabilidad en sus relaciones interpersonales con las personas de su sexo y el otro, mediante vínculos de amistad, cooperación, respeto y solidaridad en la vida de pareja, familiar y sociocultural en general, a través de formas de comunicación de equidad con las personas de su sexo y el otro en las diversas edades.
- e) Asumir la maternidad/paternidad responsable que se desarrolla mediante un proceso de planificación familiar, en el que se vivencia la necesidad y la decisión de tener un hijo o hija con la madurez y el desarrollo de la capacidad de ofrecerle atención, cuidado, educación, amor y salud, sobre la base de decisiones autodeterminadas, conscientes, informadas y oportunas.
- f) Vivenciar y expresar relaciones con los seres de su sexo y el otro sexo basadas en el amor, la equidad, la igualdad de derechos y oportunidades, la reciprocidad, respeto, colaboración, y la plena participación de todos y todas por igual, sin distinción por género, raza, cultura u otra condición en los procesos del mejoramiento de la salud integral, la salud sexual y reproductiva, la calidad de vida, así como los proyectos y estilos de vida más sanos y armónicos en las relaciones de pareja, amistad, familiar, laboral y sociocultural en general.
- g) Desarrollar y mostrar interés por las necesidades y problemáticas propias y de los otros/as relacionadas con la salud sexual y reproductiva, rechazando y superando toda manifestación de las más diversas conductas de violencia y discriminación, de riesgo, para vivir y promover en los/as demás el ejercicio de una sexualidad libre, sana y responsable, placentera y feliz que prevenga afectaciones tales como las ITS/VIH/SIDA y otras.



- h) Formar y desarrollar integral, armónicamente los componentes psicológicos de la sexualidad: la identidad de género, la orientación sexual y el rol de género de manera auténtica, plena, sana, satisfactoria y responsable, que favorezca los modos de vida y de relaciones humanas en lo personal y sociocultural enriquecedores de los y las educandos y las personas con las que se relacionan.
- i) Vivenciar y saber expresar los sentimientos de respeto y admiración y reconocimiento por el trabajo científico y técnico de hombres y mujeres dedicados al estudio y desarrollo de la sociedad y la cultura y todos los ámbitos de la ciencia y la vida en general a favor de formas de desarrollo humano, social y ambiental sostenibles.
- j) Vivenciar y expresar con objetividad, justicia y orgullo los productos valiosos de la obra socialista de la Revolución Cubana y de toda obra humana cosechada por los hombres y mujeres a favor del desarrollo humano y social, en condiciones de paridad, cooperación y respeto en todas las dimensiones existenciales en que se expresa la personalidad humana y su esfera sexual masculina y femenina, superando toda forma de poder y discriminación por razones de sexo, género, orientación sexoerótica, roles y formas diversas de vivenciar la identidad sexual a partir del principio ético-moral del respeto, la aceptación de la diversidad humana, personal, sexual, sociocultural y otras en sus más ricas y variadas manifestaciones.
- k) Identificar, combatir y superar toda práctica o forma de conducta sexual no responsable y de riesgo ya sea propia o en las personas con las que se relaciona, tales como: la inadecuada selección de la pareja, el cambio frecuente y riesgoso de pareja, el embarazo temprano o no planificado, la paternidad y maternidad precoces, la realización del sexo no seguro o no protegido, el aborto, las relaciones sexuales con personas de conductas de riesgos, las prácticas sexuales por interés material, las relaciones de poder, supremacía del hombre y subordinación de la mujer, la discriminación y la violencia por razones de sexo y género, raza, cultura o de diversa índole, y otras.
- l) Identificar, combatir y superar toda forma de comportamiento personal y social en niños y niñas, adolescentes, jóvenes y adultos de uno y otro sexo que dañe su salud integral, sexual y reproductiva, la calidad de vida y viole los derechos de las personas y grupos humanos, en especial de los más vulnerables como las féminas, las personas homosexuales, las y los ancianos, las y los discapacitados y otros.

El conjunto de estas orientaciones se complementarán con las respectivas indicaciones conceptuales y metodológicas validadas científicamente, que se corresponden y vinculan de forma creativa, sistémica y dinámica a las distintas actividades educativas y de aprendizaje programadas en el proyecto escolar a través de las asignaturas, disciplinas, especialidad o áreas y toda acción formativa según las necesidades y problemáticas diagnosticadas en los educandos, la comunidad educativa, la institución y el contexto sociocultural.

## Características del desarrollo psicosexual En el nivel Secundario y Medio Superior

El *nivel secundario* (adolescencia temprana), es una de las etapas más complejas de la vida, donde ocurren transformaciones rápidas, bruscas y profundas en el orden biológico, psicológico y social, que conducen al ser humano a enfrentar grandes retos y obstáculos.

A continuación se realiza una aproximación a las características psicosexuales de los y las adolescentes del nivel secundario:

- Cambios anatomofisiológicos, la maduración progresiva que van alcanzando desde el punto de vista intelectual, afectivo y volitivo, y de la nueva situación social con respecto a sus iguales y a los adultos en general.
- Desarrollan nuevas y superiores capacidades y potencialidades de la personalidad: entran en una realidad más compleja, no siempre comprendida por los mayores, surgiendo, en no pocos casos, grandes temores e inseguridades.
- Comienzan a compararse con los adultos, aspiran a ser como ellos y ellas, buscando la autodeterminación, pero a la vez desean lograrla por sí mismos, sin el control de padres, madres y profesores, buscando a menudo la independencia en la unión espiritual y social con el grupo de sus iguales.
- Las transformaciones puberales, en particular en la actividad gonadal (testículos u ovarios), desencadenan fuertes impulsos sexuales, que suelen ser estimulados a través de conversaciones y formas de relación con los coetáneos y en muchos casos con los adultos.
- Manifestación de la erotización en mayor o menor grado de los adolescentes de uno y otro sexo. Algunos se ven motivados a iniciar una vida sexual activa, que se expresa en: el autoerotismo (exploración y juego con el propio cuerpo, descubriendo las zonas erógenas) y la masturbación, frecuentes en los momentos más tempranos de la etapa.
- La actitud de pareja y la necesidad de iniciar los intercambios eróticos y espirituales, cuando alcanzan una mayor madurez y logran desarrollar las habilidades para relacionarse con el otro sexo. Es mediante este proceso, que aprenden a construir el "nosotros" a comunicarse en nuevos planos con sus iguales.
- Se suceden juegos sexuales propios del noviazgo hasta que, finalmente, al alcanzar la madurez psicológica, se producirán, si lo desean, las relaciones sexuales completas, coitales.

- En esta fase, se inicia la experimentación sexual, puede ser parte de sueños, descubrimientos, retos y también contradicciones y angustias, que los adolescentes de uno y otro sexo deben aprender a recorrer con el apoyo y la orientación comprensiva de los adultos.
- Estabilización del sentimiento de masculinidad o femineidad (la identidad sexual es determinante en la definición de su personalidad sexuada y las proyecciones futuras).

Precisamente, una de las esferas de la personalidad del adolescente donde se producen mayores problemas, dificultades y trastornos es en la psicosexual, puesto que muchos adultos son portadores de mitos, tabúes y estereotipos sexuales discriminatorios y anticientíficos, que persisten a pesar de los logros culturales e ideológicos de nuestra sociedad socialista.

El *nivel medio superior* (adolescencia tardía o juventud) se corresponde con la etapa en la que los muchachos y las muchachas transitan por la enseñanza Pre-universitaria y la Educación Técnica y Profesional (ETP). Constituye el último “escalón del camino” hacia su autonomía e independencia en las diferentes esferas de la vida social, incluyendo las referidas al amor, la sexualidad, la pareja y la familia.; En este sentido:

- En la mayoría de los casos los cambios corporales ya han ocurrido al iniciarse esta segunda etapa de la adolescencia. Existe una mayor toma de conciencia y aceptación de la figura corporal, la preocupación respecto a ella ha sido superada, así como la relación entre la apariencia física y el grado de aceptación social.
- Se producen cambios psicológicos relacionados con el establecimiento de nuevas necesidades, motivos y sentimientos ligados a los vínculos intersexuales y a la sexualidad (deseo, atracción, enamoramiento, necesidad de expresión sexual), una mayor estructuración de los valores propios y de la autoindependencia. En esta etapa el adolescente y la adolescente es menos ambivalente afectivamente; ello contribuye a la consolidación de su sentimiento de masculinidad o femineidad (identidad de género), y a un gradual incremento de la estabilidad de sus relaciones de parejas.
- En relación con los comportamientos sexuales en esta etapa, continúa desarrollándose la actividad solitaria, la que se combina con otras formas de vivir la sexualidad y, dentro de ellas, las conductas sexuales coitales.
- Las conductas sexuales coitales son aceptadas por el grupo. En esta etapa se establecen relaciones de parejas más estables, pero en algunos casos pueden no estar asociadas a valoraciones afectivas.
- Las muchachas acceden a las conductas sexuales coitales siendo más jóvenes. Los muchachos valoran más la actividad sexual en sí misma y, en ellos, aunque también aparecen frustraciones y disfunciones, la experiencia sexual coital es más satisfactoria.

- Por otro lado, también en esta etapa se conforma un cuadro científico más estable y profundo acerca del mundo, de los demás y de sí mismo, y se alcanzan mayores intereses cognoscitivos, así como elevados niveles de autoconciencia y autovaloración.
- Todo lo anterior posibilita que en esta etapa los jóvenes de ambos sexos estén en mejores condiciones para que, sobre la base de sus propios conocimientos y cualidades morales, comiencen a regular su sexualidad, puedan seleccionar adecuadamente a su pareja, inicien el desarrollo de su vida sexual activa y responsable y que decidan, conscientemente, el momento más oportuno para formar una familia.

## Sugerencias de actividades formativas en Educación de la Sexualidad con enfoque de género, cultural y de derechos sexuales en el currículo de las educaciones secundaria básica, preuniversitaria, técnica y profesional y adultos en el Sistema Nacional de Educación

### Educación Secundaria Básica

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
MATEMÁTICA	7mo.	<p>Unidad 1. El significado de los números.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– El orden de los números y su utilización en la interpretación de datos cuantitativos.</li> <li>– Operaciones con números naturales, fracciones y expresiones decimales.</li> <li>– Significado de comparaciones a través del tanto por ciento. Trabajo con datos simples.</li> </ul> <p>Unidad 2: El lenguaje de las variables.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Traducción de situaciones de la vida al lenguaje algebraico.</li> <li>– Resolución de problemas que conducen a ecuaciones lineales.</li> </ul>	<p>Teniendo en cuenta que la matemática tiene aplicaciones en cualquier esfera de la actividad humana, se orienta que para el tratamiento de los contenidos y para la elaboración de problemas se parta de situaciones prácticas que conlleven a la recopilación y procesamiento de datos.</p> <p>Específicamente para abordar los contenidos de las unidades 1 y 2 de los tres grados, se sugiere el trabajo con datos relacionados con la incorporación de la mujer a diferentes actividades (científica, producción, agricultura, etcétera), la fecundidad en adolescentes, el número de personas que padecen alguna ITS (en el mundo, en Cuba, en su territorio de residencia, por edades, por sexo), el costo, para el país, del tratamiento de un paciente con VIH, etcétera.</p> <p>Ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Cada año ocurren más de 100 000 000 nuevas ITS, excluido el VIH, entre los jóvenes menores de 25 años.</li> <li>– En el Caribe viven 420 000 personas infectadas por el VIH.</li> </ul>
	8vo.	<p>Unidad 1. Números con signos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Los números naturales y sus opuestos.</li> <li>– Los números fraccionarios y sus opuestos. su utilización en el análisis e interpretación de datos cuantitativos.</li> </ul> <p>Unidad 2. Igualdades que contienen variables.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Situaciones que se resuelven con ecuaciones lineales.</li> </ul>	<p>– En el Caribe viven 420 000 personas infectadas por el VIH.</p> <p>Escribe cómo se leen los números subrayados.</p> <p>En una encuesta realizada a 232 adolescentes de las provincias occidentales de nuestro país se constató que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 45,2% considera que es vergonzoso hablar sobre cuestiones sexuales con otras personas</li> <li>– 63,7% cree que los jóvenes prefieren casarse con una muchacha que sea virgen.</li> </ul>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
MATEMÁTICA	9no.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducción a los sistemas de ecuaciones lineales.</li> </ul> <p>Unidad 1. El dominio de los números racionales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relación de inclusión entre números naturales, enteros y racionales. Su utilización en el análisis e interpretación de datos de carácter estadístico.</li> <li>- Potenciación y radicación en los números racionales.</li> <li>- Trabajo con datos agrupados.</li> </ul> <p>Unidad 2. Proporcionalidad, función y ecuación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La proporcionalidad directa e inversa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 65% concuerda con que los hombres pueden tener libertades sexuales que no son permitidas a las mujeres</li> <li>- 84% piensa que las mujeres tienen que ser siempre fieles a sus esposos.</li> <li>- 63,7% entienden que es inmoral que una muchacha soltera salga embarazada.</li> <li>- ¿Cuántos adolescentes defienden cada uno de los criterios presentados?</li> </ul> <p>Construye un gráfico donde representes esta información. Tener en cuenta en la representación de los datos la diferenciación por género.</p>
ESPAÑOL	7mo.	<p>Unidad 1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La lectura como fuente de información</li> <li>- y de disfrute.</li> <li>- Conversaciones acerca de las temáticas analizadas.</li> <li>- La significación de las palabras.</li> </ul>	<p>La clase de Español-Literatura es en esencia un acto de comunicación y como tal, se deben poner en práctica todas las funciones del lenguaje que propicien la efectividad del proceso mediante el cual los seres humanos interactuamos.</p> <p>Los textos que aparecen en los libros permiten dar salida a los contenidos de la Educación integral de la sexualidad con enfoque de género y además se pueden utilizar otros textos que aborden propiamente temas como la igualdad de oportunidades entre ambos sexos; la no discriminación de ninguna índole; la lucha contra las manifestación de exclusión o subordinación de la mujer; los prejuicios, mitos y estereotipos que existen acerca de la sexualidad; la necesidad de disminuir los riesgos y las vulnerabilidades a partir de no tener relaciones sexuales sin protección; entre otros. La clase de Español debe caracterizarse por el empleo de textos para su lectura, análisis y comprensión, así como para abordar los contenidos de gramática y ortografía.</p> <p>Se sugiere que se aborde el contenido con ejercicios como el siguiente:</p> <p>Lee detenidamente el siguiente texto:</p> <p>La adolescencia es una etapa trascendental en la vida de todos los seres humanos; momen-</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
ESPAÑOL			<p>to de grandes cambios biológicos, psicológicos, físicos, de desprendimientos, pérdidas, ganancias, temores, inquietudes y ansias de saber. Se deja atrás el infante, dependiente en muchos aspectos del adulto, para convertirse en un ser que construye su identidad en correspondencia con nuevas experiencias educativas, familiares, comunitarias, laborales, culturales y sociales en general; lo cual se traduce en la incorporación de nuevos roles que posibilitan su inserción en el mundo adulto sin que esto signifique una renuncia total al acompañamiento de los mayores.</p> <p>a) Ejemplifica lo que se expresa en la primera oración del texto.</p> <p>b) ¿Cómo te sientes en tu tránsito por la adolescencia?</p>
		<p>Unidad 2, – La literatura como arte de la palabra. Lectura <i>Jesús Menéndez</i>. Lectura <i>Agramonte</i>.</p>	<p>Se sugiere conversar acerca del ejemplo familiar en la formación del individuo y valorar la responsabilidad de los padres y las madres en la crianza de los hijos e hijas.</p> <p>Profundizar en las relaciones entre Ignacio Agramonte y su esposa Amalia Simone, teniendo en cuenta el amor y la ternura que se profesaban, manifestados en sus cartas.</p> <p>Conversar acerca de cómo deben ser las relaciones familiares, especialmente con los ancianos, y de cómo el ejemplo de los padres es determinante en la formación de los hijos e hijas.</p>
		<p>Unidad 4. Lectura y comprensión de textos en los que predomine la narración. – Lectura <i>El abuelo y el nieto</i>.</p> <p>Unidad 9. Interpretación de textos en los que se aprecie la exposición.</p>	<p>Se sugiere identificar esta forma elocutiva y realizar el análisis en textos como el siguiente:</p> <p>Una buena salud sexual brinda la posibilidad de vivir la sexualidad como una dimensión importante en la vida, con satisfacciones personales, con capacidad para disfrutar, para dar y recibir, con respeto profundo hacia la otra persona y sus necesidades y con la responsabilidad que implica asumir los posibles riesgos que pueden conllevar.</p> <p>Asumir un comportamiento sexual responsable significa mantener una conducta y un estilo de vida en las relaciones de pareja sobre la base del amor, los sentimientos, la mutua</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
			<p>comprensión y el respeto, de manera que se conjuguen con armonía y se eviten conductas de riesgo que puedan originar graves consecuencias para la salud sexual y reproductiva y, por tanto, para la vida personal.</p> <p>Las formas en que se viva la sexualidad, si no se hace responsablemente, puede afectar el presente y comprometer el futuro; esto se hace evidente cuando acontece una maternidad o paternidad tempranas que, en muchos casos, lleva al abandono de los estudios, o puede ocurrir el contagio de una infección de transmisión sexual (ITS) que puede ser incurable.</p>
	8vo.	<p>Unidad 1. La lectura, comprensión y análisis de textos literarios y no literarios.</p>	<p>Se sugiere que se aborde el contenido con ejercicios como el siguiente:</p> <p>La educación de la sexualidad se inicia antes del nacimiento mismo del ser humano. En la generalidad de las familias comienza a tejerse a lo largo del embarazo una red de expectativas, anhelos y temores en torno a la pregunta: ¿será niño o niña?</p> <p>Consecuentemente, se conforman las bases de un determinado proyecto educativo diferenciado para cada sexo. Cuando los modelos parten de estereotipos sexistas se espera, por ejemplo, que si nace niño sea inteligente y fuerte, amante de los deportes y juegos rudos, que crezca seguro e independiente y acumulando conquistas femeninas. Para la niña se sueña que sea obediente, cariñosa, respetuosa, recatada, de su casa, bien preparada para dirigir el hogar y para cumplir en el futuro con el destino de madre y esposa.</p> <p>a) ¿Qué tipo de lenguaje predomina en este texto? ¿Por qué lo sabes?</p> <p>b) ¿Qué adjetivos deben identificar a niños y niñas según el texto? ¿Estás de acuerdo con esto? Explica tu respuesta.</p>
		<p>Unidad 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La clasificación de las obras literarias en géneros. Los géneros fundamentales.</li> <li>- Lectura y análisis de textos representativos de cada género.</li> <li>- Lectura <i>Mi caballero</i>.</li> </ul>	<p>Se recomienda abordar el contenido con ejercicios como el siguiente:</p> <p>Lee detenidamente el siguiente texto: Siempre tuve curiosidad acerca del sexo. Mis amigas me contaban que era muy divertido, pero yo ni siquiera tenía novio. Tiempo después empecé a salir con un muchacho y pasado un tiempo ya estábamos muy enamorados. Una</p>



Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
ESPAÑOL		<p>Unidad 3. Práctica del resumen en forma de párrafos, cuadros sinópticos y mapas conceptuales.</p> <p>Unidad 6. El testimonio. Rasgos esenciales. Lectura <i>Haydée habla del Moncada</i>.</p>	<p>noche, en una fiesta, él me empezó a decir cosas lindas, ambos nos sentíamos muy bien y antes de que me diera cuenta ya estábamos teniendo relaciones sexuales. Ahora todo sería distinto si hubiera tenido conocimientos sobre la anticoncepción, porque quedé embarazada. Tuve que abandonar mis estudios y dedicarme a cuidar a mi bebé. Mi novio nunca lo entendió y nos separamos cuando solo tenía 3 meses de embarazo. Ahora comprendo lo importante que es pensarlo bien antes de tener relaciones sexuales y nunca hacerlo sin protección.</p> <p>a) ¿Por qué se puede afirmar que este texto es un testimonio?</p> <p>b) ¿Qué crees de la situación que ha tenido que enfrentar esta adolescente?</p>
	9no.	Unidad 3. Lectura <i>La atrevidamente grande</i> , Gertrudis Gómez de Avellaneda.	Se sugiere conversar sobre la actitud asumida por Haydée Santamaría y otras heroínas en defensa de la patria.
HISTORIA ANTIGUA Y MEDIEVAL	7mo.	<p>Unidad 1. La Comunidad primitiva. Rasgos distintivos de la Comunidad primitiva.</p> <p>Unidad 2. El Antiguo Oriente. – Egipto, Mesopotamia, India y China.</p> <p>Unidad 3. La sociedad esclavista griega. – Surgimiento de las clases sociales y el Estado en Grecia. El trabajo individual. Fuentes de la esclavitud. Diferencia de la explotación del hombre por el hombre en Grecia con la del Oriente Antiguo.</p> <p>Unidad 4. La sociedad esclavista romana. – El Estado romano: la República esclavista. Las clases sociales. – Rasgos distintivos de la sociedad esclavista.</p>	<p>Se sugiere conversar sobre mujeres cubanas destacadas en el arte, la literatura, la ciencia. Debatir sobre el papel de la mujer en las primeras actividades económicas y el surgimiento de las diferencias sociales.</p> <p>En esta unidad se abordan las sociedades del Antiguo Oriente durante la comunidad primitiva y el esclavismo, lo que permite debatir sobre el papel de la mujer en ambas etapas históricas, el surgimiento de las diferencias sociales en estos territorios, el carácter injusto de la esclavitud y cómo era la vida de las clases explotadas y el destino de sus hijos. Se sugiere realizar comparaciones con la actualidad.</p> <p>Se orienta realizar debates alrededor de la situación de la mujer, la discriminación a que eran sometidas, las características de sus formas de vida y las formas de esclavitud. En este sentido, es necesario reflexionar sobre los derechos sexuales y la igualdad de género en las relaciones sociales, de familia y en la pareja.</p> <p>Se sugiere que se promuevan debates alrededor del papel de la mujer en la sociedad esclavista romana y su participación en el Estado</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
		<p>Unidades 5 y 6. El establecimiento del régimen feudal en Europa Occidental</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los francos; su organización económica, social y política. El señorío o feudo. Las clases sociales.</li> <li>- Inicio del crecimiento del papel de la iglesia.</li> </ul> <p>Unidad 7. El desigual desarrollo de Asia, África y América.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descripción de los rasgos económicos, políticos y sociales, así como de las escenas de la vida cotidiana en Asia, África y América.</li> <li>- Las civilizaciones Maya, Inca y Azteca.</li> </ul> <p>Unidad 8. La burguesía se abre paso dentro del decadente régimen feudal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las transformaciones en la cultura: el Renacimiento.</li> </ul>	<p>romano. Las luchas entre patricios y plebeyos y el matrimonio entre ellos. Se propone la observación de la película <i>La vida privada de los emperadores romanos</i>. También puede abordarse de cómo era visto el homosexualismo en estas sociedades. Reflexionar y debatir acerca de lo irracional e inhumano que resulta la discriminación y el estigma por razones de orientación sexual o identidad sexual.</p> <p>Para trabajar estos temas en las unidades 3 y 4 se sugieren textos como el siguiente:</p> <p>En los estados patriarcales de Grecia y Roma clásicas confluyen dos factores vitales que determinan que el homosexualismo fuera evaluado de una manera muy diferente de la considerada en las etapas sucesivas. Si bien se introducen nuevas e injustas restricciones sexuales, en especial para el sexo femenino, se mantiene la exaltación y búsqueda activa del placer como valor fundamental. El nuevo orden patriarcal degrada a los más bajos niveles de marginación a la mujer "decente" en sus roles de madre esposa, en tanto se devalúa como objeto de placer para el hombre, de ahí que las prostitutas entran a desempeñar esta función, pero con el desprecio de quienes compraban sus favores. En tales condiciones, el objeto más valorado de satisfacción para el sexo masculino serían sus propios congéneres, que además de darles placer físico, eran objeto de su mayor estima y admiración.</p> <p>Promover debates acerca de la situación de la mujer dentro del sistema feudal y del papel de la iglesia en esta sociedad. Se propone la observación de las películas <i>Robin Hood</i> y <i>El nombre de la rosa</i> para ilustrar los contenidos abordados y que se promuevan reflexiones en torno a las relaciones de pareja basadas en el amor, el respeto y la confianza.</p> <p>Pueden trabajarse textos como el siguiente:</p> <p>...a lo largo de toda la Edad Media los niveles de marginación y represión de la mujer llegaron a sus puntos extremos, reforzados especialmente por los preceptos de la religión judeo-cristiana. En particular, la iglesia católica, por intermedio de la Inquisición, llevó a muchas mujeres y hombres a las cámaras de</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA ANTIGUA Y MEDIEVAL			<p>torturas y a la hoguera por cometer “pecados de carne”, considerados ritos eróticos satánicos. Resulta interesante el hecho de que eran en su mayoría los miembros del sexo femenino los que terminaban sus días en las llamas, por ser ellas “brujas”, descendientes de Eva y encarnación del pecado original, quienes ejercían influencia perniciosa sobre los hombres.</p> <p>Realizar debates acerca del papel de la mujer en cada una de estas sociedades, sus costumbres y tradiciones y la herencia que ha quedado en la actualidad. Se propone que se realicen comparaciones entre las formas de vida de estas sociedades de la antigüedad y las formas de vida actuales. Significar la importancia de la igualdad de posibilidades y oportunidades en hombres y mujeres que contribuyan a disminuir riesgos y vulnerabilidades.</p> <p>Puede trabajarse con textos como el siguiente: Así, en la América precolombina, entre los aztecas, la mujer no podía gobernar; no se le permitía conservar a sus hijos e hijas al enviudar, y sus derechos políticos y sociales estaban sumamente limitados. Se acostumbraba, incluso entre los grandes señores, que a su muerte se les enterrase junto a sus joyas y pertenencias, sus criados y sus mujeres.</p> <p>Se recomienda promover debates acerca del papel de la mujer en esta etapa, profundizando a partir de la observación de la película <i>Juana de Arco</i>.</p>
HISTORIA MODERNA	8vo.	<p>Unidad 1. Las revoluciones burguesas y su influencia en el desarrollo del capitalismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Papel de las masas en el proceso de radicalización de la revolución. La declaración de los derechos del hombre.</li> </ul> <p>Unidad 2. El desarrollo del capitalismo y del movimiento obrero europeo durante el siglo XIX.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– El surgimiento del comunismo científico. <i>El Manifiesto Comunista</i>, la nueva con-</li> </ul>	<p>Debatir acerca de los derechos que tenían los hombres y las mujeres, las libertades de las que gozaba cada uno, la situación de la explotación y de la propiedad sobre los medios de producción. Promover como parte de los derechos humanos los sexuales, como base del desarrollo personal y social. En este sentido, es importante analizar y debatir acerca de los riesgos, vulnerabilidades, así, como los estereotipos y prejuicios en torno a la expresión de la sexualidad sana, plena y responsable.</p> <p>Orientar la investigación sobre la situación de la mujer en aquella época y a partir de esta interpretar lo que se plantea en el documento. Es importante también debatir lo que en él se</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA MODERNA		<p>cepción sobre la familia. La Comuna de París</p> <p>Unidad 3. La expansión fascista y el desencadenamiento de la II Guerra Mundial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Características de la dictadura fascista en el poder.</li> </ul>	<p>describe sobre la familia y cómo ha trascendido hasta la actualidad. Profundizar en el papel asumido por Luisa Michel y valorar su actitud como heroína de la Comuna y como dirigente de la Unión de Mujeres para la defensa de París, tener también en cuenta su posición como madre y como maestra.</p> <p>Debatir acerca de los métodos fascistas para lograr sus propósitos y el mito creado por ellos entorno a la superioridad de la raza blanca, considerada pura. Puede profundizarse a partir de la lectura del libro <i>Diario de Ana Frank</i>, en especial teniendo en cuenta la situación de la niña y además se sugiere la observación de la película <i>La vida es bella</i>, donde se aprecia la destrucción de las familias y el amor de los padres hacia el niño.</p> <p>Es importante actualizar el debate a partir de las tendencias neofascistas del mundo de hoy, que defienden la persecución a las personas por su raza, su cultura, su orientación sexual, etcétera.</p>
HISTORIA CONTEMPORÁNEA	8vo.	<p>Unidad 4. El mundo capitalista después de la II Guerra Mundial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– El caso de los esposos Rosenberg.</li> </ul> <p>Unidad 7. Los problemas del mundo actual. Los conflictos en la alimentación, educación, salud, ecología, el intercambio desigual, la deuda externa, xenofobia, terrorismo y drogadicción.</p>	<p>Se sugiere debatir acerca del papel asumido por Ethel y Julius Rosenberg durante el amañado proceso al que fueron sometidos, alejados de sus pequeños hijos. Enfatizar en el amor que fomentó la fortaleza de carácter de ambos hasta su muerte. En este sentido, reflexionar sobre las relaciones de pareja, el respeto mutuo y la toma de decisiones libres y responsables.</p> <p>Se deben abordar, como problemas actuales: la pandemia del sida, los estereotipos y prejuicios, la discriminación por razones de género, edad, cultura, raza, identidad u orientación sexual. En relación a la salud sexual y reproductiva, el embarazo en la adolescencia, las manifestaciones de violencia en las relaciones de pareja; entre otras.</p>
HISTORIA DE CUBA	9no.	<p>Unidad 1. Cuba: los antecedentes de la nacionalidad y la nación cubana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Las comunidades aborígenes cubanas.</li> <li>– Establecimiento del dominio colonial español y las pri-</li> </ul>	<p>Profundizar en la situación de la mujer en la comunidad primitiva, las actividades que realizaban, sus relaciones con los hombres de las tribus según su rango, sus costumbres y tradiciones. Asimismo debe profundizarse en la concepción de la familia en la sociedad socialista. Los roles en la familia, en las relaciones de pareja y en la sociedad en general.</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA DE CUBA		<p>meras manifestaciones de rebeldía.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La conformación de la sociedad criolla.</li> </ul>	<p>Valorar el carácter injusto de la esclavitud y otras formas de explotación a que fueron sometidos los aborígenes, los esclavos y otros sectores poblacionales. Se propone profundizar en la vida de los esclavos, su unión y los abusos sexuales a que eran sometidos. Asimismo debe analizarse el predominio de las personalidades masculinas en la etapa y la exclusión de la mujer de las instituciones de gobierno. En todos los casos, significar los riesgos y vulnerabilidades para la vida de pareja, familiar y social.</p>
		<p>Unidad 2. Las luchas por la independencia y la formación de la nación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inicio y desarrollo de la Revolución cubana</li> <li>- La represión española y el incremento de la lucha revolucionaria.</li> </ul>	<p>Profundizar en el papel de la mujer en las luchas por la independencia, enfatizando en el papel desempeñado por Canducha Figueredo, Ana Betancourt, Mariana Grajales y otras. Se propone debatir acerca de la familia Maceo-Grajales como expresión de los rasgos y valores típicos de la familia cubana.</p>
		<p>Unidad 3. La República neocolonial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formación y desarrollo de la República neocolonial hasta 1935.</li> <li>- Cuba desde 1935 a 1952.</li> <li>- El reinicio de las luchas hasta el triunfo de la Revolución.</li> </ul>	<p>Profundizar en el papel de la mujer en las luchas revolucionarias, enfatizando en las figuras de Haydee Santamaría, Melba Hernández, Celia Sánchez, Vilma Espín y otras. Revelar cualidades y valores asociados al rol de la mujer cubana como parte inseparable de nuestro ideal social.</p>
		<p>Unidad 4. La República que soñó Martí.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los primeros años del poder revolucionario.</li> <li>- La Revolución avanza hacia el socialismo.</li> <li>- La obra de la Revolución.</li> </ul>	<p>Realizar debates acerca del papel de la mujer en la construcción de la obra revolucionaria, su participación en la vida económica, política y social del país, el papel de la familia y su importancia en la formación de la nueva sociedad, la fundación de la FMC, su impacto en el empoderamiento de la mujer como protagonista en nuestro proceso social.</p> <p>Se propone orientar investigaciones acerca de figuras femeninas destacadas en la ciencia, la cultura, el deporte, la política, la educación, la salud, la economía, etcétera. También puede realizarse paneles, seminarios sobre la obra de la Revolución en el campo de la salud y la educación en función de lograr elevar la cultura general en temas referidos a la sexualidad, la creación del CENESEX, los avances en la lucha contra el SIDA, las campañas publicitarias de educación sexual, la lucha por la igualdad de géneros, entre otros elementos.</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
	7mo.	<p>Unidad 2. Medio ambiente y salud.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Características psicosexuales de los adolescentes. Relaciones interpersonales. Autoestima. Toma de decisiones.</li> <li>– Salud sexual. Sexo y sexualidad como parte de la personalidad.</li> </ul> <p>Unidad 6. Diversidad y unidad de los organismos vivos en la Tierra.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bacterias. Características esenciales. Diversidad e importancia.</li> <li>– Hongos. Características esenciales. Diversidad e importancia.</li> </ul>	<p>A partir de técnicas participativas, se propondrá el análisis y debate de teleclases relacionadas con temáticas en esta esfera; además de aprovechar las posibilidades que brindan nuestros contextos para reflexionar sobre situaciones de la vida social, familiar y de pareja. Además, desde el punto de vista de los agentes biológicos causantes de enfermedades e infecciones, debe aprovecharse la oportunidad para nombrar los causantes de diferentes tipos de ITS.</p> <p>Se realizarán algunas preguntas dirigidas a reflexionar sobre cómo desarrollar un comportamiento sexual, sano y responsable, recomendamos las siguientes: ¿Cuándo manifiestas o expresas tu sexualidad?, ¿La sexualidad está en los órganos sexuales?, ¿Se manifiesta la sexualidad en todas las edades de la misma manera?, ¿Piensas siempre y te comportas igual que tus compañeros?, ¿Qué es la sexualidad?, ¿Por qué la sexualidad no está desvinculada de la personalidad?, ¿Qué diferencias observas entre el hombre y la mujer, el niño, la niña, el adolescente y la adolescente, el joven y la joven?</p> <p>Establecer comparaciones de peso y talla entre los y las adolescentes y analizar los cambios psicológicos. Partiendo de la pregunta: ¿Qué cambios ocurren en la adolescencia? Invitarlos a resumirlos y luego analizarlos haciendo las aclaraciones que sean necesarias.</p> <p>Para fortalecer la autoestima, partir de situaciones que pudieran presentar los adolescentes y pedir opiniones de cómo resolverlas. Concluyendo con las respuestas en la pizarra a las interrogantes ¿Qué es autoestima? ¿Cuándo se manifiesta una autoestima baja y cuándo alta?</p> <p>Analizar los conceptos: superioridad, aparición de sentimientos negativos, seguridad, posibilidad de destacar sus virtudes.</p> <p>Valorar las formas de tomar decisiones. En la esfera de la sexualidad y cualquier otra esfera de la vida; pedirles que expresen una decisión importante que hayan tomado y presentarles situaciones donde los análisis que se deriven permitan señalar que para tomar decisiones deben evaluarse, autoconocerse y estimarse</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
CIENCIAS NATURALES			<p>positivamente, mirando de modo constante y constructivo dentro de sí mismo y preguntándose: ¿Quién y cómo soy? ¿Hacia dónde voy? ¿Cómo puedo llegar? Finalmente escoger una de sus aspiraciones para que valoren la importancia de un comportamiento responsable y cómo lograrlo, teniendo en cuenta que el esfuerzo para obtener un objetivo, puede ayudarlos a dirigir sus vidas.</p> <p>La unidad se cierra con un seminario integrador sobre la importancia de la higiene para la salud del hombre y la mujer, abordando el tema de la prevención del VIH/SIDA. Se sugiere profundizar en las ITS que pueden ser provocadas por bacterias y hongos, sus síntomas, tratamiento y la importancia de mantener relaciones sexuales protegidas para evitarlas.</p>
BIOLOGÍA	8vo.	<p>Unidad 1. Educación para la salud y educación sexual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciones interpersonales: negociación. La armonía como un elemento de bienestar. Diferentes manifestaciones de violencia.</li> <li>- Igualdad y equidad. Diferencias.</li> <li>- El amor y la comprensión como base de la estabilidad de las parejas.</li> <li>- La satisfacción por ser hombre o mujer. Identidad de género.</li> <li>- La autoestima y la toma de decisiones.</li> </ul>	<p>Se tendrá en cuenta las orientaciones de la asignatura para el grado, con el objetivo de promover el desarrollo de un comportamiento sexual sano, placentero y responsable; y como parte de ello dar cumplimiento a la RM. 139/2011.</p>
	9no.	<p>Unidad 1. Educación para la salud y educación sexual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciones interpersonales: amigos, pareja y matrimonio.</li> <li>- Planificación familiar. Métodos anticonceptivos.</li> <li>- Salud sexual y reproductiva: ITS y VIH/SIDA. Prevención.</li> <li>- Embarazo en la adolescencia. Riesgos y consecuencias.</li> </ul>	

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
BIOLOGÍA		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoestima y toma de decisiones.</li> <li>- Manifestaciones de violencia en las relaciones de pareja. Consecuencias para la estabilidad psíquica.</li> </ul>	
GEOGRAFÍA	8vo.	Unidades 3 y 4. Estudio de continentes y de regiones seleccionadas del planeta. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características socioeconómicas de continentes, regiones y países seleccionados.</li> </ul>	El estudio de los continentes, las regiones y los países seleccionados se realiza a partir de un plan tipo que incluye sus características socioeconómicas. Al hacer referencia a estas se sugiere enfatizar en la situación que presentan con respecto a las personas infectadas por el VIH, atención que se les brinda, índice de mortalidad entre ellas, situación de la mujer, algunas costumbres, tradiciones, leyes relacionadas con la sexualidad, entre otros elementos, como los estereotipos y prejuicios sexistas.
GEOGRAFÍA DE CUBA	9no.	Unidades 1, 2 y 3. Cuba y sus regiones, sus provincias y la localidad. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterización general.</li> </ul>	El estudio de las regiones y provincias de nuestro país, así como de la localidad, conlleva realizar una caracterización en la que se sugiere profundizar en elementos relacionados con el papel que ha alcanzado la mujer en las diferentes esferas, la situación existente en relación con las personas infestadas por el VIH o enfermas de SIDA, y las ITS que con más frecuencia se presentan, así como en qué grupos poblacionales se manifiestan más, cómo se realiza la labor de prevención y cómo se comportan los índices de violencia, embarazo precoz, etcétera.
INFORMÁTICA	7mo.	Unidad 2. Búsqueda y procesamiento de la información. Los procesadores de textos. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del procesador de textos.</li> <li>- La edición y formateo de un texto.</li> <li>- La búsqueda de textos en enciclopedias digitales.</li> <li>- Uso de recursos gráficos.</li> </ul>	Se sugiere trabajar el contenido a partir de textos, gráficos, construcción de tablas, entre otros, en los que se aborde la igualdad de géneros, la inserción de la mujer en todas las esferas de la sociedad, la discriminación por razones de sexo, la violencia, las relaciones familiares, las tasas de ITS y de embarazo en la adolescencia. Valora en todos los casos la necesidad de su prevención.



Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
INFORMÁTICA	8vo.	<p>Unidad 1. El procesamiento avanzado de la información.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La elaboración de tablas estadísticas.</li> <li>- Los hipertextos.</li> <li>- La INTERNET y la INTRANET.</li> </ul>	<p>Se sugiere trabajar con datos relacionados con la inserción de la mujer en todas las esferas de la sociedad, la discriminación por razones de sexo, orientación sexual e identidad sexual, violencia, relaciones familiares, ITS, embarazo precoz y necesidad de su prevención, para la elaboración de tablas, con el objetivo de estimular a los estudiantes en la búsqueda de información sobre estos temas.</p>
EDUCACIÓN CÍVICA	7mo.	<p>Unidad 1. Educación Cívica: Antecedentes históricos y la formación ciudadana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptos de ciudadano, civismo, identidad personal y social.</li> <li>- El modelo de ciudadano en la etapa actual de desarrollo de la sociedad cubana.</li> <li>- Valores fundamentales de la sociedad cubana actual como núcleos del civismo.</li> <li>- Cualidades morales y valores en las personalidades históricas. Un modelo social a imitar (no deben faltar Maceo, Camilo, Che, Fidel, Celia y Vilma).</li> <li>- Mi familia cubana y la Constitución. Capítulo IV de la Constitución.</li> <li>- La igualdad de derechos en la sociedad cubana. Capítulo VI de la Constitución.</li> </ul>	<p>Debatir sobre la igualdad de derechos y deberes ciudadanos a partir del análisis del articulado de la Constitución de la República. Analizar como parte de los derechos de los ciudadanos, los derechos sexuales, como forma de superar prejuicios sexistas y exclusiones por razones de género u orientación sexual. Debatir y promover como parte del desarrollo personal y base de las relaciones entre los sexos, la igualdad de género, el respeto, la cooperación, la autonomía, la no discriminación y la violencia por razones de género y orientación e identidad sexual.</p> <p>Realizar debates, charlas o exposiciones que permitan enriquecer las informaciones sobre el modelo de vida socialista y compararlo con el capitalista. Ejemplo: valorar la atención que reciben las mujeres embarazadas, los niños y los ancianos como parte de la protección que brinda el Estado socialista a la mujer y a la familia.</p> <p>Realizar investigaciones, charlas, conferencias sobre personalidades históricas que constituyen modelos a imitar. Abordar cómo fue su vida familiar.</p>
	8vo.	<p>Unidad 3. Derechos humanos y legalidad socialista.</p> <p>Unidad 4. La familia y la comunidad. Los adolescentes cubanos y su participación en la edificación de la sociedad.</p>	<p>Se realizarán charlas, debates, conferencias en las que se aborde el problema de los derechos humanos, cómo se respetan en nuestro país y cómo se irrespetan en gran parte de los países del mundo, enfatizando en los derechos de la infancia.</p> <p>Consultar el libro <i>¿Piensas ya en el amor?</i>, para debatir acerca de la relación de padres y madres y de la pareja. Debate acerca de las funciones de la sexualidad y los roles en la familia.</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
EDUCACIÓN CÍVICA			Realizar dramatizaciones donde representen cómo viven en la familia. Analizar la responsabilidad de cada miembro y cómo se comparten las tareas hogareñas. Significar responsabilidad que tienen los miembros de la familia en la participación de conjunto en las actividades del hogar y entre los miembros de la familia, de manera dialógica, sin imposiciones y con la cooperación de todos.
	9no.	<p>Unidad 5. El Sistema Político cubano y la participación ciudadana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El Sistema Político cubano, principal conquista de la Revolución que debemos salvar.</li> <li>- El Estado socialista. Su estructura y principales funciones.</li> </ul> <p>Unidad 6. La responsabilidad de los adolescentes cubanos frente a su futuro. Retos ante los problemas del mundo de hoy.</p>	<p>Debatir sobre la igualdad de derechos y deberes ciudadanos a partir del análisis del articulado de la Constitución de la República. Reflexionar y debatir acerca de los derechos sexuales y cómo contribuir a su cumplimiento. Promover la igualdad de género y su importancia para disminuir riesgos y vulnerabilidades.</p> <p>Valorar la implicación de las mujeres en el Estado socialista cubano, su papel en cargos y responsabilidades de alto rango.</p> <p>Debatir acerca de la actuación de los jóvenes en la sociedad, como parte de las familias y los que han constituido una pareja. Promover la igualdad de posibilidades y oportunidades para ambos sexos, promover la cooperación y autonomía como elemento fundamental de la calidad de vida y la prevención de trastornos sexuales.</p>
EDUCACIÓN LABORAL	7mo.	<p>Unidad 1. Mantenimiento escolar.</p> <p>Unidad 2. Materiales variados.</p> <p>Unidad 3. Nociones de agricultura</p> <p>Unidad 4. Trabajos con madera.</p> <p>Unidad 5. Confecciones</p>	Se sugiere que, en todos los casos, se enfatice en que los trabajos con los distintos materiales, así como la organización y limpieza del puesto, pueden ser realizados por todos, sin distinción de sexo. También se debe reflexionar sobre las relaciones que deben establecerse cuando se realizan labores en grupo, bajo el principio de la igualdad de posibilidades y oportunidades.
	8vo.	<p>Unidad 2. Trabajo con metales.</p> <p>Unidad 3. Nociones de agropecuaria.</p> <p>Unidad 4. Confecciones textiles.</p>	En los casos en que se realicen visitas a instituciones se debe dirigir la observación de los estudiantes hacia el papel que en ellas juega la mujer: en puestos de dirección, en labores directas a la producción, con vistas a modificar estereotipos y prejuicios sexistas.

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
EDUCACIÓN LABORAL	9no.	<p>Unidad 2: Proceso de construcción de artículos utilizando diferentes materiales: papel, cartulina, cartón, textiles, madera, metal, plástico, materiales o productos de la naturaleza, recuperados y la combinación de ellos.</p> <p>Unidad 3. Trabajos de electricidad.</p> <p>Unidad 4. Nociones de agropecuaria</p> <p>Unidad 5. Mantenimiento y reparación.</p>	

## Educación Preuniversitaria

### Asignatura. Español-Literatura

Esta asignatura tiene un carácter instrumental, estrechamente relacionado con el desarrollo del pensamiento, por tanto, se vincula de manera armónica con el conjunto de asignaturas del plan de estudio y ofrece la posibilidad de operar con diversos textos, de diferentes tipologías. Además, abre las puertas ante la lectura de obras representativas de la literatura universal, ricas para seguir desarrollando la sensibilidad y el gusto estético. La mayoría de los textos incluidos en el programa se prestan para un adecuado trabajo dirigido a la educación de la sexualidad de los estudiantes y, en particular, a lograr en ellos los objetivos siguientes:

- Favorecer los sentimientos de amor y respeto hacia la familia, fundamentalmente hacia las figuras del padre y de la madre.
- Contribuir en la creación de sentimientos en relación con la maternidad y la paternidad responsables.
- Desarrollar la capacidad de compartir vínculos amorosos estables y destacar su importancia en las relaciones de pareja, de amistad, de convivencia en el hogar.
- Fomentar sentimientos de igualdad, equidad entre los sexos y contribuir a la cabal valoración de la mujer como ser social en igualdad de posibilidades y oportunidades.
- Favorecer la formación y desarrollo de relaciones interpersonales, basadas en el respeto, solidaridad, cooperación, la no discriminación y violencia, por razones de género, edad, raza, cultura, identidad u orientación sexual, fomentando el establecimiento de amistades sólidas y relaciones de pareja basadas en el amor y en el conocimiento recíproco de los valores y principios de cada uno.

A continuación se ofrecen sugerencias en las cuales se puede insertar el trabajo dirigido a la educación de la sexualidad en las asignaturas del currículo del nivel preuniversitario.

### **10<sup>mo.</sup> grado**

Unidad 1. Los orígenes del lenguaje, la literatura y el arte. El profesor o la profesora pueden trabajar con textos que aborden esta temática cuando presente los contenidos siguientes:

- La comunicación. La comunicación verbal y no verbal, -oral y escrita-.
- El texto como unidad básica de comunicación.
- Los niveles constructivos del texto: del sintagma al discurso. Segmentación de textos en sus diferentes niveles y análisis de las relaciones entre estos.

Se recomienda, profundizar en las características, habilidades y barreras de la comunicación asertiva y su repercusión en la vida personal, en la relación de amistad, pareja, familiar y social en general.

Unidad 2. El arte y la literatura de los pueblos primitivos. Sus manifestaciones. Se puede continuar dándole tratamiento al tema de la sexualidad a partir de la presentación de textos de diferentes tipologías. Es importante señalar que en esta unidad los contenidos que tributan a ello pueden ser:

- Características del texto. La coherencia como rasgo esencial de la textualidad.
- Tipos de textos según la forma elocutiva, la función y el estilo. Práctica de comprensión y construcción de diferentes textos atendiendo a la forma elocutiva, a la función y al estilo.

Unidad 3. La literatura clásica. Homero. *La Ilíada*.

Se sugiere que como parte del análisis de la obra se realice un comentario sobre el diálogo establecido entre Héctor y Andrómaca cuando este parte hacia el combate para no regresar jamás. Es conveniente analizar el lenguaje de ambos personajes, en el que sobresalen la ternura y el respeto entre la pareja, incluso cuando se encuentran en un momento crucial de sus vidas. Se recomienda la realización de una lectura dramatizada del personaje, deben transmitirse muy bien los sentimientos que se expresan en la relación de pareja.

Debe destacarse la presencia del niño en la escena y reforzar la idea del valor de la familia. Puede plantearse a los estudiantes la interrogante de por qué creen que Homero sitúa al pequeño niño en esa despedida y propiciar así el debate.

Unidad 6. El Renacimiento. William Shakespeare. *Romeo y Julieta*.

Durante el desarrollo de esta unidad el tema del amor propicia el análisis y el debate. Se aborda en esta obra como temática central el amor de pareja.

Cuando se analicen los actos de esta obra dramática debe prevalecer el análisis alrededor de ese sentimiento tan puro, enaltecedor y hermoso del ser humano, así como el lugar importante que ocupa este en la vida de los jóvenes.

Debe resaltarse la fidelidad y la entrega máxima de la pareja ante el verdadero amor y la necesidad de sortear escollos para conseguir lo que les resulta vital: estar juntos.

La propia obra sugiere la realización de un debate en torno al amor en la juventud, que debe ser enriquecido con el análisis de algunos parlamentos de la madre de Julieta en torno al matrimonio temprano y el valor de esas ideas en una época y una sociedad como la nuestra.

Unidad 7. El Barroco en la literatura de habla española. Luis de Góngora, Francisco de Quevedo y Sor Juana Inés de la Cruz.

Se sugiere que a partir del análisis del poema de Sor Juana Inés de la Cruz “Sátira filosófica” puede, mediante un sistema de preguntas llegarse a conclusiones acerca de la discriminación sexual que ha sido –y aún es– la mujer, incluso en las relaciones amorosas, al extremo a veces de llegar a ser víctima de los caprichos del hombre. Debe resaltarse la posición “machista” que sustenta la idea de que la mujer es la culpable de las desgracias de los hombres; el poema ofrece óptimas posibilidades en este sentido,

Es conveniente dejar claro que en nuestra sociedad, a pesar de lo que se ha avanzado, algunas mujeres son todavía objeto de vejaciones por parte del hombre. También se debe propiciar una posición crítica en este sentido.

Unidad 9. El Romanticismo. Selección de obras y autores representativos.

El profesor puede realizar el análisis del poema de uno de los autores representativos de este movimiento: Alexander S. Pushkin, fundamentalmente el poema “Lentamente se arrastran mis días”. A partir de un sistema de preguntas heurísticas el profesor puede conducir al estudiante a la importancia de este sentimiento. Cómo el autor a través de lo expresado en el texto poético ha sido capaz de transmitir sus emociones. Destacar que los poetas románticos concedieron una gran importancia al amor entre la pareja humana. Claro que no se cantaba al amor por primera vez, pero los románticos resaltaron, más que lo vital y placentero de ese sentimiento, la angustia y el dolor que a veces lo acompaña.

## **11<sup>no.</sup> grado**

Unidad 1. Consolidación de contenidos de grados anteriores. Se pueden seleccionar textos que aborden temas relacionados con la sexualidad para la comprensión de textos de diferentes tipos, práctica de reconocimiento, clasificación y empleo de las partes de la oración.

### Unidad 3. El drama de la mujer en el teatro realista. *Casa de muñecas*.

El estudio de la obra *Casa de muñecas* hace evidente la falsedad sobre la cual se sustenta la familia burguesa, al negarle a la mujer el principal papel que dentro de esta le corresponde. Es importante resaltar la toma de conciencia de Nora, la protagonista, que le permite percatarse del egoísmo del esposo y de sus derechos como mujer. Mediante técnicas participativas u otros métodos puede utilizarse la actitud asumida por Nora al abandonar la casa y la familia para encontrarse a sí misma.

### Unidad 4. José Martí, escritor revolucionario.

Posibilita el análisis en esta unidad del poema "Rosilla nueva", perteneciente a Ismaelillo una vía idónea para promover el análisis en torno a la paternidad responsable y contribuir al desarrollo de ese sentimiento en los jóvenes y las jóvenes. Resulta conveniente destacar los términos que emplea Martí para referirse a su hijo, fundamentalmente en su carga semántica y en la ternura que reflejan. Debe fomentarse en los estudiantes que la ternura no está reñida con la masculinidad y menos con la paternidad.

### Unidad 6. El teatro de Federico García Lorca. *La casa de Bernarda Alba*.

El profesor puede debatir a partir de las situaciones que se presentan en la obra en torno a diferentes posiciones relacionadas con la concepción del amor fuera del matrimonio. El oscurantismo y la falsa moral, basada en la virginidad de la mujer, dominan toda la pieza, por lo que constituye una oportunidad decisiva para el debate en clases en torno a la frustración individual de la mujer, a las negativas concepciones que pueden provocarla y a la forma efectiva de enfrentar esas concepciones. Este debate debe complementarse con un análisis de la importancia de la sinceridad, el respeto, la fidelidad y el conocimiento mutuo en las relaciones de pareja.

### Unidad 7. *La lírica hispanoamericana contemporánea*. César Vallejo, Pablo Neruda, Nicolás Guillén y Dulce María Loynaz. Selección de poemas.

El profesor puede a partir de la lectura y el análisis de la selección de poemas pertenecientes a la colección *Los heraldos negros*, de César Vallejo, ofrece oportunidades inmejorables para afianzar en los estudiantes –mediante el intercambio de ideas bien dirigido– el sentimiento de amor hacia la familia y en especial hacia los padres y las madres.

El estudio del poema "Masa" posibilita el trabajo en torno al sentido del amor al hombre y a la mujer como ser humano, labor que debe favorecer la adecuada relación entre todos, de uno y otro sexo. Debe resaltarse la idea de que el hombre y la mujer no solo existen en su individualidad.

## 12<sup>mo.</sup> grado

Unidad 2. (Primera parte). *La lírica latinoamericana y caribeña actual.*

El profesor podrá seleccionar en la poesía cantada, la canción “Yolanda” de Pablo Milanés. A partir del análisis y debate de este texto se puede percibir la bella declaración de amor que hace su autor. Las ideas esenciales que se extraigan de este texto deben conducir a que los estudiantes comprendan la importancia de este sentimiento. Se sugiere que se profundice qué significa “Yolanda” para el autor, qué sentimientos prevalecen hacia ella. Además, se podrá interrogar si alguno se ha sentido alguna vez como el autor.

En la segunda parte se puede trabajar en la unidad 1, *El periodismo en nuestra América*. La prosa periodística con textos de esta tipología que aborden la temática. Además, se recomienda la selección de artículos para la comprensión, análisis y construcción de textos relacionados con la sexualidad, pues sin lugar a dudas, en la época contemporánea, frente a los impactos de las transformaciones que se despliegan en los escenarios globales, regionales y locales, se redimensiona como nunca antes la función social de la educación.

### **Asignatura: Matemática**

Las diferentes formas de organización de las actividades de la asignatura, también pueden ser utilizadas para propiciar el establecimiento de adecuadas relaciones entre los jóvenes y las jóvenes, y potenciar el respeto y la colaboración entre ellos, así como para demostrar la igualdad de posibilidades de ambos sexos en el aprendizaje y desarrollo profesional en esta área del conocimiento.

La aplicación práctica de la asignatura constituye una importante vía para ello. Mediante la solución de problemas, el procesamiento estadístico y otros procedimientos matemáticos, pueden transmitirse informaciones y datos cuantitativos relacionados con la incorporación social de la mujer, la tasa de natalidad, el número de matrimonios y embarazos en los jóvenes, entre otros, los que pueden ser objeto de profundos análisis y valoraciones colectivas.

## 10<sup>mo.</sup> grado

Unidad 3. Estadística.

Esta unidad brinda la posibilidad de utilizar datos vinculados al tema para interpretar tablas, gráficos y comportamiento de variables, evaluando las consecuencias para la salud. Elaboración de problemas y ejercicios a partir de datos relacionados con el tema.

Trabajo con variables.

## 11<sup>no.</sup> grado

Trabajo con variables.

## 12<sup>mo.</sup> grado

Unidad 1. Combinatoria y probabilidades.

Esta unidad brinda la posibilidad de utilizar datos vinculados al tema de forma probabilística para evaluar las consecuencias para la salud (Salud sexual y reproductiva). Elaboración de problemas y ejercicios a partir de datos relacionados con el tema.

Trabajo con variables.

Elaboración de problemas y ejercicios a partir de datos relacionados con el tema (Salud sexual y reproductiva).

Ejemplo para utilizar en la unidad de Estadística. 10<sup>mo.</sup> grado.

El climaterio se considera una etapa fisiológica en la vida de las mujeres que, con mucha frecuencia, se acompaña con síntomas, que presenta diversos trastornos relacionados con la sexualidad, dificultades de índole laboral, así como factores relacionados con el estilo de vida y que influyen negativamente en la salud de la mujer.

a) Representa en un polígono de frecuencia, los siguientes datos tomados de un estudio realizados a mujeres que se encontraban en una edad promedio de 47,9 años, y que permite constatar lo acertado de la anterior información.

La no realización de ejercicios físicos	80%
El hábito de fumar	60%
La obesidad	48%
No tiene pareja estable	42,4%
No se realiza el autoexamen de mamas	44,5%
No tiene actualizada su citología	40,8%

**Asignatura: Biología**

## 10<sup>mo.</sup> grado

Unidad 2. Los Virus.

Se aportan elementos para que el estudiante forme una concepción de que los virus no tienen las características de la materia viva. Estos argumentos deben ser utilizados por los estudiantes y profesor para explicar las relaciones de los



virus con otros organismos y los efectos que pueden producir. Como tarea se sugiere orientar a los estudiantes indagar con el médico de la escuela o la comunidad, las infecciones virales que más afectan. Está previsto un seminario donde se profundice en el VIH, virus que produce el SIDA, cómo se adquiere y cómo evitar la infección.

Unidad 3. La célula como unidad básica de estructura y función de los seres vivos.

Relacionar las bacterias que ocasionan infecciones en el cuerpo humano a través de las mucosas por el contacto sexual con personas infectadas, ejemplos: gonorrea, sífilis y otras. Al analizar la célula eucariota pueden mencionarse a las trichomonas y la candida, pertenecientes a los reinos protistas y a los hongos, como agentes causales de infecciones de transmisión sexual. En todos los casos puede establecerse un debate en torno a las consecuencias de estas infecciones para la salud y analizar las conductas sexuales irresponsables. Con vistas a este debate pueden orientarse tareas investigativas relacionadas con el comportamiento de estas infecciones en la población de la localidad en que está enclavada la escuela.

### **11<sup>no.</sup> grado**

Unidad. 3. Reproducción y herencia

Al estudiar las características de la reproducción y la sexualidad humana, se debe insistir en que por ser el hombre y la mujer seres biopsicosociales, en sus relaciones no prevalece el instinto sexual propio de los animales, sino el amor y la atracción, así como la posibilidad de desear y planificar conscientemente su descendencia.

Al explicar la producción de semen y la regulación de la formación de espermatozoides, se debe centrar la atención en las hormonas que regulan este segundo proceso, destacando la función de cada órgano o estructura.

En el estudio del ciclo sexual femenino se debe insistir en que este incluye el menstrual, el uterino, el de las mamas y el de la vagina; particularizando el estudio del ciclo menstrual y centrando la atención en las hormonas que lo regulan y la función de cada una.

En esta unidad deben quedar fortalecidos los conceptos relaciones de parejas, sexos, sexualidad, planificación familiar, métodos anticonceptivos, maternidad, paternidad, embarazo, aborto. Insistir en la importancia que tiene tomar decisiones reflexivas y responsables en cuanto a las relaciones de parejas, el embarazo, la constitución de la familia. Se propone abordar las temáticas empleando técnicas que propicien la participación de los estudiantes para conocer sus opiniones y criterios al respecto, facilitando así la labor preventiva al orientar las conductas responsables que deben asumir en sus modos de actuación.

Como parte del seminario correspondiente a la aplicación de los conocimientos genéticos, al estudiar la importancia de la prevención y el tratamiento de enfermedades hereditarias, puede analizarse que algunas malformaciones congénitas están asociadas a la maternidad temprana.

## 12<sup>mo.</sup> grado

### Unidad 3. Funcionamiento del organismo como un todo.

En el estudio relacionado con los microorganismos se debe hacer énfasis en la diversidad de organismos que se incluyen en esta categoría, como por ejemplo: bacterias, cianobacterias, protistas, hongos unicelulares y hongos filamentosos. En las características generales se debe trabajar el tipo de célula que presenta, lo que es común a todos y lo particular de los hongos filamentosos, distinguiendo el micelio y las hifas. En el seminario se debe debatir sobre la importancia de estos organismos en el medio ambiente, la agricultura, la industria y la salud humana; se puede insistir en la necesidad de mantener conductas responsables que aseguren su normal desarrollo, entre otros aspectos que el profesor considere necesario. Para orientar el estudio de estos contenidos se sugiere el trabajo con el software educativo, los tabloides de Universidad para todos y otros textos de la biblioteca escolar.

### Unidad 4. Herencia. Estabilidad y variación.

Como parte del seminario correspondiente a la aplicación de los conocimientos genéticos, al estudiar su importancia en la prevención y el tratamiento de enfermedades hereditarias, pueden analizarse algunas malformaciones congénitas y efectuar ejercicios.

Propuesta de ejercicios que pueden ser utilizados para profundizar en el tema:

1. Investiga, con ayuda de tu profesor o profesora, cómo se expresa la sexualidad humana en las dimensiones vitales, individuo, pareja, familia y sociedad.
2. Investiga acerca de las sociedades patriarcales y refiere cómo puedes contribuir a disminuir o eliminar la influencia de los patrones de estas sociedades que aún prevalecen.
3. Valora el planteamiento siguiente: las diferencias en las relaciones entre el hombre y la mujer están condicionadas por las relaciones socioeconómicas.
4. ¿Explica qué características deben tener las relaciones de la pareja en nuestra sociedad?
5. ¿Qué condiciones deben tenerse en cuenta por las parejas jóvenes para iniciar relaciones sexuales?
6. ¿Por qué el uso de los métodos anticonceptivos deben ser responsabilidad de ambos miembros de la pareja?

## 10<sup>mo</sup>. grado

### Asignatura: Historia Contemporánea

Unidad 1. El triunfo de la Gran Revolución Socialista de Octubre. La división del mundo en dos sistemas opuestos: Capitalismo y Socialismo (período 1917-39).

Unidad 2. La situación del mundo desde la Segunda Guerra Mundial hasta mediados de la década del cincuenta.

En diferentes momentos de la unidad puede analizarse la participación de los hombres y las mujeres en la Revolución de Octubre, la que dio al traste con el viejo aparato estatal burgués y estableció un nuevo sistema.

Al analizar la labor y el pensamiento de Lenin puede iniciarse un debate que permita revelar rasgos de su personalidad como hombre de gran sensibilidad humana, amante de los niños y las niñas, luchador por los derechos de la mujer, y esposo ejemplar.

En el análisis de la ocupación fascista de los pueblos europeos puede orientarse un estudio independiente que sirva de base para debatir los efectos del fascismo contra el bienestar humano: destrucción de la familia, enfermedades, violación de mujeres, disminución significativa de la población, etcétera. Este análisis puede orientarse hacia el desarrollo de sentimientos de rechazo ante toda manifestación que atente contra el bien de la humanidad, y a fomentar adecuadas relaciones interpersonales.

En la temática correspondiente a la lucha antifascista de los pueblos ocupados puede analizarse la amplia participación no solo del hombre, sino también de la mujer y la juventud, en estas luchas, y compararla con otros momentos de la Historia Universal.

Unidad 3. La situación del mundo desde mediados de la década del cincuenta hasta la década del ochenta.

Al analizar el avance de la Sociedad Soviética en las diferentes esferas puede propiciarse un debate acerca de los logros de la sociedad y la activa participación de la mujer después de la Segunda Guerra Mundial, y cómo esta situación se resquebraja con la desintegración de la URSS. En este análisis puede utilizarse alguna técnica participativa que permita contraponerlos con la situación que presentaron los países capitalistas después de la Segunda Guerra Mundial: aumento del desempleo, inestabilidad individual y familiar, marginación racial y sexual, incremento de la prostitución, drogadicción, etcétera.

Las temáticas correspondientes a la victoria de Viet-Nam, la gesta internacionalista del Che en Bolivia y las dictaduras fascistas en América Latina, ofrecen

magníficas oportunidades para destacar la igualdad de la mujer, su participación directa, junto al hombre, en las luchas por la independencia.

Al estudiar la primera de estas temáticas puede orientarse que investiguen acerca de la aplicación de métodos genocidas por los agresores yanquis, y sus efectos sobre la familia y la población vietnamita, entre otras consecuencias.

Al analizar la carrera armamentista desarrollada y mantenida por el imperialismo puede orientarse la recopilación de datos que demuestren cómo el imperialismo disminuye el presupuesto de las esferas sociales en detrimento del individuo, la familia y la sociedad, mientras aumentan los fondos para la guerra en un mundo unipolar.

### **Asignatura: Cultura política**

Unidad 1. Somos martianos y marxistas-leninistas.

Unidad 4. La juventud cubana en el centro de la lucha ideológica en la actualidad.

En correspondencia con lo expresado en el programa y las orientaciones metodológicas de la asignatura, puede propiciarse un análisis que permita evidenciar la igualdad de derechos y oportunidades entre las personas de ambos sexos y realizarse una mesa redonda acerca del contenido del artículo 9, capítulos I y VI de la Constitución de la República. También puede orientarse que se investigue sobre los hombres y las mujeres que tienen o han tenido una participación destacada en la defensa de nuestra ideología.

En el análisis de las tareas y responsabilidades principales que cumplen los jóvenes y las jóvenes en nuestro país, puede realizarse un debate que permita evidenciar la importancia del respeto, la fidelidad, la comunicación, la cooperación y la responsabilidad en las relaciones interpersonales entre los jóvenes de ambos sexos y entre estos y los adultos en la vida familiar y social.

De igual forma puede debatirse acerca de cómo deben manifestarse las relaciones de pareja basadas en el amor, la lealtad, el respeto y la plena responsabilidad.

La unidad también ofrece condiciones para analizar la participación concreta de los muchachos y las muchachas en el trabajo de las organizaciones de la escuela y otras instancias y así propiciar un mayor protagonismo equitativo de ambos sexos en la vida estudiantil del centro.

## Educación Técnica y Profesional

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
BASE DE PRODUCCIÓN AGROPECUARIA	1er. año.	Unidad 5. Reproducción y herencia en plantas y animales.	<p>Seminario sobre las características de la reproducción humana como un proceso biopsicosocial y su significación en la ética y la moral comunista.</p> <p>Relaciones de pareja. El embarazo precoz. Infecciones de Transmisión Sexual. Profilaxis.</p>
MATEMÁTICA	1er. año.  2do. año.  3er. año.	<p>Unidad 2. Funciones lineales y cuadráticas.</p> <p>Sistema de ecuaciones.</p> <p>Unidad 5. Elementos de estadística, combinatoria y probabilidades.</p> <p>Unidad.4. Sistematización.</p>	<p>En esta Unidad a través de problemas que conducen a sistema de ecuaciones y funciones lineales (cuadráticas) existe la posibilidad de que los jóvenes aprendan a valorar su propia capacidad para resolver problemas y analizar situaciones, fortaleciendo su autoestima y confianza en sí mismos. Desarrollar la confianza en sus propios procedimientos y conclusiones. Igualmente se aspira a desarrollar la perseverancia en la búsqueda de caminos y soluciones, fortaleciendo así las capacidades de formular proyectos con una actitud de confianza en sus capacidades y autovalía.</p> <p>Favorece la autonomía del pensamiento y, desde ahí, la disposición a enfrentar desafíos y situaciones nuevas. Analizar las propias estrategias de reflexión, les permite valorar los distintos modos de pensar.</p> <p>Ejemplo: En un centro de estudio se realizó una investigación sobre el embarazo en la juventud. Se sabe que el 30% de las estudiantes han tenido embarazos y la matrícula del centro es de 238 estudiantes de sexo femenino. ¿Cuántas estudiantes respecto a la matrícula han pasado por este proceso? Reflexionar sobre el embarazo precoz y sus consecuencias negativas.</p> <p>En este ejercicio se puede llevar a debate este problema de carácter sexual, que hoy es una de las dificultades que más se confrontan en esta enseñanza y buscar vías para su solución.</p> <p>Desarrollar habilidades de investigación, que tienen relación con la capacidad de identificar, procesar y sintetizar información de una diversidad de fuentes; organizar información relevante acerca de un tópico o problema; revisar planteamientos a la luz de nuevas evidencias y perspectivas; suspender los juicios en ausencia de información suficiente; Analizar información cuantitativa presente en los medios de comunicación y establecer relaciones entre estadística y probabilidades desde el enfoque de género, desde la atención a la salud sexual y reproductiva, entre otros.</p> <p>Ejemplo: Elaborar un problema con los datos estadísticos de factores que afectan la salud sexual y reproductiva (ITS, embarazo precoz, la violencia sexual). Reflexionar</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
MATEMÁTICA			<p>acerca de la consecuencia personal, familiar y social en cada caso.</p> <p>El cálculo matemático forma parte del acervo cultural de nuestra sociedad; es una disciplina cuya construcción empírica e inductiva surge de la necesidad y el deseo de responder y resolver situaciones provenientes de los más variados ámbitos, tanto de la matemática misma como del mundo de las ciencias naturales, sociales, del arte y la tecnología; su construcción y desarrollo es una creación del ser humano, ligada a la historia y a la cultura.</p> <p>Su aprendizaje permite enriquecer la comprensión de la realidad, facilita la selección de estrategias para resolver problemas y contribuye al desarrollo del pensamiento crítico y autónomo. Más específicamente, aprender matemática proporciona herramientas conceptuales para analizar la información cuantitativa presente en las noticias, opiniones, publicidad, aportando al desarrollo de las capacidades de comunicación, razonamiento y abstracción e impulsando el desarrollo del pensamiento intuitivo y la reflexión lógica.</p>
ESPAÑOL LITERATURA	1er. año.	Unidad 7. El Renacimiento. William Shakespeare. <i>Romeo y Julieta</i> .	<p>Relación de pareja. Respeto, amor. Sentimiento fino, al decir de nuestro apóstol, José Martí. Debate y toma de posición al respecto.</p> <p>Reconocer la igualdad de género basada en el respeto y la plena participación en el mejoramiento de la calidad de vida.</p>
HISTORIA	2do. año. 3er. año.		<p>Al estudiar la etapa: República Neocolonial, desde su propio inicio (20 de mayo de 1902), se enseña que no era la soñada por el Apóstol, puesto que constituía su negación, no era por tanto la “República con todos y para el bien de todos”, que predicaba el precepto martiano.</p> <p>Se da a conocer cómo la atención médica era un privilegio solo para pocos, la desnutrición crecía por días, al igual que enfermedades como la poliomielitis, tuberculosis, sarampión y otras enfermedades desconocidas provocadas por vía de transmisión sexual causaban numerosas muertes en la población.</p> <p>Igualmente se retoma el referente de cómo aumentaban las manifestaciones de rebeldía, en su mayoría dirigidas por jóvenes personalidades, en contra del empeoramiento cada vez más, de la situación imperante y cómo esa lucha era dirigida a erradicar las condiciones endeudadas del pueblo y el agravamiento de los males sociales.</p> <p>Es en esta etapa en la que el gobierno revolucionario toma medidas y leyes a favor del pueblo para mejorar las difi-</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA			ciles condiciones de vida de la población; entre otras, se estableció la asistencia médica hospitalaria gratuita y se rebajó el precio de las medicinas para garantizar la salud del pueblo. Contenido en esta etapa que mucho propicia para que en cada una de las unidades de estudio se actualice la información relacionada con las transformaciones, avances que reporta el cuidado de la salud, en la que se incluye, igualmente, la formación de una correcta educación sexual.
FÍSICA	1er. año. 2do. año.		Los principales fenómenos, modelos, magnitudes físicas, leyes fundamentales, métodos y procedimientos de la enseñanza de la física, así como el desarrollo de los trabajos de laboratorios y otras actividades prácticas, la resolución de problemas y la utilización de la computadora como herramienta de trabajo incluyendo el uso de determinados productos informáticos, permiten que los estudiantes en su cotidianidad escolar y social fortalezcan su autoestima y confianza en sí mismos, el trabajo colectivo, el desarrollo del pensamiento crítico, autónomo, independiente e íntegro, el desarrollo de la actividad investigativa, científica y tecnológica, todo lo cual propicia una apropiada toma de decisiones y una actitud responsable ante la vida y la sociedad como ser sexuado.

## Educación de Adultos

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA CONTEMPORÁNEA	1er. Semestre	Unidad 1. Rasgos y tendencias del desenvolvimiento histórico afroasiático desde 1945 hasta la década del 90.	<p>Al abordar los problemas que afectan la región de Asia y África en lo económico, político y social. Realizar debate. Tener en cuenta la discriminación, la igualdad de oportunidades de hombres y mujeres.</p> <p>Reflexionar en torno a las condiciones socioeconómicas del período con énfasis en la condición de la mujer y el estado que ha alcanzado la epidemia con relación a la infección por VIH como resultado de la ausencia de políticas saludables de alcance a las poblaciones más desposeídas. Hacer explícita las diferencias básicas en cuanto a la igualdad de género, a partir de considerar las relaciones sociales en el contexto de la sociedad patriarcal y los contextos sociales.</p> <p>Debatir sobre la prostitución desde 1945 hasta 1990 y la discriminación y vulnerabilidad de la mujer.</p> <p>Analizar las condiciones sociales, económicas, analfabetismo y subescolarización que limitan el establecimiento</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA CONTEMPORÁNEA			<p>de políticas saludables y viables. Reflexión sobre los derechos sexuales, y la vulnerabilidad de los diferentes grupos sociales, en particular la mujer.</p> <p>Ideas básicas para la reflexión:</p> <p>¿Quién puede contraer el VIH?</p> <p>¿En qué líquidos corporales se encuentra el VIH?</p> <p>¿Cuáles son las vías de transmisión del VIH?</p> <p>¿Cómo no se contagia el VIH?</p> <p>¿Cuáles son las formas de protegerse?</p> <p>¿Piensas que teniendo información puedes evitar el SIDA? (Valores: Idea convertir este conocimiento en una convicción.)</p>
HISTORIA DE AMÉRICA	2do. Semestre	<p>Unidad 4.</p> <p>Valorar la necesidad de la unidad latino-americana y caribeña como única alternativa de nuestros pueblos para enfrentar y solucionar los problemas globales que azotan la región.</p>	<p>Debate de actualidad sobre los temas más candentes de la realidad latinoamericana en el Nuevo Milenio, indicando la consulta de la prensa, revistas especializadas, mesas redondas informativa sobre la situación de América Latina (inserción del programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación) .</p> <p>Debatir sobre lo que debe ser una conducta sexual responsable, tener en cuenta los derechos sexuales a partir del respeto.</p> <p>Analizar el contexto sociohistórico y la posición del Caribe como centro turístico y la sobredimensión erótica de la mujer como modelo de publicidad. Tratar la prostitución. Igualdad de género y discriminación.</p> <p>Qué hacer para evitar la violencia, los riesgos de contraer enfermedades y vulnerabilidades.</p> <p>Realizar trabajos prácticos y debates sobre la situación de la práctica abortiva, la salud sexual y reproductiva.</p> <p>Resaltar la visión de mujeres famosas, el papel de la misma en batallas libertarias, presidentas de Gobierno o con altas responsabilidades en el país, sus valores éticos y morales, la relación mujer-familia, con énfasis en la figura martiana y su obra a favor de la dignificación de la mujer para analizar la igualdad y oportunidades entre hombres y mujeres y la discriminación.</p> <p>Ideas básicas (VIH-SIDA)</p> <p>¿Quién puede contraer el VIH?</p> <p>¿En qué líquidos corporales se encuentra el VIH?</p> <p>¿Cuáles son las vías de transmisión de VIH?</p> <p>¿Cómo no se contagia con el VIH?</p> <p>¿Cuáles son las formas de protegerse?</p> <p>¿Piensas que teniendo información puedes evitar el SIDA?</p>



Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA DE CUBA	3er. Semestre	<p>Unidad 1. La lucha contra el dominio colonial español (1868-1898).</p>	<p>Revelar la sensibilidad de Carlos Manuel de Céspedes, Ignacio Agramonte y de otros patriotas en relación con la mujer y la familia, analizar cartas de estos próceres a sus esposas y así destacar el valor del amor de pareja basado en la fidelidad y el respeto.</p> <p>Al estudiar la guerra de los diez años es recomendable que los alumnos y las alumnas puedan demostrar mediante diferentes ejemplos, la actitud patriótica de la mujer cubana en estas luchas y actividades conspiratorias. Puede debatirse la actitud de Mariana Grajales con sus hijos y esposo, al estallar la guerra y hacerle jurar fidelidad a la patria.</p> <p>Reconocer el papel de la mujer en nuestro desarrollo histórico, debatiendo sobre el papel desempeñado por el ser humano y la responsabilidad dentro de la familia y como parte de ella, la importancia del rol femenino en el contexto social.</p> <p>Debatir acerca de la carga doméstica y cómo deben ser las relaciones familiares, la importancia de la ayuda mutua, la solidaridad y responsabilidad de cada uno en el seno familiar.</p> <p>El estudio de José Martí ofrece una magnífica oportunidad para investigar el pensamiento Martiano en relación con el amor de pareja, de la mujer y el amor de la familia, que se revelan en su obra poética, literaria, cartas, discursos, etcétera.</p>
		<p>Unidad 3. La lucha popular en las condiciones de la sociedad cubana (1932-1952). – La República neocolonial. La lucha popular en las condiciones de la sociedad cubana en el período de 1935 a 1952.</p>	<p>Puede orientarse el desarrollo de un estudio investigativo en relación con el papel de la mujer en el movimiento antifascista desarrollado en Cuba, así como en su enfrentamiento al golpe de Estado del 10 de marzo de 1952. Al analizar la constitución de 1940 debe destacarse que no obstante su carácter burgués, realizó aportes al conocimiento de la igualdad ciudadana destacando su condena a toda forma de discriminación por raza, orientación sexual o posición social y a la protección de la maternidad obrera y a la importancia de esta.</p> <p>Hacer comparación con la ley de maternidad actual y la anterior. Debatir y opinar sobre el derecho de los hombres a la licencia postnatal para analizar la igualdad de género y el tratamiento al machismo como un rezago de las sociedades androcéntricas.</p> <p>Analizar y debatir la proliferación de la prostitución como forma de vida para la sobrevivencia, producto del entre-guismo cubano a los EUA.</p>
		<p>Unidad 4. El inicio en 1953 de una nueva fase de las luchas de nuestro pueblo.</p>	<p>Al analizarse la acción del 26 de Julio de 1953, <i>La historia me absolverá</i> y el desarrollo de la guerra revolucionaria, se puede continuar profundizando en el estudio de la participación activa de hombres y mujeres en la creación de una vanguardia revolucionaria y en la lucha contra la tiranía</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
HISTORIA DE CUBA			<p>del Batista. En el caso de las mujeres puede realizarse un panel para debatir y demostrar la participación de la mujer en las luchas revolucionarias y ver la confianza que en estas tenían los principales dirigentes de la Revolución, en especial Fidel Castro Ruz, destacándose figuras como Melba Hernández, Haydee Santamaría, Celia Sánchez, Vilma Espín, Urselia Díaz Báez, las hermanas Giral, Lidia Doce, Clodomira Acosta, Doña Rosario García y el pelotón de las Marianas, así como las madres santiagueras en su enfrentamiento contra los esbirros, por los asesinatos de sus hijos e hijas, entre otras figuras importantes.</p> <p>Valorar la participación por igual de hombres y mujeres en las luchas y destacar su participación en la construcción de la sociedad cubana.</p>
CULTURA POLÍTICA	4to. y 5to. Semestres	<p>Unidad 1. El carácter participativo de la asignatura ofrece un adecuado marco para la reflexión y el debate para contribuir al logro de los objetivos.</p>	<p>Valorar el papel desempeñado por los hombres y las mujeres en defensa de la ideología de la Revolución cubana y su aporte productivo al desarrollo económico de nuestro país.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Reconocer la igualdad de género basada en el respeto y la plena participación en el mejoramiento de la calidad de vida.</li> <li>– Valorar la importancia de mantener relaciones interpersonales entre los jóvenes y las jóvenes basada en el respeto, la comunicación y la cortesía.</li> <li>– Desarrollar valores y sentimientos de unidad, respeto, amor, amistad, valoración y ayuda, entre los hombres y las mujeres de todo el mundo.</li> </ul>
		<p>Unidad 2. Somos Martianos y Marxistas- Leninistas.</p>	<p>Propiciar un análisis que permita evidenciar la igualdad de los derechos y oportunidades entre las personas de ambos sexos y realizar una mesa redonda acerca del contenido del artículo 9, capítulo I y II de la Constitución de la República, también puede orientarse la investigación sobre los hombres y las mujeres que se destacan en la defensa de nuestra ideología.</p>
		<p>Unidad 4. La juventud cubana en el centro de la lucha ideológica.</p>	<p>En el análisis de la tarea y responsabilidades principales que cumplen los jóvenes y las jóvenes en nuestro país puede realizarse un debate que permita evidenciar la importancia del respeto, fidelidad, comunicación, cooperación y responsabilidad en las relaciones interpersonales entre los jóvenes de ambos sexos y entre estos y los adultos en la vida familiar y social.</p> <p>De igual forma puede debatirse acerca de cómo deben manifestarse las relaciones de parejas basadas en el amor, la lealtad, el respeto y la plena responsabilidad. La unidad</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
CULTURA POLÍTICA			<p>también ofrece condiciones para analizar la participación concreta de los muchachos y las muchachas en el trabajo de las organizaciones de la escuela y otras instancias y así propiciar un mayor protagonismo equitativo de ambos sexos en la vida estudiantil del centro.</p> <p>En esta unidad también puede realizarse una mesa redonda o debate acerca del contenido del capítulo IV de la Constitución de la República. Con respecto al Código de Familia se potenciará la preparación con vistas a promover aspectos legales y civiles con relación a la constitución de la familia; además, de instruir en la paternidad y maternidad responsables. Destacar a la familia como célula básica de la sociedad</p>
		<p>Unidad 6. Cuba socialista y sus relaciones con el mundo.</p>	<p>Destacar la labor de los jóvenes y las jóvenes que en los diferentes frentes han dado y dan respuestas a las agresiones norteamericanas y demostrar la plena igualdad de géneros, así como las cualidades y valores que se manifiestan tanto en hombres como en mujeres.</p> <p>Debatir y analizar la apertura al capital extranjero y las consecuencias negativas y vicios que pueden estar asociados a estas realidades.</p> <p>Destacar el tratamiento especializado, actualizado y la gratuidad a los pacientes con VIH, así como la atención por la seguridad social a los casos que requieren atención especial. Comentar sobre la posición de la juventud cubana en el centro de la lucha ideológica y potenciar la conducta sexual responsable, las relaciones Interpersonales, de parejas, la prevención de infecciones de transmisión sexual, la igualdad de género y los derechos sexuales a partir del respeto.</p>
BIOLOGÍA	3er. Semestre	<p>Unidad 2. Niveles abióticos, atómicos y moleculares. Tema: los virus.</p>	<p>Relacionar las partículas y su importancia, con las diferentes etapas del desarrollo humano, niñez, adolescencia y adulto mayor, contribuyendo en el ámbito familiar a la salud.</p> <p>Analizar los virus y ejemplificar las relaciones de los virus con el hombre, destacando el VIH y complementar con los análisis de infecciones de transmisión sexual.</p> <p>Mediante una lluvia de ideas o un panel se pueden analizar las conductas de riesgos que posibilitan la acción de los virus como agentes casuales de infecciones de transmisión sexual, demostrando el efecto de riesgo que tienen la superficialidad, la promiscuidad y otras conductas irresponsables.</p> <p>Tratar las formas de higiene del cuerpo para evitar infecciones contagiosas y parasitarias, la importancia del aseo diario y la preservación de la salud y el chequeo periódico para prevenir posibles infecciones.</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
BIOLOGÍA	4to. Semestre	Unidad 4. Nivel biótico. Las células como unidad básica de estructura y función de los seres vivos.	<p>En el estudio de las células procariotas y eucariota se puede observar que existen bacterias que infectan el cuerpo humano a través de las mucosas en el contacto sexual con personas infectadas de ambos sexos que ocasionan infecciones como la gonorrea y la sífilis entre otras para analizar esto se puede establecer un debate en torno a las consecuencias de esta enfermedades para la salud y analizar las consecuencias de conductas sexuales irresponsables y formas de prevenir las mismas.</p> <p>Orientar tareas investigativas relacionadas con el comportamiento de estas infecciones en la población donde reside el estudiante o en la localidad en que está enclavada la escuela. Analizar tratamiento de género en los datos, cantidad de hombres y mujeres infectados y debatir sobre los derechos sexuales a partir del respeto, diversidad sexual, igualdades y oportunidades de ambos sexos.</p>
		Unidad 1. Fundamentos básicos del nivel de organismo.	<p>Teniendo en cuenta el estudio de las funciones características de los organismos y en particular el concepto de reproducción, se pueden introducir algunos aspectos de reproducción humana, para propiciar la participación de los alumnos y alumnas en el análisis de sus diferencias respecto a la sexualidad animal y reproducción vegetal y llegar a conclusiones acerca de sus características; sobre esta base se debe analizar el contenido relativo a la regulación del ciclo sexual femenino y de la formación de espermatozoides. Tratar además, sobre el respeto y la aceptación de la diversidad humana y sexual como fundamento de las relaciones de igualdad, solidaridad y cooperación entre personas y grupos humanos diferentes.</p> <p>Pueden orientarse tareas investigativas y talleres sobre la igualdad de género, derechos sexuales y diversidad sexual.</p>
		Unidad 5. Reproducción.	<p>Propiciar en los estudiantes a través de un debate las características de las relaciones sexuales que establecen la especie humana comparándolos con las del resto de los animales.</p> <p>Hacer énfasis en los cambios biológicos y psicológicos en esta etapa para consolidar la orientación sexual de los jóvenes y adultos. Para ello es necesario utilizar técnicas participativas donde todos tengan la posibilidad de expresarse y debatir acerca de cómo debe ser la relación de pareja basada en el respeto mutuo y equidad, la planificación familiar, el uso de los métodos anticonceptivos, el embarazo y el aborto.</p> <p>Realizar talleres donde puedan expresar sus ideas en relación con la familia y la sexualidad, e insistir en la impor-</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
BIOLOGÍA			tancia de tomar decisiones reflexivas y responsables en cuanto a las relaciones de pareja, el embarazo, la igualdad de oportunidades, la no violencia y discriminación. Hablar sobre vivencias que hayan tenido.
		Unidad 6. Herencia y variación.	<p>Teniendo en cuenta la aplicación de los conocimientos genéticos y al estudiar su importancia en la prevención y el tratamiento de enfermedades hereditarias, puede analizarse que hay malformaciones congénitas asociadas a la maternidad temprana.</p> <p>Se debatirá sobre las consecuencias de esto para llegar a conclusiones acerca de la necesidad de mantener conductas sexuales responsables que aseguren un desarrollo sexual y social sin afectar el de otras. Se puede ejemplificar con el Síndrome de Down y relacionarlo con la cooperación y ayuda que madre y padre deben brindarles a sus hijos e hijas para contribuir a su educación.</p> <p>Se puede tratar la necesidad de una adecuada planificación familiar, y el uso correcto de los métodos anticonceptivos y la responsabilidad de la familia.</p> <p>Seminario sobre las enfermedades más frecuentes en nuestro país y los diferentes métodos anticonceptivos que se usan para evitar embarazos y prevenir las infecciones de transmisión sexual y la infección por VIH/SIDA.</p> <p>Al estudiar su importancia en la prevención y el tratamiento de enfermedades hereditarias, puede analizarse que algunas malformaciones congénitas están asociadas a la maternidad temprana. Analizar sus consecuencias.</p>
	5to. Semestre	Unidad 1. Población. Características fundamentales.	<p>Al estudiar las características de natalidad se puede relacionar con los índices actuales en Cuba y en el mundo y debatir las causas que inciden en la disminución del número de hijos y la relación que tienen con el gran número de tareas que aún recaen sobre la mujer.</p> <p>Permite el estudio de enfermedades transmitidas por los cromosomas sexuales, por ejemplo: la hemofilia; estos conocimientos deben propiciar la adopción de conductas responsables ante los riesgos y poder evitarlos.</p> <p>Investigar acerca de la composición y la distribución de las razas en nuestro país y en la comunidad de la escuela.</p> <p>Debatir sobre la superioridad de la raza blanca destacando la igualdad de posibilidades de todas las razas, tratar el tema de la discriminación y la violencia, la necesidad de igualdad y oportunidades de hombres y mujeres potenciando la igualdad de género.</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
BIOLOGÍA		Unidad 2. La población como unidad evolutiva. Tema: Fuerzas evolutivas.	Enfatizar que en las poblaciones de microorganismos se producen mutaciones que determinan su existencia ante la acción de los antibióticos, ejemplo: el agente causal de la sífilis que muestra una marcada resistencia a los antibióticos.  A partir de este ejemplo se debe analizar la importancia que tiene el asumir actitudes responsables en cuanto a las relaciones sexuales íntimas, a fin de evitar esta u otras infecciones de transmisión sexual, así como las diferentes formas de protección necesarias.
ESPAÑOL	1er., 2do., 4to. y 5to. Semestres	En las lecturas intencionar el tema de la sexualidad.	Valorar y hablar sobre el amor como base de las relaciones, la estabilidad de la familia y la sexualidad como parte de la personalidad. Formación de valores.  Valorar y analizar temas sobre la discriminación, el machismo y la violencia.
QUÍMICA	1er. Semestre	Unidad 1. Compuestos oxigenados de los hidrocarburos (alcoholes).	En el desarrollo del estudio de las aplicaciones de los alcoholes monohidroxilados y en especial al analizar el etanol, pueden desarrollarse diversas actividades que permitan evidenciar su acción nociva sobre la salud humana y cómo afectan las relaciones interpersonales y la dinámica familiar. En este aspecto debe significarse que la ingestión reiterada de bebidas alcohólicas afecta la respuesta sexual humana, sobre todo al coincidir con los efectos nocivos del tabaco.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- La velocidad de las reacciones.</li> <li>- La catálisis.</li> </ul>	<p>Al analizar la catálisis y, en particular, al estudiar la acción de los antibióticos puede destacarse su papel en el tratamiento de infecciones de transmisión sexual como la gonorrea y la sífilis.</p> <p>Tratar las medidas de prevención. Insistir en la importancia del uso del condón y debatir sobre los prejuicios que aún mantienen algunas personas adultas.</p> <p>Comentar sobre las prácticas sexuales de riesgo, tales como: cambio frecuente de pareja, el embarazo no planificado, la paternidad y maternidad precoces, la realización del sexo no protegido, las relaciones sexuales con personas de conductas de riesgo, las prácticas sexuales por interés material, las relaciones de supremacía del hombre y subordinación de la mujer, entre otras.</p> <p>En este aspecto, es importante aprovechar la temática para influir, educativamente, en los efectos perjudiciales de estas infecciones y la conveniencia de evitarlas a partir de una conducta sexual responsable en las relaciones coitales.</p>

Asignatura	Grado	Unidad	Orientaciones metodológicas
QUÍMICA	3er. Semestre	Unidad 3. Equilibrio iónico (el pH).	En el estudio de esta temática (el pH) y las disoluciones reguladoras es factible destacar su importancia biológica. En este sentido puede orientarse un trabajo investigativo sobre la influencia del pH en el organismo humano y su relación con la flora vaginal y las infecciones de transmisión sexual.  Debatir acerca de la importancia de la higiene personal como medida preventiva y la protección durante la relación sexual, entre otras.
	4to. Semestre	Unidad 2. Los metales. Importancia de los metales.	Aprovechando el estudio de esta temática, destacar la fabricación y su uso de anticonceptivos intrauterinos para evitar el embarazo precoz.  El trabajo siempre debe estar dirigido a la parte educativa del joven estudiante.
INGLÉS	1er. Semestre	Unidad 5. Preguntar y responder sobre experiencias pasadas.	Comentar sobre experiencias pasadas de algún caso conocido de infección de transmisión sexual que propicie el debate y la reflexión, hablar de la sexualidad, la familia y la prevención de las ITS y el VIH.
	2do. Semestres	Unidad 2. Hablar de problemas de salud sexual y reproductiva.	Comentar textos sobre la transmisión del VIH, sus consecuencias, la familia, embarazos, sexo, protección. Debatir acerca de las diferentes formas de prevenir las ITS. Cómo cuidar a la familia y mantener la igualdad de derechos entre todos.  Comentar sobre la necesidad de evitar las relaciones promiscuas, así como analizar los efectos del VIH en la salud humana y las actitudes que propician su transmisión.  Realizar paneles para analizar y debatir acerca de las relaciones de pareja y resaltar el valor del amor, la importancia de la comunicación, el respeto y la colaboración que deben existir en la pareja y la familia.
	4to. y 5to. Semestres	Unidad 1. Experiencias personales.	Debatir, valorar sobre experiencias personales buenas y malas para llegar a la reflexión sobre cómo prevenir las infecciones de transmisión sexual.  Analizar la importancia del uso de diferentes métodos anticonceptivos y realizar un debate que propicie la reflexión acerca de las ventajas y desventajas de unos y otros métodos, así como su importancia en la planificación familiar, la igualdad de género y la no discriminación.

**Actividades complementarias para la Educación de Adultos que se pueden realizar en las clases dándole salida a través del currículo.**

*Actividad No. 1*

*Título: Comunicación afectiva con mi pareja*

*Objetivos*

- Identificar recursos necesarios para desarrollar una comunicación afectiva.
- Identificar situaciones de conflictos.
- Promover el desarrollo de las capacidades comunicativas.

*Procedimiento*

Introducción: Se realiza una ronda de comentarios sobre la actividad anterior.

*Técnica.* Hablar con números. Consiste en que un miembro del grupo sale del salón, y allí el coordinador le hace una breve historia que luego tiene que tratar de contar al grupo, utilizando solo los números como lenguaje hablado y el grupo tiene que intentar identificar en qué consiste la historia.

La historia es sobre un muchacho y una muchacha que se conocen, él invita a pasear a la muchacha al Malecón y luego se hacen novios.

- Se orienta comentar lo ocurrido develando aspectos de la comunicación.
- Orientamos la siguiente lluvia de ideas:

Para una buena comunicación es necesario abrirse al otro.

Identificar situaciones conflictivas en sus vidas de pareja y decir una solución.

*Conclusión o cierre.* Valoración a través de una frase de lo que se llevan hoy para su vida personal.

*Valoración general de la actividad. Comentario sobre lo ocurrido*

Sentados en un círculo, se les propone a todos los participantes hacer una ronda de comentarios.

1er. comentario: ¡Ay!, me gustó la manera en que se dirigió la actividad, me hizo reflexionar mucho, creo que ahora estoy en mejor disposición de comprender las cosas que me pasan.

2do. comentario: Hubo momentos en que me puse tensa/so, me costó abrirme, pero me gustó, fue muy buena la experiencia para aprender.

3er. comentario: Yo ya no soy tan joven, pero me quedé pensando mucho en todo lo que hablamos y reflexioné de cómo yo me proyecto en mis relaciones de pareja, mi posición, siempre doy sin recibir.



## *Actividad No. 2 La pareja y su protección*

### *Título: Los jueces en la pareja*

*Objetivos.* Ayudar a las parejas del centro a practicar las diferentes formas de decir NO a las presiones para tener relaciones sexuales sin protección y evitar las ITS y el VIH/SIDA.

*Materiales.* Pizarra, tiza (10 parejas seleccionadas).

*Procedimiento.* Metodología de trabajo.

1. Seleccione dos voluntarios que harán de jueces en el juego, los cuales serán los responsables de elegir la mejor respuesta.
2. Divida al resto de los alumnos en dos grupos que incluya a ambos géneros en A y B.
3. Explíqueles que este es un concurso, el cual determinará qué equipo ofrece las mejores respuestas a las frases, que se pueden decir, para presionar a sus compañeros a tener relaciones sin protección, muy frecuente en las parejas actuales.
4. El equipo A y el equipo B estarán a cada lado del salón.
5. El facilitador leerá cada frase en voz alta, luego los equipos se reunirán y formularán una respuesta. El primer grupo que tenga la respuesta levantará la mano.
6. El equipo repetirá la respuesta en voz alta y los jueces juzgarán si es correcta o no. El equipo obtendrá un punto, si los jueces determinaran que es correcta, se anotará la puntuación en el pizarrón. El equipo que obtenga mejor puntuación será el ganador.

### *Material de apoyo para el facilitador*

Frases:

- "Los dos estamos limpios, podemos tener relaciones sexuales sin condón".
- "Con condón, no se siente igual, por esta razón nada va a pasar".
- "Estoy sano, no necesitamos usar condones si nosotros somos pareja".
- "Quienes usan condones son promiscuos".
- Si usamos condón se pierde la emoción del momento, lo romántico, se arruina la excitación".
- "Crees que soy jinetera, por eso me pides usar condones".
- "La mayoría de los jóvenes lo hacen sin condón, nosotros no tenemos nada que temer".
- "Olvidé el condón, hagámoslo sin él, solo por esta vez".
- "Me daría vergüenza usar condón, ya estamos mayores, no somos jóvenes".
- "Con condón no quiero tener relaciones, llevamos mucho tiempo casados".

### *Valoración general. Conclusión*

Esta actividad tiene como objetivo principal que el propio estudiante se sensibilice con los problemas relacionados con las ITS/VIH/SIDA y sus formas de prevención, eliminar tabúes sobre el uso del condón, que es imprescindible como barrera de protección al embarazo, a las ITS y al VIH/SIDA.

Para realizar la evaluación. Se anotarán en un papelógrafo las siguientes razones:

¿Por qué no usar el condón?

¿Por qué sí usar el condón?

Relacionarlo con el aborto y sus consecuencias.

### *Actividad No. 3*

*Título: "Fortalezas y debilidades en mi pareja"*

Complete las siguientes frases con la primera idea que te sugiere su lectura.

- El amor \_\_\_\_\_
- Comunicarse adecuadamente es \_\_\_\_\_
- La pareja es \_\_\_\_\_
- Para que alguien sea mi pareja debe ser \_\_\_\_\_
- Las relaciones sexuales durante el embarazo \_\_\_\_\_
- El embarazo en la pareja \_\_\_\_\_
- Los problemas de la pareja \_\_\_\_\_
- Me gusta \_\_\_\_\_
- Yo soy \_\_\_\_\_
- Un hombre dominante es \_\_\_\_\_
- Me disgusta si \_\_\_\_\_
- La infidelidad la considero \_\_\_\_\_
- Los hijos \_\_\_\_\_
- Los celos \_\_\_\_\_
- La familia \_\_\_\_\_

Enumera todos los elementos que conozcas en los siguientes temas:

La comunicación dialógica se favorece cuando:

- Los conflictos de pareja se producen por \_\_\_\_\_
- El matrimonio es importante en una pareja por \_\_\_\_\_

### *Conclusiones*

1. Se debaten las respuestas y se llegan a conclusiones generales, evaluándose finalmente la actividad.

Lo que resulta fortaleza para uno, puede ser debilidad para otro y viceversa.

## Anexos

### Anexo 1. Educar con enfoque de género: cambiar cambiando

Dra.C. Mayda Álvarez Suárez

La escuela es uno de los más significativos espacios de socialización y como tal es una importante transmisora de modelos de ser mujer y hombre. Educar desde una perspectiva de género significa ir más allá de establecer la igualdad de derechos y oportunidades en cuanto al acceso a la educación y al conocimiento y brindar igual trato para mujeres y hombres. Se trata de promover un profundo cambio cultural que contribuya a borrar prejuicios, estereotipos, desigualdades y a formar nuevas identidades.

¿A qué llamamos género? ¿Cuál es la diferencia entre sexo y género? ¿Qué es la perspectiva o enfoque de género?

Es en los años setenta que la categoría género comienza a circular en las Ciencias Sociales con un significado propio y una acepción específica. La misma nos permite interpretar un tipo de relaciones sociales, las relaciones entre hombres y mujeres, las cuales tienen lugar en todos los contextos –familia, escuela, iglesias, partidos políticos, medios de comunicación, instituciones– y no son neutras, al contrario, son jerarquizadas y contradictorias y se estructuran alrededor de dinámicas de poder/subordinación. Otras relaciones sociales se han interpretado mediante categorías como clase, raza, etnia y otras.

Como categoría analítica y transdisciplinaria fundamenta que lo femenino y lo masculino se conforman a partir de una relación mutua, cultural e histórica, logrando romper con la idea del carácter natural, biológico de las relaciones entre mujeres y hombres.

Género es entonces una construcción social-cultural, relacional e histórica que a partir del sexo de los individuos va a conformar las formas de ser y de hacer de hombres y mujeres. Se entiende como una red de símbolos culturales, normas, patrones institucionales y elementos de identidad subjetiva que, a través de un proceso de construcción social, diferencia a los sexos y al mismo tiempo los articula dentro de relaciones de poder (Scott, 1990).

Mientras que el sexo es un hecho biológico, se refiere a la diferenciación sexual de la especie humana e implica un proceso complejo de distintos niveles (sexo cromosomático, gonadal, hormonal, anatómico y fisiológico), el género está determinado por las atribuciones que la sociedad establece para cada uno de los sexos. Si bien el género se basa en la diferencia sexual (no solo la anatómica), a partir de dicha diferencia se construyen los papeles, las prescripciones sociales y el imaginario de lo que es ser hombre o ser mujer.

A fines de los años ochenta y principios de los noventa se profundiza y se instala en la Academia y las políticas públicas la denominada “perspectiva de género”. Mirar la realidad con una perspectiva o enfoque de género implica (Gamba, 2008):

- Reconocer las relaciones de poder que se dan entre los géneros, históricamente favorables a los varones como grupo social que ostenta el poder y discriminatorias sobre todo para las mujeres.
- Que dichas relaciones han sido constituidas social e históricamente y son constitutivas de las personas.
- Que las mismas atraviesan todo el entramado social y se articulan con otras relaciones sociales como las de clase, etnia, raza, edad, preferencia sexual y religión.

Las relaciones de desigualdad entre los géneros tienen sus efectos de producción y reproducción en la discriminación. Ellas adquieren expresiones concretas en todos los ámbitos de la cultura: trabajo, familia, política, arte, educación, salud, ciencias, religión, sexualidad, historia.

Mediante el proceso de socialización, entendido como un complejo y detallado proceso cultural de apropiación de formas de representarse, valorarse y actuar en el mundo, se trasmite y reproduce la herencia histórico-social relacionada con las construcciones culturales de lo femenino y lo masculino. Las personas interiorizan las formas de simbolizar las diferencias sexuales en diferentes contextos (formas de ser, pensar, sentir y actuar como mujeres u hombres). Importantes agentes socializadores de género son la familia, la escuela y los medios de comunicación, entre otros.

Los objetos y juguetes, las actividades que los niños y niñas realizan, los espacios en los cuales se desarrollan y la comunicación que se establece con ellos van contribuyendo a formar sus identidades, uno de cuyos componentes es la feminidad y la masculinidad.

En la socialización una serie de características aparecen como ventajosas para el varón dentro de las relaciones de poder, como por ejemplo, la independencia, la competencia, la valentía, la agresividad, la temeridad, la fortaleza. Para las mujeres son exigencias sociales ser dependientes, tiernas, sensibles, delicadas, fieles, organizadas, comprensivas, laboriosas, buenas esposas y madres, entre otras.

Los procesos de socialización de niños y niñas en las familias y otros espacios, están aún marcados por patrones y códigos culturales esencialmente diferentes. La intimidad sigue siendo el centro de la educación de las niñas como clave para establecer un mundo de vínculos interpersonales: apoyar a los otros, comprenderlos, ayudarlos, servirles, lograr consenso, protegerse contra los intentos de quedar fuera (Tannen, 1991), pero también es evidente que hoy se les educa mucho más que antes para la independencia. Ellas “deben valerse

por sí mismas”, “estudiar y trabajar para que no dependan de nadie”, “decidir su vida”, “que nadie venga a mandarlas” son expresiones de deseos de padres y madres para sus hijas.

La educación de los niños está centrada fundamentalmente en la independencia: el hombre debe saber qué hacer y decirle a los otros qué deben hacer, tiene que ser capaz de desenvolverse en el mundo del poder y del estatus y para tener éxito en él hacen falta justamente, además de la independencia, la decisión, la valentía, la agresividad, la fortaleza, la capacidad de correr riesgos, el control sobre sí mismos y no solo ser todo eso, sino demostrarlo constantemente.

En muchas familias entonces a los niños no se les asignan responsabilidades domésticas, son “de la calle” y asimismo se les dedica menos tiempo para conversar de temas íntimos y personales. Con relación a la sexualidad, para los hombres se considera instintiva e incontrolable y así se les justifica la infidelidad y la irresponsabilidad. La sexualidad femenina por el contrario se cree controlable, a la mujer “le toca” cuidarse, ser responsable en la regulación de la fecundidad y la reproducción y por extensión del cuidado y educación de los hijos.

Así, a partir del reconocimiento de avances en la conciencia social y personal, es posible identificar algunos elementos presentes en la subjetividad de las personas que constituyen obstáculos o frenos a un mayor adelanto en las relaciones de igualdad entre mujeres y hombres, ellos son:

- La biologización o naturalización de muchos de los roles de género.
- Los temores a inducir una orientación sexual no heterosexual cuando se rompen los estereotipos de género en la manera de educar, sobre todo a los varones.
- Las presiones sociales en algunos grupos y comunidades que obstaculizan o no reconocen los cambios.
- Las contradicciones en los procesos educativos entre la familia, la escuela, los medios de comunicación y otros espacios formativos.
- La sobrevaloración de los cambios ocurridos en la posición de la mujer, pensando que ya “todo se ha logrado”.
- La confusión de género con mujer lo que limita la participación de los hombres en el cambio y una adecuada transversalidad de esta categoría en las políticas.

Por lo tanto, cuando hablamos de transversalizar la educación con perspectiva de género no estamos hablando de un tema a agregar como si se tratara de un capítulo más en la historia de la cultura. Es una cuestión de formar una nueva concepción del mundo y de la vida.

¿Cuáles serían los criterios de transversalización del enfoque de género?

A manera de esquema, pudieran señalarse algunos criterios de la transversalización del enfoque de género en el currículo docente.

- Significado de los fines y objetivos generales del currículo en función de la política de igualdad de género manifiesta en el Plan de Acción Nacional de Seguimiento a Beijing.
- Correspondencia de la presencia del enfoque entre los objetivos generales, el perfil del/de la egresado/da y los objetivos específicos del Plan de Estudios de la carrera y por años.
- Correspondencia entre la presencia del enfoque de género en los objetivos generales, los específicos y los contenidos de las asignaturas.
- Integración lógica del enfoque de género en las diversas asignaturas: aumento progresivo de la complejidad de los valores y conocimientos sobre género en función de las asignaturas.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje pudieran constituir criterios importantes de la transversalización los siguientes:

- Realización de talleres o discusiones sobre el tema de género en relación con la asignatura.
- Integración del enfoque de género en los contenidos curriculares.
- Promoción de eventos científicos extracurriculares sobre el tema de género.
- Elaboración de textos y materiales docentes con enfoque de género.
- Evaluación formativa sistemática y final de acuerdo con los valores de igualdad de género.
- Responsabilidad que asumen profesore/as y estudiantes en el respeto y promoción de los valores de igualdad de género.

En la formación de los/las estudiantes los criterios que darían cuenta de la transversalización podrían ser:

- Utilización del enfoque de género en los análisis sociales, culturales y políticos.
- Utilización del enfoque de género en las investigaciones de la especialidad.
- Manifestaciones en la conducta y en las relaciones de los/las estudiantes de respeto, promoción y divulgación de los valores de igualdad de género.

La lucha por el logro de la igualdad no es únicamente un tema de defensa de los derechos legítimos de las mujeres y de todos los seres humanos sin distinciones por sexo, género, edad, origen cultural o de otra índole, sino que es una condición para el desarrollo con equidad y justicia social. En todos los escenarios hay que demostrar, convencer y hacer visibles los vínculos de paridad que favorecen la igualdad de género y el crecimiento económico, la productividad del trabajo, el desarrollo y su dirección, los valores y la igualdad social.

## Anexo 2. Algunas categorías vinculadas al proceso de educación de la sexualidad y el enfoque de género

Dra.C. Alicia González Hernández

*Análisis por género:* El análisis por género es una herramienta para diagnosticar las diferencias entre mujeres y hombres. Contempla sus actividades específicas, condiciones, necesidades, su acceso a los recursos y el control que tiene sobre ellos, así como su acceso a los beneficios del desarrollo y a los niveles de dirección. Estudia estos vínculos y otros factores en el medio y en el contexto más amplio social y económico. El análisis por género no se limita a identificar diferencias, sino que detecta la política de las relaciones de género y el ajuste que deben realizar las instituciones para alcanzar la igualdad entre los géneros (Naranjo Paz, 2002: 29).

*Brechas de género:* Son las disparidades que existen entre hombres, mujeres, niños, niñas para el acceso a los recursos. En dependencia de quién acceda, cómo lo hace y de quién lo controle, se produce una brecha a favor de unos y otras (Taborga, 2001).

*Coeducación:* Método de intervención educativo que va más allá de la educación mixta y cuyas bases se asientan en el reconocimiento de las potencialidades e individualidades de niños y niñas, independientemente de su sexo (Naranjo Paz, 2002).

*Componentes psicológicos:* La identidad de género, el rol de género y la orientación sexoerótica, procesos sobre los que se estructuran las funciones de la sexualidad: la erótico-afectiva, la reproductiva y la comunicativa (González y Castellano, 2003).

*Currículo explícito:* Es un sistema estructurado y organizado de contenidos y métodos, que sintetiza el vínculo con la sociedad y el interés de formar profesionales capaces de resolver con independencia y creatividad los problemas más generales y frecuentes de su profesión, al tiempo que sirve de guía para desarrollar el proceso docente educativo por su carácter dinámico, dialéctico y transformador, sin suplantar la iniciativa de los sujetos que intervienen en él (Fuentes y otros, 2000).

*Currículo:* "Es todo el sistema de influencias educativas que recibe el alumno durante el desarrollo del proceso educativo en las actividades escolares y extraescolares..." (Ruiz, 1997).

*El currículo oculto:* Se manifiesta mediante dobles mensajes que se expresan a través del comportamiento del profesorado, de las actividades y contenidos escolares y extraescolares que, por una parte, de forma explícita se sustentan en los principios de la coeducación y la equidad de género, y por otra de forma

implícita manifiestan los patrones y las formas de relación sexistas, de poder y discriminación entre el hombre y la mujer (González Hernández, 2004). “Conjunto interiorizado y no visible, oculto para el nivel consciente, de construcciones de pensamiento, valoraciones, significados y creencias que estructuran, construyen y determinan las relaciones y las prácticas sociales sexistas de y entre hombres y mujeres” (Lovering y Sierra, 2005).

*El estereotipo de género:* Es un componente cognitivo de una actitud prejuiciosa o negativa, fuertemente arraigada en la conciencia. Son las creencias generalizadas sobre las características de varones y mujeres. En ellas se fundamentan los modelos que dictan qué deben hacer unas y otros. A su vez adquieren su fuerza en los arquetipos femeninos y masculinos que todos y todas hemos interiorizado a través del inconsciente colectivo y de ahí la dificultad de cambiarlos (Guil, 1999: 95-100).

*El rol de género:* Se estructura a través de la forma particular de cada persona de interpretar, construir y expresar, en su conducta cotidiana, los modelos que sobre lo masculino y lo femenino establece la sociedad en que vive. (...) Es la expresión pública de la identidad de género, mediatizada por los modelos genéricos (González y Castellanos, 2003).

*El sexismo en el lenguaje:* Designa la tendencia, propia de las sociedades patriarcales, de designar, a través del lenguaje escrito y verbal, al sexo masculino y femenino utilizando sustantivos masculinos que le da un rol protagónico al hombre e invisibiliza y ubica en un segundo plano, inferior, a la mujer. Esta forma de expresión, presente en la mayoría de las lenguas, enmascara y a la vez promueve, de manera sutil, las relaciones de poder, supremacía del hombre sobre la mujer y la discriminación de esta. Por ejemplo: la utilización del sustantivo hombre para designar a los miembros del sexo masculino y femenino, cuando lo correcto es utilizar sustantivos no sexistas como persona o ser humano (Ibíd.).

*El sexismo en los libros de texto y en el lenguaje escrito:* Los libros son los que “legitiman –gracias al poder de la palabra escrita y de la imagen ante los ojos del que desea aprender– los modelos a seguir” (Brullet y Subirats, 1990). Los libros de texto que utilizan los niños y las niñas, la juventud y los hombres y las mujeres responden al principio de una educación no diferencial. El libro de texto es aún un recurso pedagógico en el que es preciso trabajar para evitar que se elabore el punto de vista del protagonismo y la experiencia masculina, sin hacer visible la historia de vida de las niñas, las jóvenes y mujeres. La mirada que se ha ofrecido del papel realizado por el hombre a lo largo de la historia ha dado lugar a la creación tradicional y universal de una cultura androcéntrica y segregada (Martín Romero, 2002).

*Empoderamiento:* La sexualidad como manifestación de la personalidad se forma y desarrolla en el marco de los procesos educativos y de socialización como resultado de la interacción entre los determinantes sistémicos internos y exter-



nos: biológicos, psicológicos y socioculturales (...) La personalidad y su esfera psicosexual se desarrollan y adquieren un carácter enriquecedor o perturbador, convirtiéndose en fuente de dicha, felicidad y enriquecimiento o de conflictos, problemas, trastornos e infelicidad, para el hombre y la mujer, como resultado de una determinada forma de educación (González Hernández, 2002a).

*La diversidad humana:* Se expresa a través de las particularidades intrínsecas, distintivas, derivadas de la identidad psicológica inherente a cada persona, hombre y mujer, a partir de su origen sociocultural, étnico, su credo, religión, sexo, raza, personalidad, u otra condición, que permite identificarlo y distinguirlo de otros individuos o grupos específicos. La diversidad humana conforma una de las mayores riquezas del género humano, que debe ser respetada, cultivada, preservada (Ibíd.).

La diversidad sexual designa la identidad derivada de la forma singular, personalizada de apropiación, construcción y expresión por cada individuo, hombre o mujer, de los patrones genéricos socioculturales de masculinidad y feminidad (...) La diversidad sexual implica el respeto y la plena aceptación de la manifestación peculiar, única e irrepetible de los procesos y funciones de la sexualidad en cada persona, siempre que los asuma de manera responsable (Ibíd.).

*La educación de la sexualidad:* Como parte del proceso de formación integral de la personalidad, representa el fenómeno psicosocial de aprender a ser hombre o mujer, a través del desarrollo de conceptos, actitudes, sentimientos, valores y comportamientos relativos a la masculinidad y feminidad sustentado en el amor, el respeto, la libertad y la responsabilidad ante la propia sexualidad y la ajena, a fin de fomentar estilos de vida equitativos y saludables (González Hernández, 2002b).

*La educación sexista:* Se sustenta y promueve los patrones de género de feminidad y masculinidad inherentes a las sociedades patriarcales, androcéntricas, que suscitan las relaciones asimétricas, de poder, supremacía y subordinación de un sexo sobre el otro, del hombre sobre la mujer, en todos sus contextos de actuación. Las influencias educativas sexistas se suelen conformar de manera estereotipada, rígida, esquemática, ignorando las particularidades psicológicas, distintivas, esenciales de la sexualidad de cada hombre o mujer, lo que afecta su calidad de vida y viola sus derechos humanos (González Hernández, 2002a). Las formas tradicionales, sexistas, de educación de la personalidad y su esfera psicosexual se caracterizan por su carácter: academicista, verticalista, externalista. Estereotipado, esquemático, despersonalizado. Sexista, asimétrico, inequitativo, polarizante. Reproductivo, pasivo, inmovilizador. Divorciado de la vida, de la praxis. Generador de conflictos, alienación, trastornos diversos (Ibíd.).

*La equidad social:* Tiene como fin ofrecer iguales condiciones, oportunidades y posibilidades de desarrollo y desempeño a cada persona con independencia de su sexo, raza, y de otra índole, en correspondencia con sus capacidades, potencialidades, aspiraciones, demandas y las de su contexto (Rodríguez, M.,

2006). “El ejercicio de la equidad de género entre hombres y mujeres implica ser respetado/a y no sufrir discriminación, estigma, coacción, abuso o violencia en razón del género, por la orientación sexual y otros factores relativos a la diversidad de la vida sexual y reproductiva.

*La identidad de género:* Es la autoconciencia y el sentimiento que deviene convicción, de ser hombre o mujer, masculino o femenino que se conforma desde las edades tempranas como parte del yo, de la identidad psicológica de la personalidad. Constituye el núcleo de la sexualidad en su relación sistémica con el rol y la orientación sexoerótica (González y Castellanos, 2003).

*La orientación sexoerótica:* Es la dirección que toma el impulso o deseo sexual y las vivencias erótico afectivas, amorosas, hacia una persona del otro sexo, el mismo o ambos que conforman la orientación heterosexual, homosexual y bisexual, respectivamente, cada una de las cuales tienen un carácter primariamente sano como variantes o expresiones diversas de la sexualidad, siempre que se asuman de forma responsable” (Ibíd.).

*La sexualidad:* Es una dimensión de la personalidad que se construye y expresa, desde el nacimiento y a lo largo de toda la vida, a través del conjunto de representaciones conceptos, pensamientos, emociones, necesidades, sentimientos, actitudes y comportamientos que conforman el hecho de ser psicológica y físicamente “sexuado”, masculino o femenino, lo que trasciende la relación de pareja para manifestarse en todo lo que la persona “es” y “hace” como hombre o mujer en su vida personal, familiar y social. La sexualidad es personalizada y la personalidad sexuada (Ibíd.).

*Pautas educativas sexistas en el contexto escolar:* Ubicación, tareas y responsabilidades diferenciadas para los varones y chicas, sobre la base de los patrones de género sexistas, asimétricos, al realizar las actividades docentes, extradocentes y extraescolares en: formación y filas. Aula, comedor, espacios de juego, receso y otras áreas. Actividades de estudio, trabajo, y otras a nivel grupal. Excursiones, recreación y otras actividades extraescolares. Distribución asimétrica de tareas y responsabilidades en la escuela y otros contextos. Dinámica escolar sexista, polarizante. Comunicación profesorado-alumnado diferenciada según el sexo. Afectividad y apoyo emocional distinto para chicas y chicos. Control diferenciado de estímulos y sanciones. Desarrollo de los intereses cognoscitivos, los afectos, la vocación y la futura profesión. Currículo escolar sexista: oculto o explícito. Libros de texto con contenidos e imágenes sexistas (Ibíd.).

*Sexismo o discriminación de género:* Toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo, que tenga por objeto menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por parte de la mujer o del hombre, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos y las libertades fundamentales en las esferas políticas, económica, social, cultural y civil, o en cualquier otro ámbito (Facio Montejo, 1992).

### Anexo 3. Declaración de los derechos sexuales

(Valencia, España, 29 de junio de 1997)

La sexualidad humana es dinámica y cambiante, está presente en todas las épocas de la vida, como fuerza integradora de la identidad y contribuye a fortalecer y/o producir vínculos interpersonales.

El placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es fuente de bienestar físico, psíquico, intelectual y espiritual. Es parte de una sexualidad libre de conflictos y angustia, promotora del desarrollo personal y social.

Por lo tanto proponemos, que la sociedad cree las condiciones dignas donde se puedan satisfacer, las necesidades para el desarrollo integral de la persona y el respeto a los siguientes DERECHOS SEXUALES inalienables, inviolables e insustituibles de nuestra condición humana:

- Derecho a la libertad que excluye todas las formas de coerción, explotación y abusos sexuales en cualquier momento de la vida y en toda condición. La lucha contra la violencia constituye una prioridad.
- Derecho a la autonomía, integridad y seguridad corporal. Este derecho abarca el control y disfrute del propio cuerpo libre de torturas, mutilaciones, y violencias de toda índole.
- Derecho a la igualdad sexual. Se refiere a estar libre de todas las formas de discriminación. Implica respeto a la multiplicidad y diversidad de las formas de expresión de la sexualidad humana, sea cual fuere el sexo, género, edad, etnia, clase social, religión y orientación sexual a la que se pertenece.
- Derecho a la salud sexual. Incluyendo la disponibilidad de recursos suficientes para el desarrollo de la investigación y conocimientos necesarios para su promoción. El SIDA y las ITS requieren de más recursos para su diagnóstico, investigación y tratamiento.
- Derecho a la información amplia, objetiva y verídica sobre la sexualidad humana que permita tomar decisiones respecto a la propia vida sexual.
- Derecho a una educación sexual integral desde el nacimiento y a lo largo de toda la vida. En este proceso deben intervenir todas las instituciones sociales.
- Derecho a la libre asociación. Significa la posibilidad de contraer o no matrimonio, de disolver dicha unión y de establecer otras formas de convivencia sexual.
- Derecho a la decisión reproductiva libre y responsable. Tener o no hijos, el espaciamiento de los nacimientos y el acceso a las formas de regular la fecundidad. El niño tiene derecho a ser deseado y querido.
- Derecho a la vida privada que implica la capacidad de tomar decisiones autónomas con respecto a la propia vida sexual dentro de un contexto de ética personal y social. El ejercicio consciente racional y satisfactorio de la sexualidad es inviolable e insustituible.

## **Anexo 4. Habilidades para la Vida (HpV). Alternativas para su desarrollo en los procesos de educación de la sexualidad**

Dr.C. Alcides Alejandro Roca Zayas

Dra.C. Alicia González Hernández

Es preciso tener presente que, en los foros internacionales más relevantes realizados en las dos últimas décadas y en los documentos de estos derivados, como la Carta de Ottawa (1986), el informe de la Cumbre de Población (1994), de la Cumbre del Milenio (2000) y otros; se aboga por la creación de espacios saludables para todos los seres humanos, hombres y mujeres de todas las edades y contextos sociales. En este sentido a nivel continental la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), mediante la creación del movimiento “Escuelas Promotoras de Salud” han potenciado y desarrollado un enfoque integral de la educación y promoción de salud que incluye la salud sexual y reproductiva, como parte de un estilo de vida que propicie el crecimiento pleno e integral de todos y todas en igualdad de condiciones. Este enfoque, a su vez, integra los procesos de educación y aprendizaje de las Habilidades para la Vida (HpV).

La propuesta inicial de la OMS consistió en el grupo de las siguientes diez habilidades psicosociales, las que, a partir de entonces, se conocen como Habilidades para la Vida: conocimiento de sí mismo/a; empatía; comunicación efectiva; relaciones interpersonales; toma de decisiones; solución de problemas o conflictos; pensamiento crítico; pensamiento creativo; manejo efectivo de emociones y sentimientos; y manejo de tensiones o estrés.

A partir de este análisis, podemos considerar que las Habilidades para la Vida se desarrollan en situaciones de interacción social que favorezcan el desarrollo de la salud y la calidad de vida de todas las personas sin distinción por razones de edad, raza, cultura, sexo, género u otra condición. Se desarrollan principalmente a través de la educación y el aprendizaje e incluyen conocimientos, valores, actitudes, capacidades y otros procesos afectivos y cognoscitivos que se expresan a través de los comportamientos verbales y no verbales; además, suponen iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas para lograr modos de adaptación personal social acordes a los retos y problemas del contexto en el que se desenvuelve cada individuo.

A continuación abordaremos el análisis de algunas de las Habilidades para la Vida con vista a la preparación integral de niños, niñas, las y los adolescentes y jóvenes en la esfera de la sexualidad y, en especial, en la prevención de afecciones que dañan la salud como el VIH/SIDA, las diversas ITS, los embarazos tempranos, la discriminación y violencia de género, entre otras.

### **a) Conocimiento y adecuada autovaloración de sí mismo/a como varón o mujer**

Como se ha analizado, para la mayoría de los y las adolescentes y jóvenes de uno y otro sexo la etapa de la adolescencia implica para su vida cambios

trascendentales de orden físico, psicológico, emocional y social. En la esfera de la sexualidad, las transformaciones puberales anatómicas y funcionales más importantes derivadas de los cambios endocrinos, en particular la maduración de los órganos genitales femeninos y masculinos se produce, entre otras manifestaciones, por la aparición del ciclo menstrual en la muchacha y de la eyaculación en el muchacho y conllevan, por una parte, la adquisición de la capacidad reproductiva y, por otra, el desarrollo de las necesidades erótico-afectivas. Estas transformaciones biológicas, de conjunto con las psicosociales, suelen estar acompañadas del desarrollo de la necesidad de experimentación sexual: que se manifiesta a través del autoerotismo y la necesidad del establecimiento de los vínculos de pareja, desencadenado por el deseo o libido y los estímulos del grupo de coetáneos que refuerzan la atracción física, los enamoramientos y, en los casos en que no reciban una adecuada educación sexual, pueden conducir a las relaciones sexuales precoces, no protegidas generadoras de problemas como los embarazos tempranos, las ITS y el VIH/SIDA.

Los cambios psicosexuales inherentes a estas edades suelen generar inquietudes e intereses relativos a su sexualidad y a la de sus pares, sobre los modos de relaciones en la vida social, de pareja y familiar que, al no brindársele una efectiva preparación, genera en los y las adolescentes el desconocimiento, la falta de información, los mensajes negativos distorsionados, las falsas creencias, minadas de prejuicios y tabúes que, según demuestran las investigaciones (Del Valle, 2010; Rodney, 2010; González Hernández, 2010), constituyen la causa fundamental de los trastornos y problemas que en la vida sexual personal, de pareja, y social confrontan con frecuencia las muchachas y muchachos en estas etapas.

Dentro de estos cambios, los que se producen en la figura e imagen corporal son tan importantes y rápidos que se suelen convertir en el centro de atención y de la preocupación por el físico y la apariencia personal, así como por las valoraciones que de él o ella tienen sus pares y los adultos, aspecto este que tiene una fuerte repercusión en los y las adolescentes.

En estas edades, a partir de los cambios puberales, de la nueva percepción psicológica de su cuerpo, así como sobre la base de las valoraciones que de este recibe en los otros/as, se desarrollan nuevas vivencias, actitudes y conceptos relativos a su cuerpo sexuado que dan un nuevo y diferente significado a su imagen corporal, impregnada, generalmente, de erotismo.

La imagen corporal puede ser considerada como la representación mental que tenemos de nuestro cuerpo, esta es el resultado del desarrollo de conceptos y valores sobre las características biológicas y funcionales del cuerpo sexuado, la cual se va desarrollando, desde el nacimiento a través de las diversas etapas de su vida, a partir de la manera en que el individuo, vivencia su cuerpo, así como de las valoraciones que sobre este recibe de los otros/as en las interacciones con las personas, las que influyen en la manera personalizada de elaborar su propia autoimagen. Por ello, la percepción que se tiene, y la que se recibe en

el medio social de los pares y adultos sobre la imagen corporal, mediatiza las relaciones con otras personas e influye decisivamente en la autoimagen, la autovaloración y, muy especialmente, su autoestima, sustento de las formas en que se desarrollará la sexualidad de la muchacha y muchacho, así como de los vínculos que entre sí logren establecer como vía de crecimiento mutuo o de poder, subordinación y desencuentros, generalmente, en detrimento del bienestar de las féminas.

A partir de estas transformaciones y realidades los y las adolescentes suelen pasar por un proceso de rápidos e importantes cambios en su vida personal, familiar, social y, en las incipientes relaciones de pareja, que los hace sentirse y valorarse a sí mismos/as aún más diferentes de los otros/as, lo que los conduce con frecuencia a buscar refugio en el grupo de coetáneos de su sexo y el otro y, al mismo tiempo, pueden temer que estos no los acepten tal y como son o que los rechacen. Aun así los y las adolescentes quieren ser reconocidos como diferentes, únicos e individuales sin perder la estima y el reconocimiento de sus pares y adultos, proceso decisivo para el desarrollo de su personalidad y la esfera psicosexual en esta importante etapa de su vida personal social. Como resultado de estos procesos inherentes a la adolescencia, las muchachas y muchachos comienzan a preguntarse ¿quién soy?, ¿cómo quiero ser?, ¿cómo me debo relacionar con las personas de mi sexo y el otro?

En el marco de estos cambios el desarrollo adecuado de la autoestima es fundamental, en tanto determina, y a su vez, es el resultado de la forma en que una persona se siente, se percibe, se valora como varón o mujer, como persona de bien para sí y para las otras personas con las que se relaciona en su medio familiar, escolar, grupal y social en general. Este importante proceso de diferenciación asociado a la autoconciencia y autovaloración de sí mismo/a como ser humano, hombre o mujer, forma parte fundamental de la identidad del ser humano, la cual se va formando desde que nacemos en las interrelaciones con las personas que nos rodean, a través de las influencias educativas y socializadoras recibidas por parte de la familia, en los vínculos con los grupos de pares, con maestros/as, amigos y amigas, vecinos/as y otras personas cercanas.

El término de "concepto de sí mismo" como personalidad, como varón o mujer diferente de los otros/as y, a la vez afín, semejante, precisa del desarrollo efectivo de un conjunto de conceptos, valores y actitudes del individuo hacia sí mismo y hacia las personas de su sexo y el otro objetiva, justa y enriquecedoramente lo que posibilita la conformación de una percepción evaluativa de uno mismo/a acorde a las cualidades, potencialidades reales como ser humano y como varón o mujer, que tiene como centro el amor, la justicia y la aceptación de nuestra persona y, a la vez, de los otros y otras en un medio de armonía, equidad y desarrollo mutuo.

La autoestima, como parte fundamental de la identidad (núcleo de la personalidad) de cada ser humano, deberá ser desarrollada y sentida como la esen-

cia interna de sí mismo/a, como la condición de hombre o mujer integral y autónomo/a. De este modo constituye la valoración u opinión negativa o positiva, real o distorsionada, que se tiene de uno mismo, lo que determina que esta se convierta, según el grado de su adecuación a las cualidades y particularidades reales del individuo, en fuente de crecimiento permanente o de conflictos y trastornos que afectan su salud y calidad de vida.

De ahí que, desarrollar una adecuada autoestima significa reconocer y valorar de manera objetiva y justa las cualidades, potencialidades y los rasgos negativos que se tiene de sí o que recibe de los otros/as, a fin de elaborar un proyecto y estilo de vida que permita proponerse y lograr cambios que sean capaces de desarrollar al máximo las potencialidades y vencer las limitaciones. En este sentido se puede considerar que existe una relación estrecha entre el concepto y la vivencia de autoestima, autoaceptación y autovaloración que deben desarrollarse de conjunto, sistémicamente, en el marco de las influencias educativas de la personalidad y su esfera psicosexual con un enfoque de género, lo que propicia la potenciación de dichos procesos por igual en niños y niñas, en los adolescentes, jóvenes y adultos de uno y otro sexo.

La autoestima y autovaloración, en su nexa con la identidad, implica tener la conciencia y la vivencia de la manera en que cada individuo se percibe a sí mismo como ser humano, como varón o mujer y, a su vez, como considera que lo perciben y valoran los demás, proceso este determinante para el desarrollo de la personalidad y la sexualidad de todo individuo.

Un elemento importante para el desarrollo de la autoestima de las personas lo constituye la autoaceptación; quiere decir que el individuo se acepta y valora de forma adecuada, justa, plenamente, a sí mismo/a y es capaz de ganar la estima, el reconocimiento, el respeto y la aceptación de las personas de su sexo y el otro con las que se relaciona en los diversos ámbitos de su vida. Este proceso debe entenderse como una vía de lograr el pleno desarrollo personal-social del ser humano a partir de las acciones educativas que propicie la valoración y aceptación de sí, en tanto permite sacar de este lo mejor, lo más valioso de su personalidad, que lo conduce a un constante estado de crecimiento propio y de los demás e impide los estados de conflictos, de infelicidad y de frustración.

La autoestima positiva, justa acorde a los rasgos y potencialidades reales de la persona, ya sea hombre o mujer, es el requisito fundamental para lograr una vida libre, sana, plena y responsable que favorezca las formas de desarrollo y de relaciones sociales armónicas, equitativas y enriquecedoras para el individuo y para aquellos con los que se relaciona. Una persona (niño o niña, hombre o mujer por igual) con una alta autoestima adecuada, se quiere, se valora, se respeta y, a su vez, se da a respetar, contribuye a hacerse querer, valorar y apreciar de forma justa por los demás. Así se desarrollan al máximo las potencialidades y posibilidades personales a partir del aprecio a sí mismo y del reconocimiento y la valoración justa que provoca en los otros/as, a

pesar, o superando, alguna limitación de su quehacer cotidiano. El tener en cuenta, conocer y saber demostrar sus valores, actitudes, capacidades y las habilidades personales reales, le permite a la persona lograr, por sí mismo/a, el reconocimiento de sus fortalezas y las limitaciones para potenciar las primeras y superar las segundas, así como desarrollar la capacidad de asumir retos, problemas, de reconocer sus errores o deficiencias y, fundamentalmente, de crecer ante las dificultades de su vida cotidiana, cualidades estas que constituyen la mayor fuerza para asumir con éxito nuevos proyectos que reafirmen su valía como ser humano, hombre o mujer, en los diversos contextos de actuación: personal, familiar, de pareja y social.

Una autoestima justa, adecuada o positiva, permite a toda persona, con independencia de su edad, sexo, raza, origen sociocultural u otra condición, poder lograr formas de conducta y de desempeño personales y sociales que favorezca los vínculos de interacción con las personas de su sexo y el otro sobre bases de amistad, cooperación, respeto, equidad, fuente de alegría, bienestar, libertad, responsabilidad y solidaridad compartida, recíproca.

En este sentido, las formas de educación y socialización que propician la atención, el amor, la responsabilidad, el respeto, la equidad, la justicia, las expresiones de cariño y el reconocimiento a las cualidades por parte de cada uno de los miembros de la familia, del grupo, la pareja, los amigos y amigas y la sociedad en general constituyen la vía fundamental que contribuye a que la persona, niño o niña, hombre o mujer de todas las edades y contextos, se sienta segura y confiada.

En la adolescencia la autoestima suele sufrir altibajos a causa de los cambios biológicos y psicosociales rápidos y profundos que se producen en esta corta etapa, debido a ello es necesario que se fortalezca, a través de una efectiva educación de la personalidad y su esfera sexual, la autoestima y otros procesos psicológicos (conocimientos, motivaciones, valores, actitudes, habilidades, etcétera) que inciden de forma decisiva en el desarrollo, la salud y la calidad de vida de los y las adolescentes en tanto los ayudan a aprender a valorar más objetivamente sus logros e identificar y potenciar sus cualidades, fortalezas, así como a superar sus limitaciones en cada uno de sus contextos de actuación: personal, familiar, de pareja y social.

La autoestima puede fortalecerse o debilitarse a partir de las valoraciones, las actitudes o sentimientos expresados de forma verbal o no verbal por las personas con las que se relaciona el y la adolescente y joven, como por ejemplo: la familia, los educadores/as, las amistades, los compañeros y compañeras de estudio, de trabajo, los vecinos y vecinas, la pareja y otros/as. Es importante, por tanto, educarlos/as de forma que logren aprender a enriquecer su vida personal-social desde sí mismos/as y, fundamentalmente, a partir de las formas de comunicación e interacción que establece con aquellas personas con las que se relaciona.



A continuación relacionamos una lista de situaciones o sucesos que pueden pasar en la vida cotidiana del o la adolescente y joven en sus diferentes ámbitos de actuación que “fortalecerán” o “debilitarán” su autoestima y, a través de esta, su sexualidad y personalidad integral.

#### *Sucesos que pueden debilitar o afectar la autoestima*

- Discusión con sus seres queridos o personas cercanas (familiar, amigo o amiga, pareja u otro/a) a través de modos de expresión verbal y no verbal asimétricos donde prime el poder, la rivalidad, la discriminación por razones de sexo, género, edad, raza, estatus económico, procedencia sociocultural u otra índole.
- Recibir una crítica inapropiada o en un momento y lugar inadecuado.
- Ser excluido/a o marginado/a, minimizado/a en una actividad del grupo, el medio familiar o social al que pertenece.
- La práctica de hábitos no saludables o tóxicos.
- Cuando alguien, coetáneo o adulto, revela un secreto que se le ha confiado o trasmite falsos criterios o valoraciones injustas del o la adolescente, joven u otra persona.
- La emisión de algún rumor falso, negativo, cargado de mitos tabúes y prejuicios sexuales o de otro tipo sobre una muchacha o muchacho.
- Los conflictos, desencuentros, rivalidades de poder e injusticias en las relaciones de pareja, de amistad, familiar y social.
- Obtener resultados negativos, no esperados, que están por debajo de las potencialidades y posibilidades reales del o la adolescente en cualquier actividad de la vida personal, familiar, social o de pareja, a partir de trabas, ya sea de índole personal o propiamente social.
- Recibir o infringir a otros/as cualquier tipo de agresión o violencia física, psicológica, verbal, gestual, etcétera.
- Desarrollar acciones injustas sobre sí y/o los otros/as que dañan, afectan la salud, la calidad de vida y viola los derechos de la persona ya sea en su vida personal, de pareja, familiar y social.

#### *Sucesos que pueden fortalecer la autoestima*

- Recibir una educación integral de la personalidad y su esfera sexual que lo prepare para establecer formas de relaciones enriquecedoras, de respeto, cooperación, reciprocidad y equidad con las personas de su sexo y el otro en su vida familiar, escolar, laboral, de pareja y social.
- Desarrollar acciones sobre sí y/o los otros/as que favorecen la salud, calidad de vida y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de la persona, ya sea en su vida personal, de pareja, familiar y social que la ayuden a sentirse digna, segura, bien valorada, estimada, aceptada.

- Ser objeto de la confianza y el reconocimiento de sus pares y de las personas adultas, en especial de su familia y educadores/as.
- Intervenir con buen desempeño y una actitud participativa, dinámica, asertiva, proactiva en las actividades con el grupo al que pertenece como vía de lograr su adecuada inserción y aceptación.
- Desarrollar comportamientos y formas de interacción con los coetáneos y adultos de su sexo y el otro de forma comprometida, respetuosa, solidaria, equitativa y dialógica que contribuyan a recibir el reconocimiento que requiere.
- Propiciar situaciones en las que las y los adolescentes y jóvenes de ambos sexos tengan los logros y éxitos que los ayuden a autovalorarse y a recibir el reconocimiento de las personas que los aman y aprecian.
- El aprender a dar, expresar y recibir las muestras de cariño, respeto, consideración, solidaridad y aceptación mutua, de los otros/as hacia sí y de las y los adolescentes hacia su persona.

A continuación relacionamos algunos elementos importantes para fortalecer la autoestima, a partir del desarrollo de la sexualidad, en particular de la forma en que los y las adolescentes y jóvenes desarrollan y expresan la identidad y el rol de género desde modos de vida asumidos con originalidad, autenticidad, libertad y responsabilidad.

*Para mejorar la autoestima, en su vínculo con la sexualidad, es necesario:*

- Aprender a reconocer y a potenciar las cualidades personales derivadas de su condición de varón o mujer, de la vivencia de su masculinidad y feminidad singular, así como a identificar y superar sus limitaciones, en este sentido, a través de un proyecto y un estilo de vida sano, pleno, responsable ante sí y los otros/as.
  - Aprender, tanto la muchacha como el muchacho, a conocerse, comportarse y relacionarse en su vida sexual personal, familiar, de pareja y social de manera enriquecedora, saber que se puede mejorar y cambiar.
  - Liberarse de preconceptos negativos, nocivos (mitos, prejuicios, tabúes, estereotipos) sobre su sexualidad, sobre su condición de varón o mujer, sobre sí mismo/a y los otros/as.
- Saber que cada persona, lo mismo niño o niña, hombre o mujer, son importantes y tienen iguales derechos.
- Ser un ser humano de bien, un hombre o mujer, pleno, libre y responsable con formas de vida enriquecedoras de sí mismo/a y de las personas de su sexo y el otro con las que se relaciona.
  - Aprender a autovalorarse como varón o mujer, de forma justa, adecuada, enriquecedora.
  - Ser capaz de confiar en sí mismo/a, de saber diferenciar de manera real, justa, lo que forma parte del hecho de ser mujer u hombre, femenina o mas-

culino, lo que puede y debe hacer, sentir cada uno, por encima de lo que establecen los estereotipos sociales de género.

- Identificar y aprender a enfrentar y superar las situaciones que debilitan la autoestima del hombre y la mujer a fin de lograr una adecuada autovaloración que favorezca el desarrollo personal y de los otros/as.
- Analizar y valorarse a sí mismo/a de forma adecuada para ser capaz de defender con objetividad, fuerza y justicia sus derechos, lo que es, necesita, piensa y aspira (como hombre o mujer) de forma honesta, auténtica.
- Evaluar y decidir con justicia, honestidad, lo que se piensa, dice y hace, sin prejuicios ni sentimientos de culpa.
- Actuar con libertad y responsabilidad, en coherencia con lo que se desea, se siente y piensa, superando todo tipo de falsos conceptos y valores asociados a la sexualidad masculina y femenina.
- Buscar, valorar y analizar con objetividad y creatividad la información adecuada que se requiere para enfrentar y solucionar problemas, conflictos y retos de la vida personal, familiar, de pareja y social.
- Sentirse y ser responsable, consciente de la trascendencia de sus actos sobre uno/a mismo/a y de los/las otros/las, de lo que se hace y dice. No dañar física ni psicológicamente a sí, ni a las otras personas de su sexo y el otro.
- Promover, respetar y propiciar el desarrollo, la elevación de la autoestima de las diversas personas con independencia de su edad, sexo, raza, procedencia sociocultural u otras particularidades que las distinguen.
- Ser crítico/a y autocrítico/a de forma justa, responsable y enriquecedora con respecto a los modos de ser y de actuar en la vida sexual personal, de pareja, familiar y social.
- Otros elementos importantes para desarrollar y fortalecer la autoestima del hombre y la mujer en todas las etapas de su vida son: el autocuidado, el cuidado de la salud integral, sexual y reproductiva, la calidad de vida propia y de los/las otros/as, el ejercicio de los derechos humanos, incluyendo los sexuales propios y de toda persona, la higiene personal, familiar y social, la buena alimentación, el deporte, el buen y satisfactorio uso del tiempo libre, la protección del entorno y del medio ambiente.

#### **b) Toma de decisiones justas, responsables y efectivas en la vida sexual personal, de pareja, familiar y social**

Desarrollar y tener la capacidad de tomar decisiones adecuadas, justas, enriquecedoras de sí y los/las otros/as es el resultado de una educación y un aprendizaje desarrollador que están ligados y favorecen la elevación de la autoestima, la confianza en sí mismo/a, y la autoaceptación como niño o niña, hombre o mujer de todas las edades y contextos.

Toda persona, niño y niña, muchacho y muchacha, hombre y mujer, tienen por igual el derecho a decidir y a actuar con libertad, responsabilidad y equidad. En cada momento y situación de la vida personal y social se debe decidir los modos de actuar de forma justa, responsable y enriquecedora para sí y los demás. Para lograrlo se debe aprender a valorar, a elegir, a optar, a comparar, rechazar; aceptar los comportamientos sexuales propios y de los/as otros/as con la mayor justicia, respetando el ejercicio de la integridad y de los derechos propios así como de las otras personas con independencia de su sexo, edad, raza, cultura, etc. A su vez, es importante aprender a reconocer cuando las decisiones tomadas y las conductas asumidas no son las correctas, las más efectivas y justas, para lo cual se debe asumir una actitud crítica y autocrítica que favorezca el poder rectificar, tomar nuevas decisiones personales y/o compartidas que se conviertan en fuente de desarrollo de sí y de las personas con las que se relaciona en la vida personal, de pareja, familiar y social. Procesos estos que se logran a través de una educación alternativa, participativa y desarrolladora (González y Castellanos, 2003) que conjugue y articule de manera sistémica, armónica lo personal con lo social, lo interno y lo externo, el yo con el nosotros, en un contexto de enriquecimiento permanente de la persona y su contexto sociocultural y ambiental.

Tomando en cuenta este enfoque y los elementos antes analizados, se requiere que toda persona, antes de tomar una decisión, para que esta sea efectiva y a la vez justa, es importante contar con una formación relativa a los valores y conceptos humanistas que permiten desarrollar las competencias y habilidades requeridas para analizar las ventajas y desventajas, las consecuencias positivas y negativas, sobre sí y los/as demás de la decisión a tomar. Para lograrlo es necesario partir de una profunda reflexión crítica, humanista de lo que se debe y no se debe en cada situación a favor del beneficio propio y de las otras personas.

Con respecto a lo fundamentado anteriormente, compartimos el criterio referido a que tomar las “riendas de nuestras vidas” significa reflexionar y actuar según los valores en los que se sustentan los principios: realidad, justicia, equidad, aceptación, responsabilidad y razón. Explorar, conocer a profundidad, transformar y/o aceptar toda la riqueza de la diversidad de la realidad humana, social cultural y ambiental requiere, ante todo, analizar y valorar nuestras más preciadas necesidades, deseos, aspiraciones relativas a la vida personal en el ámbito de la pareja, familiar y social, en la mayor consonancia posible con las necesidades de las personas de uno y otros sexo con las que nos relacionamos en estos contextos.

No se trata de decidir y actuar de forma festinada, o autoritaria, impuesta a partir de un falso poder, sobre la base solo de lo que necesitamos o lo que deseamos, ignorando o rechazando injustamente lo que requieren y/o solicitan las otras personas para vivir en armonía, con salud y calidad.

La responsabilidad en la vida personal y social significa:

- Luchar por alcanzar la satisfacción de nuestras legítimas y justas necesidades, aspiraciones, formas de realización como hombre o mujer (sin afectar o dañar física ni psicológicamente a sí mismo/a y/o a los demás).
- No comprometernos a realizar determinados comportamientos en la relación de amistad, en la pareja, la vida escolar, familiar, laboral y social, cuando preveamos que estos pueden resultar perjudiciales o que violan los derechos para uno mismo o para las personas que estén a nuestro alrededor.
- Aprender y desarrollar la capacidad de valorar renunciar a un deseo, una satisfacción pasajera o a largo plazo si esta puede proporcionarnos a nosotros mismos o a las otras personas consecuencias negativas, nocivas, de dolor, conflictos a corto o largo plazo (embarazos, maternidad/paternidad temprana, inoportuna o no deseados, ITS/VIH/SIDA, discriminación y violencia por razones de sexo, género, y otros).

En este sentido, la responsabilidad, en la vida sexual y personal social en general, se manifiesta al basar las relaciones de amistad, de pareja, familiar y social en el amor, la honestidad, la honradez, la equidad, la solidaridad, en el respeto y la aceptación de la diversidad y las diferencias humanas, sexuales y socioculturales y, a su vez el rechazo, combate de conductas y actitudes inadecuadas, inhumanas, contrarias a los valores más elevados y humanos de la ética y la moral, que se manifiestan en las relaciones entre varones y mujeres en la vida sexual, de pareja, de amistad, familiar y social. La responsabilidad, a su vez, constituye un modo de sentir, pensar y actuar a partir de una actitud que se asume ante los resultados, las consecuencias enriquecedoras o nocivas de la actuación personal social sobre la propia persona y con las que se relaciona así como de su contexto. El individuo, niño o niña, hombre o mujer en cada etapa o situación de su vida, debe aprender a ser capaz de tomar decisiones de forma libre, autónoma, justa y responsable, que le permita asumir de manera crítica, consciente, la trascendencia y consecuencias de sus actos sobre sí y los/as otros/as, a fin de evitar las formas de conducta y de vida que puedan causar daños psicológicos y/o físicos a su persona o a aquellos con los que se relaciona en sus diversos contextos de actuación.

La libertad y la responsabilidad en la vida sexual personal, de pareja, familiar y social se construyen a partir de procesos de educación de la personalidad y su esfera psicosexual con enfoque de género que favorezcan el desarrollo de los conocimientos, habilidades, actitudes, valores y formas de actuación que sustentan las formas de vida y de relaciones entre las personas de ambos sexos y de diversos contextos socioculturales basadas en la equidad, respeto y la responsabilidad compartida.

El desarrollo de la responsabilidad individual y social requiere aprender a valorar, interiorizar y ejercitar las formas más adecuadas, enriquecedoras y justas de comportamiento sexual del hombre y la mujer, que se logra identificando los éxitos y, a su vez, reconociendo y superando los errores, las situaciones de conflictos que dañan la integridad humana, personal social. Para lograrlo

se requiere que día a día se tomen decisiones libres, independientes y a la vez responsables, con pleno conocimiento de las consecuencias de los actos y sin presiones por parte de otras personas.

El autoritarismo, el formalismo, las prohibiciones sin fundamento, la sanción y los castigos impuestos a partir de un inadecuado y nocivo uso y abuso de poder en el contexto familiar, escolar, laboral, de pareja y social en general no desarrollan ni fomentan la responsabilidad ante la vida sexual propia y ajena pues suelen generar la rebeldía, el miedo o el formalismo; el individuo actúa del modo impuesto solo ante la presencia y el control, ya sea de la persona (coetáneos y/o adultos de uno y otro sexo) que ostenta el poder o que lo juzga y presiona a partir de las normas y valores impuestos en un marco social específico. Es por ello que resulta indispensable abrir las puertas a las formas de desarrollo y relaciones humanas cada día más efectivas, enriquecedoras, sostenibles de los seres humanos y la sociedad a través de nuevos enfoques, paradigmas y prácticas de educación con un carácter dinámico, participativo, flexible, creativo, diversificado, que potencie las relaciones humanas sustentadas en el diálogo horizontal, asertivo, equitativo, franco, abierto y de la persuasión, el compromiso compartido, en lugar de la fuerza, la imposición y el mal uso de la autoridad en el contexto familiar, escolar y social.

En consecuencia, para lograr estas formas de vida y de relaciones humanas libres, sanas y responsables se debe preparar a las jóvenes generaciones para la vida sexual y social en general, mediante la reflexión, el análisis de toda situación vital que conduce a la toma de decisiones y a la ejecución de conductas razonables, justas, pacíficas, equitativas, acordes a las necesidades de cada persona o grupo y las de su realidad sociocultural.

Para lograr estos fines resulta de gran importancia tener en cuenta las formas más frecuentes en que las personas toman las decisiones con respecto a su vida personal, de pareja, familiar y social; ya sea:

- Por impulsos basados en preconceptos, e ideas preconcebidas, prejuicios.
- Por postergación, o "posponer" una idea o una decisión a un momento tardío o inadecuado.
- Por inseguridad, no decidir por temor a enfrentar problemas y retos solubles.
- Dejando que otros tomen la decisión por nosotros, a pesar de tener la capacidad y los elementos para tomarla.
- Evaluando todas las alternativas y eligiendo una, que no ha sido bien evaluada y no es la más adecuada.

De ahí que solo se aprende y se desarrolla la capacidad de decidir, asumiendo racional y responsablemente todas las alternativas de actuación, aun ante la posibilidad real de equivocarse, lo cual no quita que al realizar nuestras elecciones y opciones sobre la base de "los pro y los contra" y a pesar de que se evaluaron todas las variantes posibles, se produzcan consecuencias inesperadas, que, a su vez, constituyen formas de aprendizaje valiosas para nuevas decisiones en etapas futuras.

A continuación se relacionan algunos pasos que pueden ayudar a tomar una decisión responsable con respecto a la vida sexual, de pareja, familiar y social:

1. Determinar qué problema se debe resolver en primera instancia, jerarquizando los más prioritarios.
2. Obtener información y valorar las diversas formas de enfrentarlo de manera más efectiva y sin dañar o afectar a otras personas.
3. Analizar, con la mayor objetividad posible, las diferentes alternativas de solución, considerando las ventajas y desventajas.
4. Valorar las mejores alternativas de decisión y acción a partir del análisis de los obstáculos y vías de lograr los mejores resultados para sí y los/las otros/as.
5. Analizar, desde una perspectiva humanista, los propios valores y conocimientos, así como los de otras personas que nos apoyan para lograr, frente al problema planteado, las soluciones más efectivas, responsables y justas.
6. Analizar, antes y después de tomar la alternativa elegida a fin de valorar su real efectividad.
7. Reflexionar, con la mayor justeza posible, sobre las consecuencias de la decisión tomada, en sí mismo y en las otras personas.
8. Tomar la decisión y ejecutar la actuación elegida a partir de estrategias de solución de problemas viables y enriquecedores.
9. Valorar otras alternativas de decisión y de acción, para el posible caso de que la tomada no sea efectiva.

A partir de este análisis se considera de gran importancia trabajar por mejorar nuestra habilidad por decidir adecuadamente y dar solución a los problemas de las maneras más justas y efectivas para sí y los/las otros/as en la vida de pareja, familiar, escolar o laboral y social en general, puesto que esto contribuye a mejorar nuestro bienestar emocional en lo personal social y el de las personas de uno y otro sexo con las que nos relacionamos. A tal efecto se puede contribuir a desarrollar los conocimientos, valores habilidades y modos de comportamientos que nos permiten tomar las mejores decisiones para resolver con autonomía, justicia y efectividad los problemas, conflictos y retos de la vida.

### **c) Comunicación positiva, asertiva y equitativa en la expresión de la sexualidad del hombre y la mujer**

Los seres humanos, niños y niñas, hombres y mujeres de todas las edades y contextos, se necesitan unos a otros para lograr el desarrollo pleno e integral de su personalidad y para poder establecer relaciones sociales sustentadas en la equidad, el respeto, la cooperación y reciprocidad que enriquece a todas las personas por igual. En ese marco, todas las personas de uno y otro sexo, de las diversas edades y culturas que se relacionan, sobre la base de estos vínculos,

en los diferentes ámbitos como seres sociales: con la pareja, con los grupos de amistades, en la familia, con los grupos escolares, etc., pueden lograr niveles más altos de salud y calidad de vida.

Las relaciones personales y sociales se deben establecer a partir del respeto a la diversidad humana, sexual, sociocultural y de otra índole y, a la vez, que se logre sobre la base de los vínculos de afinidad, empatías, semejanzas que nos unen y permiten superar las relaciones de poder y subordinación que generan las diversas formas de discriminación y violencia por razones de edad, sexo, género, raza, cultura y otras que dañan a las personas y grupos al provocar todo tipo de contradicciones, desencuentros, problemas en el marco de la familia, la pareja, del contexto escolar y social. En consecuencia, uno de los retos más importantes de la educación en la actualidad es propiciar las formas de relación y comunicación entre seres humanos diversos, sustentadas en la paz, la equidad y la justicia social.

La comunicación es el proceso de transmitir y recibir mensajes, en una relación dialógica de paridad que propicia el desarrollo de modos de pensar, sentir y actuar, que favorecen su crecimiento personal y el de aquellos/as con los que se relaciona. Mediante la comunicación, en cada una de sus funciones (informativa, reguladora y afectiva), la persona, hombre o mujer, en cada etapa de su vida, puede definirse como un ser único, autónomo, libre, dueña de sí misma y, a la vez, desarrollarse en lo individual y social, lo que le permite decir y hacer de forma autónoma, responsable lo que piensa y siente, favoreciendo el desarrollo interpersonal y social.

Por tanto, comunicar es más que decir u oír algo, es compartir, expresar, no solo a través de la palabra, sino también de los gestos y de las expresiones corporales.

El sexólogo español Félix López, con respecto a la comunicación apunta: “se trata de una habilidad social que se aprende durante el desarrollo y, por lo tanto, en nuestras manos está la posibilidad de perfeccionarla”. Por consiguiente, comunicarnos de manera recíproca, equitativa y justa con las demás personas de uno y otro sexo y de diversos contextos socioculturales es lo que nos ayuda a vivir de forma plena, enriquecedora de sí y de todos/as, en tanto nos permite poder colaborar, compartir, dar y recibir en una relación de igualdad que nos favorece en lo personal y social a la vez que nos hace conscientes de que todos y todas nos necesitamos unos a otros.

Hombres y mujeres de todas las edades y ámbitos sociales pueden y deben aprender a generar una comunicación asertiva, justa, desarrolladora que supere las formas confusas, discriminatorias y agresivas, que dan origen a problemas, conflictos, desencuentros, rivalidades o a malas interpretaciones, cuando por el contrario, esta puede y debe ser clara, dialógica, participativa, democrática, pacífica, abierta, sustentada en los vínculos de equidad que



aporte bienestar, satisfacción y paz tanto a una y otra persona que intercambian opiniones, valores y puntos de vista. Precisamente estas formas son las más efectivas y enriquecedoras por lo que son conocidas como comunicación asertiva o positiva.

La comunicación asertiva permite fundamentar y defender nuestras propias opiniones y derechos de manera justa y responsable sin imponernos, sin hacer un inadecuado uso del poder, ni violar los derechos del otro/a en los marcos de la vida sexual (en la familia, la pareja y la vida social), siempre que se realice de manera equitativa, respetuosa, consensuada, justa a través de un diálogo horizontal que permita expresar libre y enriquecedoramente las propias necesidades, intereses y puntos de vista diferentes, a la vez que valoramos los de las personas de uno y otro sexo con las que establecemos el diálogo.

Así, entonces, en la relación de pareja, familiar o social se logra realmente una comunicación asertiva, enriquecedora o positiva, solo a través del diálogo franco, abierto, respetuoso, equitativo que se convierta en una vía de desarrollo de cada persona con independencia de su sexo, edad, raza, origen sociocultural u otra condición.

A continuación se relacionan algunas características que debe poseer una persona asertiva:

- Actúa y habla basándose en hechos, objetivos concretos, asumiendo una actitud comprometida consigo y con las otras personas.
- Reconoce sus errores y sus aciertos y es capaz de rectificar los primeros y compartir sus éxitos.
- Toma decisiones por voluntad propia de manera libre y a la vez responsable, valorando las consecuencias de sus actos en su persona y los/as demás.
- Es una persona afirmativa, optimista, altruista, al mismo tiempo gentil y considerada.
- Es una persona justa, respetuosa, solidaria, pacífica que evita las situaciones y modos de relación discriminatoria, agresiva o violenta.
- Respeto los conocimientos, valores, emociones, prácticas y modos de conducta de otras personas de uno y otro sexo.
- Valora, acepta y es capaz de transformar la realidad y su medio social y ambiental para enriquecerlo.
- Puede desarrollar las competencias y habilidades que le permiten desenvolverse como hombre o mujer y tener éxito sin ostentaciones ni resentimiento cuando no logra el resultado esperado.
- Permite y contribuye a través de conductas de equidad, respeto y cooperación a que otras personas de uno y otro sexo se desarrollen y tengan éxito en las diversas situaciones de la vida personal, familiar, de pareja y social.

Por lo tanto, la asertividad supone:

- Ser personas afirmativas, altruistas, participativas con respecto a lo que creemos o queremos, saber decir sí o no, de acuerdo con lo que realmente se quiere o se requiere para el bien propio y de los/las otros/as por vías justas, pacíficas, enriquecedoras, sin ser agresivo/a, violento/a, o discriminar a otros por razones de género, sexo, edad, raza, cultura u otra condición.
- Iniciar nuestra comunicación con la expresión de declaraciones en primera persona (por ejemplo: Yo pienso, Yo opino, Yo quiero) asumiendo un compromiso con la otra en la búsqueda y enfrentamiento de las soluciones de problemas, conflictos y retos.
- Ser claros/as, honestos/as, auténticos/as y justos/as al expresar sentimientos, pensamientos, deseos y necesidades.
- Usar gestos y palabras adecuadas, precisas que propicien las formas de desarrollo y de relaciones humanas enriquecedoras de sí y los/las otros/as.
- Resolver los conflictos de forma pacífica, constructiva, desarrolladora.
- Ser sinceros, decir las cosas de una forma agradable, constructiva.
- No ser ambiguos en actos, lenguaje ni respuestas, induciendo a confusiones, conflictos, desencuentros, engaños o hacer un inadecuado uso del poder con las personas de su sexo y el otro.
- Aprender a evitar o rechazar las situaciones de riesgo, nocivas para sí o los/as otros/as, saber decir y hacer lo correcto, no transmitir dobles mensajes contradictorios al aparentar decir sí, cuando en realidad lo que debemos decir es no o viceversa.
- Aceptar y respetar las diferencias derivadas de la diversidad humana, personal, sexual, sociocultural y de otras índoles, considerar y valorar de forma justa los diferentes puntos de vistas, valores y comportamientos de forma dinámica, flexible, comprometida.

Además de la asertividad, las personas en sus relaciones interpersonales deben sentir y saber mostrar los vínculos de empatía, respeto y equidad con los/las otros/as, es decir actuar a favor de su desarrollo y el de las personas con las que se relaciona:

- Mostrarse abierta, sensible, receptiva a los sentimientos y necesidades legítimas de los sujetos de uno y otro sexo y de diversas edades, contextos socioculturales que nos rodean: fomentar vínculos sólidos de afecto, confianza mutua, paridad, respeto, solidaridad, comprensión, tacto, delicadeza, etcétera.
- Aprender a ponerse en el lugar del otro/a con auténtico afecto, respeto y equidad de posibilidades, oportunidades y derechos.
- Desarrollar sentimientos de respeto, valoración justa, admiración y conservación hacia la creación humana de diversas culturas, contextos y épocas.
- Superar y contrarrestar la falta de cooperación, equidad, empatía, solidaridad con las diversas personas o la incapacidad para ponerse en lugar del otro/a

con el fin de comprender mejor sus valores, comportamientos y reacciones, teniendo en cuenta sus problemas y necesidades en el marco de la vida familiar, de pareja y social, evitando desencuentros y conflictos que se ponen de manifiesto en:

1. Falta de claridad en la expresión verbal y no verbal.
2. La inadecuada relación con el o la interlocutor/a a partir de relaciones de poder y subordinación que impiden un diálogo horizontal, de paridad y respeto donde cada uno/a realiza la función de emisor/a-receptor/a, lo que se denomina emisor.
3. La deficiente capacidad de análisis, expresión y transmisión de las ideas, valoraciones y sentimientos a otras personas.
4. Valorar, analizar y discutir los factores que inciden en la comprensión y discusión de los problemas a resolver.
5. Tendencias a juzgar superficialmente o de forma distorsionada, autoritaria o injusta al receptor/a.
6. Falta de atención o escucha.
7. No respetar o subvalorar, discriminar al o la interlocutor/a.
8. Incongruencias, inconsistencias o dobles mensajes contradictorios entre el mensaje verbal y no verbal.

Seguidamente se relacionan algunas barreras que interfieren la comunicación efectiva, positiva o asertiva dialógica, dentro de ellas se pueden mencionar:

- Las relaciones de poder y discriminación, de violencia y agresividad por razones de sexo, genero, edad, raza, cultura, etcétera.
- La pasividad, receptividad marcada por la sumisión o dependencia del/a otro/a.
- La mala interpretación o distorsión de los mensajes recibidos a partir de una inadecuada comunicación basada en preconceptos, mitos, prejuicios, tabúes, estereotipos.

En las relaciones humanas con las personas del propio sexo y el otro una comunicación es inadecuada cuando se basa en una relación de poder de uno/a sobre el otro/a, lo que determina que los "mensajes" que se transmiten hacen que la otra persona se sienta en desventaja, minimizada, sometida, situación que se suele dar entre el hombre y la mujer en detrimento de esta. La discriminación y agresión a través de la comunicación vertical, asimétrica, de poder se refiere a la expresión de mensajes verbales y no verbales de carácter hostil, represiva, poco honesta, inoportuna, con el objetivo de ganar o dominar haciendo que el otro pierda, se "sienta mal" o se someta al "más fuerte", forma de comunicación frecuente entre hombre y mujer, adultos y menores o adolescentes, y otros grupos vulnerables.

En el proceso de comunicación entre las personas de uno y otro sexo es de gran importancia contrarrestar las brechas de género provocadas por las conductas y mensajes que favorecen la manipulación afectiva, la discriminación, la cual consiste fundamentalmente en propiciar situaciones en las que se hace un uso o se pretende dominar, someter los sentimientos y comportamientos de el/la otro/a, mediante los recursos basados en falsear, mentir, sobredimensionar acerca de lo que somos, pensamos o queremos, para minimizar a las demás personas.

La pasividad, la receptividad sin límites, la sumisión en la comunicación se evidencia cuando conformamos nuestra conducta, aun contra nuestra voluntad o sin desearlo o merecerlo, a los deseos de los/las otros/as, cuando, sin motivos que lo justifiquen, dejamos que otros asuman decisiones por nosotros o nos impidan tomarlas, lo que delata nuestra inseguridad, autoestima baja, sentimientos de inferioridad, minusvalía, falta de capacidad de lucha, frustración e impotencia, a partir de considerar a la persona “dominante” merecedora de ese poder, que usualmente le es atribuido por las sociedades patriarcales y androcéntricas, a los hombres y a los grupos humanos pertenecientes a las élites de las culturas y naciones poderosas.

Por último, la mala interpretación de las conductas y mensajes recibidos se refiere a la explicación real o distorsionada que cada uno da a un hecho en particular, en el segundo caso, generalmente, sobre la base de elementos que no fueron expresados de forma clara o se hizo de manera inapropiada, lo que frecuentemente no permite que se exprese y/o recepcione adecuadamente, lo que se quiso decir.

¿Cómo podemos desarrollar una buena comunicación horizontal, asertiva, dialógica, basada en la paridad?

Ante todo, desarrollando nuestra capacidad comunicativa, asumiendo ambos interlocutores la posición de emisor y receptor, a través de formas de interacción, donde cada persona (con independencia de su sexo, edad, origen cultural, etc.) tiene iguales derechos, posibilidades y oportunidades, considerando y respetando sus particularidades personalógicas y sociales sin que ello implique asimetrías de poder, por el contrario, la búsqueda de la paridad en una relación justa y diáfana para ambos por igual. La buena comunicación incluye varios elementos, uno de ellos es comunicar nuestros pensamientos, opiniones, emociones, sentimientos de forma clara, inclusiva, respetuosa y asertiva, lo que a veces resulta difícil porque nos han inculcado, a partir de los patrones sociales estereotipados, que siempre que al actuar o expresarnos diferimos de estos, seremos rechazados/as, discriminados/as, e incluso objeto de violencia ya sea por razones de género, edad, raza, cultura, discapacidad, etc. Es en estas situaciones que, a través de una educación sexista, jerarquizada, exclusiva y discriminatoria, se condicionan las formas de comunicación asimétricas, de poder, dominio de unas personas o grupos sobre otros vulnerables.

En consecuencia, se puede desarrollar una adecuada y justa comunicación cuando:

- Comunicamos de forma respetuosa, asertiva y franca, nuestros verdaderos, pensamientos, opiniones, deseos y sentimientos. Una de las mejores formas para comunicar clara y correctamente, de manera enriquecedora nuestros sentimientos y opiniones utilizando frases y formas de expresión con declaraciones en primera persona.
- De igual modo es aconsejable formular las peticiones en positivo.
- También hacemos uso de una buena comunicación al aceptar los sentimientos, respetar el derecho de cualquier persona a expresar sus sentimientos de una forma particular.

Otro aspecto de importancia en la comunicación lo constituye la comunicación no verbal, es decir, en las relaciones de unos con los otros se transmiten recíprocamente conocimientos, experiencias y afectos, y no lo hacemos solamente por medio de la palabra, sino también con expresiones, gestos o tono de voz, que en muchas ocasiones tienen mayor peso que el mensaje verbal. En este sentido, muchas veces el emisor comunica sus sentimientos, poniendo mala cara o usando alguna otra forma de expresión no verbal para mostrar su enojo, por ejemplo cambiando el tema o rehusando hablar.

Además para lograr una buena, efectiva, enriquecedora comunicación para ambos interlocutores/as es imprescindible como se ha planteado, ser una persona asertiva, justa, equitativa y empática.

Gran parte de la manipulación afectiva dentro de una relación familiar, de pareja y social, se da, con mucha frecuencia, basada fundamentalmente en la comunicación no verbal (forma de mirarse, de sentirse o de andar juntos, el tono de voz y la actitud, el tono al hablar e, incluso, a través de un silencio que ignora o minimiza al otro/a). Por eso, todos los seres humanos de uno y otro sexo, grandes y pequeños, en especial los más vulnerables (niñas, mujeres, las y los adolescentes, ancianos/as y otros) están expuestos a manipular o a ser manipulados, sometidos, marginados u objeto de violencia. Por este motivo, la comunicación verbal (decir cosas) tanto como la no verbal, debe ser y es un instrumento muy útil para evitar la manipulación y para propiciar la afinidad, unión, cooperación, solidaridad, paridad de todas las personas y grupos humanos por muy diversos que estos sean.

Un buen receptor o destinatario debe ser a la vez receptor, es decir que debe recepcionar, corresponder de forma recíproca, respetuosa (aun cuando disiente) a las opiniones, los sentimientos del emisor (que es a su vez receptor) mediante mensajes que expresen tanto la aceptación como la discrepancia de forma asertiva, por ejemplo diciendo “pareces enojado/a”, “deseo apoyarte” y, reconociendo este enojo de forma autocrítica; el receptor/a-emisor/a puede ayudar al emisor-receptor a comunicarse de manera más justa, abierta, flexible, enriquecedora de ambos por igual.

Por lo tanto, en las relaciones humanas, entre personas de uno y otro sexo de diversas edades, en los vínculos de amistad, de pareja, en la vida familiar y social, se debe desarrollar una comunicación asertiva, horizontal, positiva (de forma efectiva), donde se expresen las opiniones, los sentimientos y exista una aceptación o una discrepancia de estos sobre bases de respeto y paridad de derechos. Una forma de comunicación, en la que se evidencie una coherencia entre los gestos y las palabras, a través de dobles mensajes contradictorios; se tenga en cuenta, se valore con justeza y objetividad, los argumentos de el/la otro/a; se defienden y fundamentan los deseos, intereses, prioridades propios sin ignorar, por el contrario, valorando adecuadamente los de los demás a fin de que se pueda ser capaz de evitar o resolver los conflictos, problemas y contradicciones de manera pacífica, es decir, se desarrollen y potencialicen las competencias y habilidades para lograr estas formas de comunicación.

A continuación se relacionan algunas competencias y habilidades a tener en cuenta para desarrollar una comunicación de forma efectiva, de paridad y enriquecedora entre los sexos:

- Hacer declaraciones, transmitir los mensajes con claridad y respeto en primera persona de forma asertiva.
- Claridad, uso adecuado del lenguaje verbal y no verbal.
- Argumentación bien fundamentada, crítica, flexible, objetiva.
- Fluidez verbal.
- Originalidad y utilización de la crítica constructiva.
- Expresión de sentimientos coherentes, diáfanos, auténticos que favorecen el diálogo y la empatía.
- Uso adecuado, expresivo, de recursos gestuales.
- Concienciar, valorar, transmitir y recepcionar de manera justa, respetuosa y efectiva los mensajes no verbales, es decir, los que se transmiten sin palabras, y los verbales.
- Ejemplificación bien ilustrada, asequible.
- Capacidad de síntesis.
- Adecuado uso del contacto visual y del lenguaje corporal.
- Al responder, se debe, siempre que sea posible, ser afirmativos, evitar conflictos, contradicciones divergentes, violentas o agresivas.
- Percepción adecuada, respetuosa y justa del estado emocional del otro/a. Ejemplos: cansancio, falta de interés, preocupaciones manifiestas a partir de signos no verbales o verbales que se deben valorar y tratar de superar de conjunto en el diálogo recíproco.
- Escucha atenta, interesada en recepcionar y devolver mensajes positivos, que promuevan la empatía, afinidad, comprensión mutua.

*Recomendaciones para desarrollar la comunicación a partir de una buena escucha*

- Deje de hablar usted, una vez expresadas sus ideas, para dar oportunidad de hacerlo cómodamente a la otra persona. No puede oír si está hablando a la vez que el/la interlocutor/a.
- Muestre de forma auténtica, veraz al otro/a que usted quiere oír, que está motivado/a por el tema que se aborda. Parezca y exprese de manera convincente comportamientos de interés por el tema de diálogo.
- Escuche, analice, valore de forma adecuada, objetiva y justa los argumentos y mensajes transmitidos para lograr comprender más bien que para replicar, siempre que se logre un consenso de opiniones o, aprender a replicar o discrepar de manera respetuosa, pacífica, asertiva.
- Ponga, ayude y favorezca que la persona a quien le habla se sienta cómoda en el diálogo.
- Ayude a que el/la interlocutor/a logre sentir que es libre para hablar, expresar, intercambiar opiniones, incluso contrarias, a través de la creación de un ambiente permisivo, asertivo, respetuoso.
- Sea paciente, no interrumpa ni imponga sus criterios, utilizando argumentos oportunos y objetivos, convincentes.
- Elimine o evite las distracciones que distorsionan el diálogo y la comprensión de los mensajes.
- Sea prudente, respetuoso y fundamente bien, de forma justa, correcta sus argumentos y criterios.
- No discuta con argumentos impuestos, poco convincentes, a partir del uso de la fuerza, el poder y/o la violencia, por el contrario, las discusiones deben basarse en argumentos reales, de valor, que sean verdaderamente persuasivos.
- Aprenda y ejercite el ponerse en el lugar de la otra persona para comprender sus puntos de vista, valorar, apreciar mejor sus sentimientos y experiencias.
- Haga preguntas oportunas, interesantes que enriquezcan el diálogo. Muestre expresivamente que usted está escuchando, motivado, ayude, siempre que sea necesario, a desarrollar otros temas de interés y desarrollo mutuo.
- Mantenga y propicie el buen humor, los estados de ánimo positivos que favorecen el diálogo. Controle y no manifieste sus gestos que muestren molestia, desinterés y busque las formas de impregnar el intercambio de mensajes motivantes.
- Observe, trate de interpretar correctamente los gestos, miradas movimientos, estos dicen mucho del estado emocional, de lo que realmente siente y desea expresar el/la otro/a.
- Mire atentamente al rostro del interlocutor/a durante el diálogo.

- Expresar una actitud de aceptación, de apoyo, siempre que sea lo que realmente siente y, cuando se discrepe, hacerlo de manera respetuosa, bien argumentado.
- Dar posibilidad de la libre y a la vez respetuosa expresión de las vivencias y opiniones del otro/a.
- Aceptar ideas adecuadas, correctas, bien fundamentadas o ser respetuoso/a, justo/a al expresar otras propias diferentes.
- No interrumpir, saber escuchar e intervenir en los momentos oportunos.
- Desarrollar, en lo máximo posible el nivel de conocimiento que se tiene del tema abordado.
- Confianza, autenticidad y justeza para la expresión de sentimientos y opiniones personales.
- Brindar retroalimentación adecuada con argumentos que enriquezcan y favorezcan el diálogo.
- Mantener una comunicación pacífica, honesta, justa, democrática, equitativa, que favorezca el desarrollo afectivo e intelectual de cada uno de los/las interlocutores/as.

*La comunicación democrática o dialógica se caracteriza porque:*

- Se centra en la participación mutua, ambos interlocutores desarrollan una relación pacífica, de respeto, paridad y aceptación mutuas al intercambiar mensajes.
- La comunicación se manifiesta como diálogo horizontal equitativa, de doble vía (ambos son emisores y a la vez receptores) y participativa.

Estas habilidades deben estar íntimamente relacionadas con la práctica de los más humanistas y universales valores humanos, como son el respeto al otro/a, el compromiso, el afecto, la justicia, la cooperación, la aceptación, la solidaridad, la sinceridad, la autenticidad, la asertividad, entre otros; todo esto permite el logro de una comunicación positiva a través de relaciones interpersonales enriquecedoras entre grupos y personas de sexos, edades y contextos socio-culturales a favor de todos y todas por igual.



## Anexo 5. Salud Sexual y Reproductiva (SSR). El embarazo en la adolescencia.

Dr.C. Alcides Alejandro Roca Zayas

Dr.C. Alicia González Hernández

La *Salud Reproductiva (SR)*, ha sido definida en la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo celebrada en el Cairo en 1994, como: "...el completo bienestar físico, mental y social y no la mera ausencia de enfermedades o dolencias, relacionados con el sistema reproductor, sus funciones y procesos". Es importante destacar que esta definición, tal y como se explicita en varios epígrafes del programa de acción del Cairo abarca en sí todas las manifestaciones de la salud sexual. El análisis del contexto en el cual se desarrollaron los debates sobre estas esferas, en particular los referidos a la salud sexual, permiten comprender que, a pesar de ser esta área de la salud mucho más amplia y abarcadora que la reproductiva (y no a la inversa), no fue posible ubicarla en el plano que le corresponde, por las resistencias que opusieron en dicha cumbre los grupos conservadores a todo lo que de una forma u otras se referían a la sexualidad humana. En consecuencia, es necesario tener muy presente, siempre que se hace referencia a esta definición de salud reproductiva aportada por la Cumbre de Población, que en esta y el documento allí refrendado, siempre que se habla de salud reproductiva se está incluyendo, implícitamente, los elementos y manifestaciones más diversas de la sexual.

Algunos de los indicadores que abarca esta definición son:

- ITS/VIH/SIDA.
- Lactancia materna.
- Planificación familiar y contracepción.
- Inicio de la vida reproductiva y de las relaciones sexuales.
- Salud materna.
- Morbimortalidad infantil.
- La mortalidad materna.
- La discriminación y la violencia de género, en especial sobre las niñas y mujeres.
- Las formas de relaciones de igualdad entre el hombre y la mujer.
- El abuso y la prostitución infantil.
- La inserción y reconocimiento de la mujer en la vida social y laboral.

Además, dentro de las determinantes de la salud reproductiva se pueden mencionar:

- Conducta personal.
- Desarrollo humano, social, cultural y ambiental sostenible
- Desarrollo económico sostenido.
- Alimentos.

- Disponibilidad, utilización, calidad y administración de los servicios de salud a los diversos grupos etarios y en especial a las y los adolescentes y las féminas, entre otros.
- La inserción escolar de niños y niñas.
- La educación integral y sexual en la población. Una necesidad y un derecho de todas las personas.

La salud sexual es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad que trasciende la ausencia de enfermedad. De hecho "La salud sexual, en la que se incluye la reproductiva, es la vivencia de bienestar que alcanza el ser humano, en los diversos contextos de su vida personal, de pareja, familiar y social, atendiendo a la posibilidad de satisfacer, plena y responsablemente, sus necesidades y expectativas como hombre o mujer, derivadas de su proyecto de vida, sin afectar física o espiritualmente a aquellas con las que se relaciona" (González, 2000). Esta concepción posibilita incluir entre las personas de uno y otro sexo que disfrutaban de la salud sexual, a aquellas que aún al presentar determinadas afecciones o enfermedades, son capaces de aprender a vivir su condición de hombre o mujer y las relaciones con las de su sexo y el otro de manera satisfactoria y enriquecedora, por ejemplo los poseedores de alguna discapacidad, los portadores o que viven con VIH/SIDA y otras.

Una condición esencial para lograr la salud sexual es que los derechos humanos y, en especial, los sexuales y reproductivos de las personas de uno y otro sexo se reconozcan y se garantice su pleno ejercicio en todos sus contextos de actuación personal y social.

Según el documento Estado de Población Mundial de las Naciones Unidas (UNFPA, 1999), "La salud sexual y la salud reproductiva constituyen un derecho de hombre y mujeres", pero cuando estos no son respetados, provocan la muerte de millones de personas, amén de muchas más que quedan permanentemente dañadas o enfermas y entre estos, los grupos más afectados y vulnerables en el mundo entero, se cuentan las mujeres de todas las edades, las y los adolescentes y jóvenes, las personas discapacitadas y las de la tercera edad, entre otros.

La situación sobre los derechos sexuales y reproductivos es alarmante en el mundo entero, basta señalar, según fuentes citadas por este organismo internacional, que:

- Cada minuto una mujer muere en el mundo por causas relacionadas con el embarazo.
- Cada año hay 200 000 defunciones derivadas de la maternidad y resultantes de la falta de servicios anticonceptivos o el fracaso de estos.
- Entre 120 millones y 150 millones de mujeres que desean limitar o espaciar sus embarazos carecen de medios eficaces para hacerlo.

- Unos 350 millones de personas carecen de información acerca del tema.
- A causa de los abortos efectuados en malas condiciones mueren cada año 70 000 mujeres, mientras que 20 millones de interrupciones voluntarias del embarazo pudieran evitarse si se dispusiera libremente de medios anticonceptivos seguros y eficaces.
- Se calcula que anualmente un millón de personas pierden la vida como resultado de infecciones del aparato reproductor.
- Se estima que cada año hay 333 millones de nuevos casos de infecciones de transmisión sexual (ITS), y que las mujeres las padecen 5 veces más que los hombres.
- Unos 120 millones de mujeres han padecido una mutilación genital y, cada año, hay 2 millones de féminas que corren el riesgo de sumarse a esa cifra.
- La mayoría de las adolescentes embarazadas son primigestas (con experiencia de embarazo, sin llegar a término), es decir, ya han recurrido al aborto.

El embarazo en la adolescencia se ha convertido en un problema serio para la mayoría de los países del mundo, este hecho, que suele causar graves consecuencias biológicas, proctológicas y sociales en las muchachas y también puede afectar a su pareja y familia, ocurre con una alta frecuencia. La gravedad de esta problemática se ve reflejada en datos estadísticos brindados por distintos organismos internacionales, así por ejemplo la ONU, asegura que, si no se toman las medidas educativas requeridas, para el año 2020, el número de embarazos en la adolescencia, en países en vías de desarrollo aumentará en 75 millones de nuevos embarazos, por ejemplo, en África se triplicará el número de adolescentes, en América Latina aumentará en un 50 % de estos casos.

El momento ideal para concebir la llegada de un pequeño ser humano a la vida, es entre los 20 y 30 años de edad, siendo los 25 años, período de referencia para un embarazo en el que la edad no se constituya en un factor de riesgo materno infantil.

El embarazo en la adolescencia tiene diferentes causas, en este sentido, se han realizado múltiples estudios por la comunidad científica nacional e internacional que revelan los hechos asociados a esta realidad, a continuación se describen algunas de estas causantes:

### Insuficiente o inadecuada educación de la sexualidad en el contexto familiar, escolar y social

Predominan entre los adolescentes, de uno y otro sexo, un gran desconocimiento o inadecuada información y formación de valores sobre: la anticoncepción, los riesgos físicos y psicosociales de la gravidez, las características anatómicas del sistema reproductor del hombre y la mujer e inmadurez de este en las jóvenes para el embarazo, las infecciones de transmisión sexual, la maternidad precoz e inoportuna, y otros comportamientos que dañan la salud y calidad de

vida de estos grupos humanos. La inadecuada educación de la sexualidad y el predominio en esta de patrones formativos que distorsionan esta importante esfera de la vida de infantes, adolescentes y jóvenes de uno y otro sexo, suele condicionar alteraciones en la esfera afectiva, intelectual y conductual que se manifiesta en las formas de comunicación y de relación inter e intragenéricas de poder, subordinación y discriminación sexual entre hombres y mujeres.

Algunas investigaciones realizadas en el contexto nacional e internacional demuestran, por ejemplo, que la comunicación entre el padre, la madre y otros familiares y el muchacho o muchacha adolescente, con relación a la sexualidad, es por lo general deficiente, distorsionada, nociva para su vida personal y social. Un ejemplo de ello lo tenemos en el conocimiento limitado y el pobre desarrollo de los valores y las actitudes que impiden el devenir de comportamientos autónomos y responsables sobre la planificación familiar y los métodos anticonceptivos y, en particular, sobre la importancia de las relaciones sexuales protegidas o seguras que previenen los embarazos, la maternidad/paternidad temprana, los abortos, así como el contagio de las ITS y el VIH/SIDA, entre otros problemas que afectan la salud y calidad de vida de las y los adolescentes y jóvenes. Se ha observado, a través de los referidos estudios científicos, que las y los adolescentes no se suelen identificar con el tema de la planificación familiar y la contracepción, pues, en realidad un alto porcentaje no se plantean el concepto ni han adquirido las actitudes requeridas para poder "planear" de manera responsable su descendencia y, menos aún, el momento más adecuado y oportuno de tener hijos e hijas.

### La aparición temprana de la menstruación (menarquia)

El descenso progresivo en los últimos 50 años de la edad de la menarquía en las adolescentes y, del inicio precoz, no protegido, de las relaciones sexuales coitales, ha determinado que se conviertan en madres a edades tan tempranas como los 11 años. En Cuba se estima que la edad de la menarquía es entre los 12 y 13 años con una desviación estándar de 1,5 años. En cambio la madurez biológica y psicosocial requerida para lograrlo, tiende a desplazarse a edades mucho más avanzadas, por el largo proceso de preparación que necesita la adolescente para llegar a ser autovalente, plena y responsable en esta esfera.

En la actualidad, numerosos autores/ras correlacionan la disminución de la edad de la menarquía con la tendencia al incremento de la posibilidad del inicio precoz de las relaciones sexuales no protegidas y, por tanto, la aparición del embarazo no deseado e inoportuno.

### La iniciación precoz de relaciones coitales en las y los adolescentes

El temprano inicio del coito se está llevando a cabo sin un conocimiento científico y efectivo de la sexualidad en la vida personal, de pareja y familiar, lo que por lo general se comprueba en que las relaciones sexuales eróticas que originan el embarazo no fueron planeadas y mucho menos evitadas por la joven pareja, lo cual los expone a embarazos y a la maternidad/paternidad no desea-

da, entre otros problemas que les afectan a ambos y, en especial, a las chicas en su vida futura.

En los y las adolescentes suelen prevalecer algunos rasgos psicológicos que favorecen los embarazos tempranos, tales como:

- Perciben su medio familiar como carente de afecto y/o el apoyo que requieren.
- Buscan una identificación o reafirmación propia en el grupo de pares y/o la pareja.
- Buscan de modo idealizado quién las/los deseen y amen y a quien amar.
- Intentan afirmar, en el vínculo de pareja, su identidad sexual y su autoestima.
- Desean probar su “poder sexual”, en especial los varones.
- No ha sido ni están, bien preparados/as para el inicio de la vida sexual erótico-afectiva sin riesgos.
- Sienten interés hacia todo lo relativo a la sexualidad y, a la vez, les atrae lo prohibido o lo desconocido y se suelen oponer o rebelar contra lo establecido, de manera que la forma autoritaria, impuesta, de los adultos, sin valorar sus necesidades de independencia y autoafirmación propia de estas edades, generalmente, son contraproducentes.
- Desean y sienten la necesidad de ser y “sentirse adultos/as” pero aún no lo son, ni se les ha preparado para comenzar a serlo.
- Con frecuencia buscan los beneficios sociales, no siempre los más enriquecedores, de tener novio o novia.

El embarazo en esta etapa con frecuencia puede tener su origen en sentimientos de rechazo, abandono y soledad, asociados a:

### *1. Familias disfuncionales*

Es necesario señalar, que será mayor la probabilidad de que la o el adolescente inicie precozmente una vida sexual activa en algunas de las situaciones que se describen a continuación:

- Familias donde la autoridad moral es muy débil y pobremente definida, de padres y madres que confrontan conflictos de diversos órdenes, matrimonios múltiples, la figura materna o paterna ausente o afectivamente distante.
- Hogares uniparenterales (donde hay un solo miembro de la pareja) con mala funcionalidad o cuando uno o ambos progenitores se perciben de forma distante o como un modelo ajeno y negativo.
- Alto nivel de tensión, deterioro de los vínculos en la familia, que incluyen conflictos entre el marido y la mujer y con sus hijos e hijas.
- Cuando no existe una buena comunicación entre el padre y la madre y, entre estos y el o la adolescente, en aspectos relacionados con la educación de la sexualidad y la preparación para la vida de pareja, familiar y social de la muchacha y el muchacho.

## *2. Influencias del grupo de pares de su sexo y el otro*

La influencia de los compañeros y compañeras del grupo de coetáneos durante la adolescencia es significativa en muchos aspectos, suele ser más importante que la influencia familiar y en ocasiones esta no está preparada para manejar de forma efectiva la peculiaridad de esta etapa.

La necesidad, en muchos casos unida a la presión e incapacidad para insertarse y adaptarse adecuadamente a las expectativas del grupo, muchas veces coloca a el o la adolescente en situaciones de conflictos para las que no ha sido preparado/a y por tanto no está en condiciones de enfrentar.

La dinámica con frecuencia inadecuada, de las relaciones interpersonales disfuncionales o de poder y subordinación entre los adolescentes de uno y otro sexo, las de rivalidad con las del mismo sexo en estos grupos, puede generar actitudes, juicios y comportamientos inadecuados, discriminatorios, agresivos, e incluso violentos, provenientes de algunos de sus miembros (generalmente varones) hacia otros/as, lo que puede provocarles consecuencias negativas en su vida personal, familiar, de pareja y/o social futura.

## *3. Influencia de la relación de pareja sobre las y los adolescentes*

Los estereotipos de género sexistas, androcéntricos que estimulan las relaciones de poder del varón y la subordinación de la mujer que polarizan, contraponen las relaciones entre los sexos, en tanto "otorgan" y "legalizan" socialmente el poder decidor del hombre en la relación de pareja y en otras esferas de la vida de ambos.

Además, somos de la opinión que con relación al embarazo y la maternidad /paternidad en la adolescencia, pueden estar influenciadas por situaciones como:

- La prolongación de las etapas de estudiantes y el frecuente retraso de la inserción en la vida laboral y económicamente independiente.
- La prolongación del período de la adolescencia hasta los 20 años o más.
- Las edades del inicio de las relaciones de pareja se tienden a producir más temprano sin haber recibido una adecuada preparación para asumirlas de forma autodeterminada y responsable.
- La edad del matrimonio está retrasándose y las uniones consensuales aumentan.
- La urbanización y los estilos de vida más libres post revolución sexual de los adolescentes de ambos sexos, en especial para las muchachas, por una parte dan más oportunidades y posibilidades para el establecimiento de las relaciones sexuales, incluso las coitales, en tanto se suelen flexibilizar o transformar las falsas y nocivas ataduras sociales tradicionales, patriarcales, sexistas y, por otra, no se les ha preparado psicológica y socialmente para estos cambios a través de la educación familiar, escolar y social.

- La inadecuada confianza, acompañada del deficiente conocimiento y preparación para el uso de los métodos anticonceptivos (MAC) incluyendo el del condón y la utilización de métodos no seguros o peligrosos como el aborto u otro proceder quirúrgico.

Con respecto al embarazo de la adolescente, pueden manifestarse dos situaciones:

- Primero, que el embarazo llegue a término (parto), generalmente sin estar preparada en lo biológico, psicológico o social, para la maternidad.
- Segundo, que se opte por la interrupción del mismo a través de un aborto, al considerarse este un MAC y, sin tener en cuenta, los riesgos y consecuencias de esta intervención.

Si el embarazo llega a término en la adolescente, se pueden presentar consecuencias negativas de salud, socioeconómicas y psicológicas, no solo para la joven madre sino para el niño o niña, el padre adolescente y los familiares tanto de él como de ella.

El reto que el embarazo representa para el desarrollo personal, escolar, familiar y social de cualquier muchacha y, también, para el muchacho que participó en la gestación del nuevo ser, que se suma a los retos y contradicciones propias de estas edades, para las cuales, usualmente tampoco, ha sido preparado ni el chico, ni la chica que transitan por esta importante etapa de su vida. Por consiguiente, se impone que la familia, de conjunto con los educadores y educadoras, así como otros agentes socializadores de la comunidad, los preparen de manera científica y efectiva para comprender y enfrentar con éxito los peligros y consecuencias de problemáticas como: el embarazo, la maternidad y paternidad temprana, las relaciones sexuales precoces, las ITS/VIH/SIDA y otros, que pueden afectar el pleno desarrollo personal social en estas etapas y en las futuras de la vida.

Los *riesgos biológicos* que pueden presentarse con mayor frecuencia en la adolescente embarazada son:

- a) Las complicaciones obstétricas más frecuentes en el embarazo:
  - Atención médica tardía por no asistir a la consulta de ginecología.
  - Toxemia del embarazo (presión alta en la embarazada).
  - Anemia.
  - Parto prematuro, prolongado y/o riesgoso para la madre y/o el recién nacido.
  - Mayor número de distocias: cesáreas, fórceps y otros procedimientos riesgosos evitables.
  - Bajo peso al nacer.
  - Enfermedades o malformaciones congénitas.

- b) Desarrollo incompleto de los órganos reproductores y genitales de la madre adolescente, el cual se manifiesta en la estrechez del “Canal blando del parto” y otras limitaciones biológicas, que favorecen las complicaciones traumáticas del tracto vaginal, lesiones anatómicas (desgarros), así como mayor probabilidad de hemorragias, infecciones y afectaciones diversas.

De manera general estas complicaciones influyen en la elevación de la morbi-mortalidad materno-infantil.

Los *riesgos psicológicos* en las adolescentes y también, en muchos casos, en sus parejas se manifiestan generalmente como trastornos emocionales, conflictos, ambivalencia e inseguridad ante los retos y problemáticas que pueden enfrentar, las que se suelen que se expresan en síntomas de inquietud, tristeza, pesimismo y sentimiento de intranquilidad, irritabilidad, autoestima baja, sentimientos de inseguridad e, incluso agresividad y violencia hacia sus coetáneos y/o adultos en el contexto familiar, escolar, de la pareja y social. Algunos de los trastornos psicológicos sociales más frecuentes son:

- a) Negativa o rechazo del embarazo y el futuro hijo o hija. Las futuras madres que niegan su embarazo y pueden llegar al término de este habiendo rechazado su estado, e incluso a su futuro hijo/a y/o desatendido todos los cuidados pre y postnatales que merece y requiere el recién nacido. En ocasiones el embarazo y parto despierta fuertes sentimientos maternales, pero es frecuente que, al no tener la muchacha la madurez y las condiciones psicológicas, sociales e incluso materiales para criarlo, educarlo como se requiere, dé lugar a que ni ella, ni su pareja (si la tiene) y, muy especialmente su hijo o hija, tenga las posibilidades para lograr una vida plena y feliz. Es frecuente, en estas edades, que tanto la madre como el padre adolescente rechace el embarazo y su descendiente sea abandonado o, como suele suceder, dejado totalmente al cuidado y atención de sus abuelas y abuelos u otros familiares, sin asumir la maternidad y/o paternidad de forma responsable que su hijo o hija requiere.
- b) Enfermedades ansioso depresivas, de rechazo, agresividad y/o comportamientos de evasión de responsabilidades. Resulta frecuente que los adolescentes que transitan por estas situaciones asociadas a la maternidad/paternidad precoz, se quejen o se sientan en situaciones de conflictos e infelicidad que pueden provocar fuertes estados de ansiedad, desesperación, acompañados de depresiones o de agresividad. En estas circunstancias ellos y ellas suelen enfrentar preocupaciones y problemas innecesarios, que no son propios de estas edades y que no están en condiciones de asumirlas con éxito y, aunque no constituye un problema frecuente en el embarazo en la adolescencia, la depresión profunda puede llevar consigo cierta inclinación al suicidio.



Los *riesgos socioeconómicos* suelen estar asociados a:

- a) Desventajas económicas, sociales y educacionales. En general, cuando la familia del adolescente tiene una situación socioeconómica poco favorable o puede tener menos condiciones para apoyarlos y guiarlos.
- b) Inestabilidad, conflictos y desintegración de la pareja. La pareja formada por dos adolescentes comienza a vivenciar una nueva forma de expresión y disfrute de la sexualidad en la esfera erótico-afectivo que debe ser enriquecedora. Esto se logra cuando ambos están preparados para vivirla a plenitud y con responsabilidad, lo cual implica que la relación no salte peldaños ni corra riesgos innecesarios, por lo contrario, los vínculos establecidos tanto en la esfera erótica y afectiva como en todas las restantes que comparten, puede crecer de forma progresiva, lenta, según uno y otro van madurando en todos los sentidos, de modo que el nivel de compromiso, las actitudes y conductas desarrolladas respondan a las necesidades y prioridades individuales de cada uno, de la pareja y de su contexto, de manera que logren que cada paso que den juntos en el tiempo que compartan, sea fuente de satisfacción y desarrollo para ambos. La pareja desde que se establece, en estas etapas tempranas de la vida, debe basarse en un cierto grado de compromiso, de mayor o menor magnitud según la madurez y los vínculos que requieran y logren establecer por ambas partes, a fin de que esta se convierta en un espacio de placer y a la vez de crecimiento personal, social y, se eviten las situaciones que atentan contra la estabilidad emocional de la pareja y de cada uno de sus miembros al afrontar circunstancias que los hacen vulnerables a riesgos como son los embarazos y matrimonios precoces, el fracaso escolar, el contagio de ITS/VIH/SIDA y otras problemáticas que dañan su salud integral, su calidad de vida y compromete negativamente su desarrollo en las diversas esferas de su vida futura.

Tanto la muchacha como su pareja, cuando se enfrentan a un embarazo y a la posibilidad de asumir o no la maternidad y paternidad, si no se sienten preparados para afrontarla, de manera satisfactoria y responsable, pueden optar por la interrupción del embarazo; deben hacerlo con el apoyo de su familia y educadores/as asistiendo con ellos a los servicios de salud que les garantizarán que el aborto o la regulación menstrual se realice en condiciones médicas e higiénicas óptimas y, por tanto, conlleven el mínimo de riesgos de salud física y mental de la adolescente.

El aborto es la interrupción del embarazo antes de las 20 semanas de gestación; puede ser espontáneo, es decir, propiciado por una anomalía física u orgánica, o bien provocado, lo que supone retirar intencionalmente el contenido del útero gestante, método invasivo y con riesgos para la muchacha, por lo que se recomienda que, en aquellas circunstancias en que se sospecha se está gestando el embarazo, en sus etapas más tempranas (cuando se observa la ausencia de la menstruación), la muchacha y su pareja estén preparados para, buscar y recibir, la ayuda especializada, que le permita realizar la interrupción a

través de métodos de mucho menor riesgo como la regulación menstrual, o en condiciones mucho más previsoras, como debe suceder, en el caso de que sí se esté utilizando un MAC como el condón y este se rompe o incidentalmente no se ha tomado ese día la píldora, entre otras situaciones imprevistas, se busque y utilice una solución más simple y no nociva, como por ejemplo, la píldora de un día después.

El aborto se efectúa cuando ya se ha realizado la fecundación y ha transcurrido un tiempo extenso que impida utilizar las vías de solución menos riesgosas antes señaladas. Debe tenerse en cuenta, además, que el aborto no constituye un método anticonceptivo.

Cifras estadísticas citadas por organismos internacionales como el UNFPA, señalan que a nivel mundial, se provocan 44 000 000 de abortos por año. En Europa, América del Norte y algunos países de Asia, la mayoría se realizan legalmente y en condiciones adecuadas, en el resto de los países se practican 14 000 000 sin las condiciones de salud requeridas para disminuir sus riesgos y consecuencias. En Cuba esta situación es muy diferente en tanto el aborto es un derecho de toda mujer que no haya podido evitar el embarazo, por lo que se le ofrece gratuitamente y en las mejores condiciones hospitalarias e higiénicas de modo que corra el mínimo de riesgos. No obstante, las y los educadores, la familia y la sociedad en general tiene la responsabilidad de preparar a través de los procesos de educación de la sexualidad a las y los adolescentes y jóvenes, en especial empoderando a las muchachas y mujeres para tomar todo tipo de medidas que les permita usar y exigir a su pareja el uso de los MAC y así evitar el embarazo, el aborto y, a su vez, las ITS/VIH/SIDA y otras afecciones que dañan su salud.

Cuando el embarazo excede de las 11 o 12 semanas (3er. mes de gestación) se recomienda utilizar métodos mecánicos y químicos para desprender el producto de la concepción con ayuda de medicamentos que provoquen contracciones uterinas y así lograr la expulsión del mismo.

El aborto es una operación que implica distintos tipos de riesgos. Las complicaciones más frecuentes en la práctica de este proceder quirúrgico están dadas por heridas producidas durante la intervención al dilatar el cuello del útero, por donde se introducen los instrumentos para extraer el embrión.

La complicación más peligrosa es la perforación uterina, la que puede acompañarse o no de lesiones en el intestino y otras vísceras abdominales y, en muchos casos, pone en grave peligro la vida de la paciente haciéndose necesaria la extirpación del útero, e incapacitando a la mujer para tener descendencia.

Otras de las complicaciones inmediatas y graves del aborto provocado son los accidentes anestésicos que, en no pocas ocasiones, crean un serio peligro para salud, e incluso la vida de las pacientes (utilización de anestesia general).

También resulta de alta peligrosidad las complicaciones asociadas al aborto incompleto (con residuos del feto u otros elementos del embarazo), las cuales, aunque generalmente menos peligrosas para la vida de la mujer, suelen dejar graves secuelas que son frecuentes, esto se explica por la complejidad de la intervención quirúrgica que, es “a ciegas”. Si en la cavidad uterina quedan restos de tejido embrionario esto puede provocar dos complicaciones frecuentes, la hemorragia y la infección, e incluso, pueden estar presentes ambas al mismo tiempo. Las secuelas fundamentales de estas complicaciones (hemorragia y la infección) son: el embarazo ectópico, la infección pélvica crónica y la infertilidad, sin mencionar todas las afectaciones de carácter psicológica que suele sufrir la mujer y, en ocasiones, su pareja y familiares.

## Bibliografía

- ABREU SUÁREZ, GLADIS Y OTROS: *Para la vida: Un reto a la comunicación*, La Habana, 1996.
- ÁLVAREZ LAJONCHERE, CELESTINO: *El embarazo en la adolescencia*, La Habana, Editorial Científico-Técnica, 2001.
- ÁLVAREZ, MAYDA: *Capacitación y género y desarrollo humano*, La Habana, Editorial Científico-Técnica, 2004.
- \_\_\_\_\_: "La Revolución de las Cubanas: 50 años de conquistas y luchas", en *Temas*, No. 56, octubre- diciembre, 2008, pp. 67-77.
- ÁRES MUZIO, PATRICIA: *Abriendo a las puertas de la familias del 2000*, La Habana, Editora Política, 2000.
- BACH R., KURT: *La educación sexual como preparación de los niños y adolescentes para el amor, el matrimonio y la familia. Recomendaciones didáctico-metodológicas*, Dirección Nacional de Educación para la Salud, MINSAP, La Habana, s/f.
- BÁXTER PÉREZ, ESTHER: *La educación en valores. Papel de la escuela*, Compendio de Pedagogía, La Habana, Editorial Pueblo y Educación, 2002, pp. 193-198.
- BRULLET, CRISTINA Y MARINA SUBIRATS: *La coeducación*, Madrid, Publicaciones MEC, 1990.
- CARVAJAL RODRÍGUEZ, CIRELDA Y OTROS: *La escuela, la familia y la educación para la salud*, La Habana, Editorial Pueblo y Educación, 1995.
- CASTELLANOS SIMONS, BEATRIZ Y ALICIA GONZÁLEZ HERNÁNDEZ: *Sexualidad humana: Personalidad y educación*, La Habana, Editorial Pueblo y Educación, 1997.
- CASTILLO CUELLO, JOSÉ J.: *Discapacidad y sexualidad. Un acercamiento al diagnóstico y su atención*, La Habana, CENESEX, 2006.
- CASTRO ALEGRET, PEDRO L., *Las necesidades de educación sexual de los jóvenes estudiantes. Para docentes de la Educación Media*, La Habana, 2006.
- CASTRO ALEGRET, PEDRO L., ANA ROSA PADRÓN ECHEVERRÍA Y AURORA GARCÍA GUTIÉRREZ: *Familia, sexualidad y educación*, La Habana, Ministerio de Educación, 2003.
- CASTRO ESPÍN, MARIELA: *Crecer en adolescencia: programa*, La Habana, Editorial CENESEX, 1995.
- \_\_\_\_\_: "El programa Nacional de Educación Sexual en la Estrategia Cubana de desarrollo humano", en *Sexología y Sociedad*, No. 20, La Habana. 2002.

- \_\_\_\_\_ : *La transexualidad en Cuba*, La Habana, Editorial CENESEX, 2008.
- Código de la Niñez y la Juventud*, La Habana, Editora Política, 1987.
- Código de la Familia*, La Habana, Ministerio de Justicia, 1987.
- COLECTIVO DE AUTORES: *Género y educación*. Selección de Lecturas, La Habana, Editorial Pueblo y Educación, 2003.
- \_\_\_\_\_ : *Educación sexual con los jóvenes de Preuniversitario, Educación Técnica y Universidades Pedagógicas*, La Habana, Ministerio de Educación, 2006.
- \_\_\_\_\_ : *Género, educación y equidad. Hacia un mundo mejor*, España, Editorial Aurelia, 2010.
- \_\_\_\_\_ : *La construcción de la sexualidad y los géneros en tiempos de cambio*, España, Editorial Aurelia, 2010.
- Constitución de la República de Cuba*, Edición Oficial de Ministerio de Justicia, La Habana, Editora Política, 1992.
- Declaratoria de Ministros de Salud y Educación de América Latina y el Caribe para prevenir el VIH/SIDA*, México, 1 de agosto de 2008.
- FACIO MONTEJO, ALDA: "Cuando el género suena cambios trae", San José, ILANUD, 1992, citado en Anabel Naranjo Paz: *Género y desarrollo algunas reflexiones y un glosario práctico para facilitar el trabajo a nivel local*, Holguín, Universidad de Ciencias Pedagógicas José de la Luz y Caballero, 2002.
- FEDERACIÓN DE MUJERES CUBANAS: *Violencia. Hacerla visible*, La Habana, 2008.
- \_\_\_\_\_ : *Tus derechos*, La Habana, 2009.
- FUENTES, HOMERO: *Diseño Curricular y Evaluación basados en Competencias*, Colombia, Universidad de Cundinamarca, 2002.
- GAMBA, SUSANA: "¿Qué es la perspectiva de género y los estudios de género?", en *Diccionario de estudios de género y feminismos*, España, Editorial Biblios, 2008.
- GONZÁLEZ HERNÁNDEZ ALICIA: *Hacia una sexualidad responsable y feliz. Documento teórico-metodológico*, La Habana, Editorial Pueblo y Educación, 1997.
- \_\_\_\_\_ : "Adolescencia y sexualidad en la sociedad de hoy", *Revista Varona*, No. 34, 2002a.
- \_\_\_\_\_ : "Alternativas para educar la sexualidad ante los retos del siglo XXI"; *Memorias del Congreso Cubano de Educación, Orientación y Terapias Sexuales*, La Habana, 2002b.
- \_\_\_\_\_ : "Estrategias para la preparación permanente del profesorado en el desarrollo de procesos de educación de la sexualidad efectivo y sostenible", Bogotá, CD de la Consulta Global de Educación Sexual, diciembre de 2010.

- GONZÁLEZ HERNÁNDEZ, ALICIA Y BEATRIZ CASTELLANOS: *Sexualidad y Género. Alternativas para su educación ante los retos del siglo XXI*, La Habana, Editorial Científico- Técnica, 2003.
- GUIL, ANA: "El papel de los arquetipos en los actuales estereotipos sobre la mujer", en *Comunicar*, No. 12, 1999, pp. 95-100.
- KOLODNY, ROBERT C. Y OTROS: *Tratado de Medicina Sexual*, La Habana, Editorial Revolucionaria, 1985.
- LAMAS, MARTA (COMP.): *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*, México D.F., PUEG, 1996.
- LÓPEZ, ANTONIO, ALOIMA RABELO Y SARA MAS: *Ni con el pétalo de una rosa: violencia de género* La Habana, Editorial de la Mujer, s/f.
- \_\_\_\_\_: *El otro lado de una historia: Masculinidades*, La Habana, Editorial de la Mujer, s/f.
- LOVERING, A. Y G. SIERRA: *El currículo oculto de género*, 2005, en <<http://www.e-méxico.gob.mx>>.
- MARTÍN ROMERO, ROSARIO: "El sexismo en los contenidos de los libros de texto", en Anabel Naranjo Paz: *Género y desarrollo algunas reflexiones y un glosario práctico para facilitar el trabajo a nivel local*, Holguín, Universidad de Ciencias Pedagógicas José de la Luz y Caballero, 2002, p. 29, en soporte digital.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN: Metodología para el desarrollo del movimiento "Escuelas por la Salud". Documento para el trabajo de las direcciones provinciales y municipales de educación, La Habana, 1999.
- \_\_\_\_\_: *Carpeta: La educación para la salud y la educación sexual en el currículo escolar cubano*, La Habana, 1997.
- \_\_\_\_\_: RM 90/98. *Lineamientos para fortalecer la Formación de Valores, la Disciplina y la Responsabilidad Ciudadana desde la Escuela*, 1998.
- \_\_\_\_\_: RM 148/2010. *Objetivos Priorizados del Ministerio de Educación para el Curso Escolar 2010-2011*.
- \_\_\_\_\_: RM. No.139/2011, *que aprueba el Programa de Educación de la Sexualidad con Enfoque de Género y Derechos Sexuales en el currículo escolar del Sistema Nacional de Educación*.
- NARANJO PAZ, ANABEL: *Género y desarrollo algunas reflexiones y un glosario práctico para facilitar el trabajo a nivel local*, Holguín, Universidad de Ciencias Pedagógicas José de la Luz y Caballero, 2002, p. 29, en soporte digital.
- OCHOA SOTO, ROSAIDA Y OTROS: *Manual para Médicos de Familia sobre ITS/VIH/SIDA*, La Habana, Centro Nacional de Prevención de las ITS/VIH/SIDA, 2003.

- OPS/OMS: *Promoción de la Salud Sexual: Recomendaciones para la acción*, Antigua, Guatemala, 2000.
- Plan de Acción Nacional de la República de Cuba de Seguimiento a la Conferencia de Beijing*, en *Gaceta Oficial*, 7 de abril de 1997.
- Prevenir con educación. Declaración ministerial*. Primera Reunión de Ministros de Salud y Educación para Detener el VIH e ITS en Latinoamérica y El Caribe, México, 2008.
- ROCA ZAYAS, ALCIDES: "Una propuesta de componentes didácticos para la educación de la sexualidad por vía curricular en la secundaria básica pinera". Tesis presentada en opción al grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas, La Habana, 2004.
- RODNEY RODRÍGUEZ, YOANKA: "Algunas consideraciones sobre la violencia escolar", en *Género, educación y equidad hacia un mundo mejor*, Valencia, Ediciones Aurelia, 2010.
- RODRÍGUEZ OJEDA, MIRIAM: "Estrategia pedagógica para la educación con perspectiva de género". Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, La Habana, Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona", diciembre de 2006.
- RUIZ, ARIEL: *Teoría y práctica curricular*, La Habana, Instituto Central de Ciencias Pedagógicas (ICCP), 1997.
- RUIZ GAMIO, XIOMARA: *La sexualidad en los discapacitados*, La Habana, Editora Política, 1995.
- SCOTT, JOAN: *El género: una categoría útil para el análisis histórico*, Valencia, El Magnánimo, 1990.
- TABORGA, CAROLINA: *Herramientas para la incorporación de la perspectiva de género*, Bolivia, PMA, Grupo Design Bolivia, 2001.
- TANNEN, DEBORAH: *Tú no me entiendes*, México D.F., Javier Vergara Editor, 1991.
- TORRES CUETO, MARÍA ANTONIA: *Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación*, La Habana, Ministerio de Educación, 1999.
- TORRES CUETO, MARÍA ANTONIA Y CIRELDA CARVAJAL RODRÍGUEZ: "Fundamentos Pedagógicos de la Promoción de Salud y Educación para la Salud en el Ambiente Escolar", Curso 12, Pedagogía 2003, La Habana, 2003.
- TORRES CUETO, MARÍA ANTONIA Y ANA BERTHA LÓPEZ GÓMEZ: *¿Quieres saber sobre ITS/VIH/SIDA?: 100 preguntas y respuestas*, La Habana, Ministerio de Educación, 2003.
- UNESCO: *Recomendaciones de la UNESCO sobre la terminología y la redacción del material relativo al VIH y al SIDA*, marzo, 2008.

UNFPA: *Estado de la población mundial*, New York, EEUU, 1999.

VALLE MEDINA, BELKIS DEL: "Estrategia pedagógica para desarrollar la educación de la sexualidad del estudiantado que se forma como Profesor General Integral de Secundaria Básica en la Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona". Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, diciembre 2010.