

CAPÍTULO 17

SALUD Y RELACIONES AFECTIVAS Y SEXUALES ADOLESCENTES

“La joven que acaba de cruzar el umbral de la pubertad y se enfrenta a una nueva vida de los sentidos y de la psique es comparable a una mariposa que empieza a batir sus alas en un día de primavera”

Manuela Dunn Mascetti

ENRIQUETA BARRANCO CASTILLO

MARCO CONCEPTUAL

Hacerse adulto es, entre otras cosas, un proceso mediante el cual los individuos dicen sí o no a la sexualidad y al amor, de acuerdo con sus convicciones íntimas. Una de las finalidades de la educación en relaciones personales es ayudar a crear una ética personal. Los actos sexuales, en sus aspectos positivos, pueden entrañar amor, diversión, identidad o deseo de reproducirse, pero no tienen porqué ser todo a la vez.

Significado de la sexualidad

El impulso sexual se desarrolló durante el proceso evolutivo como medio de asegurar la reproducción. El deseo de reproducirse puede dar un significado especial a la sexualidad. Antes, las sociedades occidentales contemplaban la reproducción como el factor que sancionaba la actividad sexual, pero actualmente la sexualidad ha alcanzado su propio significado, independientemente del deseo de reproducirse. La aceptación del placer como un valor en sí mismo puede conllevar una actitud más positiva hacia la homosexualidad. La actividad sexual que excluye la reproducción y el placer derivado de los actos

Valor de los actos sexuales

sexuales tienen un valor en sí mismos, y reafirman la identidad y autoestima, tanto de los hombres como de las mujeres.

En el pasado, una imagen romántica del amor forjó un ideal para la actividad sexual. Por otra parte, mucha gente sostiene que la sexualidad, actualmente, se ha trivializado bajo el contexto del cuerpo y del género, y que los aspectos éticos y emocionales se han descuidado. Tradicionalmente, la educación sexual insistía en que los actos sexuales deberían basarse en un compromiso personal, y esto se utilizaba como una forma de proteger a las niñas de la explotación sexual, sin embargo esta idea conllevaba presentar la sexualidad masculina como más brutal e irresponsable que la femenina, imagen que también se asignó a la homosexualidad masculina y que para ambas no se corresponde con la realidad. Los actos sexuales entre dos personas enamoradas pueden ser una confirmación de un amor profundo.

IDENTIDAD Y EDUCACIÓN SEXUAL

Durante sus años escolares, los niños y las niñas se van haciendo conscientes de que el futuro está en sus manos. La joven y el joven son personas que actúan por sí mismos, con todas las opciones que ello conlleva.

A pesar de que con frecuencia los adultos piensan que los niños y los adolescentes actúan de forma desenfadada y carecen de normas, actualmente no parece que sea así.

Con la escolarización comienza la evolución de la sexualidad y de la vida afectiva. La mayoría de los estudios sobre el desarrollo –desde la infancia hasta la edad adulta– están de acuerdo en señalar que los niños y las niñas nacen con un impulso sexual, pero que desde una etapa muy precoz la sexualidad

Adquisición de la identidad sexual mediante el lenguaje

del niño y de la niña está condicionada por las exigencias y expectativas del entorno socio afectivo.

Como señala Davies (1994), la adopción de las formas tradicionales de femineidad o masculinidad no es un simple capricho de los niños, ni el resultado de la presión ejercida por los padres sino que deriva de la construcción de la identidad humana mediante el dualismo masculino-femenino. Para hacerse miembros reconocibles y aceptables de la sociedad en la que han nacido, los niños y las niñas deberán aprender a pensar y a actuar de acuerdo con las formas lingüísticas aceptadas y reconocidas.

Pero el lenguaje, aunque hace posible el ser social y personal, también limita los modos de ser disponibles a aquellos que tienen sentido dentro de los términos suministrados por él.

Cuando aprenden las prácticas discursivas de su sociedad, los niños y las niñas también aprenden que deben ser socialmente identificables como lo uno o lo otro, aun cuando, en la mayor parte de las situaciones sociales, la diferencia física observable sea mínima o incluso nula. El dualismo masculino-femenino es una idea dotada de una fuerza material, mediante la cual se asigna a los varones posiciones en las que pueden actuar como si tuvieran el poder en sus manos y a las mujeres posiciones de debilidad, de complementariedad y apoyo a aquel poder. Deshacer este dualismo implica una confrontación personal con la propia idea de la masculinidad y feminidad, además de reconocer que los hombres y las mujeres pueden adoptar igualmente las posiciones tradicionalmente definidas como “masculinas” o “femeninas” y que hay múltiples “masculinidades” y “feminidades”, las cuales en la mayoría de los casos guardan escasa o nula relación con los genitales de la persona que las adopta.

La actividad sexual, en su sentido más amplio,

Cuando los niños y las niñas aprenden las prácticas discursivas de su sociedad también aprenden a que deben ser socialmente identificables como lo uno o como lo otro

- Posición de los varones
- Posición de las mujeres

Masculinidades
Feminidades

Importancia de la identidad durante la adolescencia

puede ser una expresión de identidad, cosa que se acentúa durante la adolescencia. En las discusiones con adolescentes, chicos y chicas, las preguntas sobre la identidad y el autorrespeto, frecuentemente, tienen mayor importancia que aquellas otras relacionadas con los actos sexuales y el placer sexual. Evitarlas y pasar a hablar directamente de actos sexuales y de la necesidad de tomar medidas de autoprotección significa eludir un aspecto crucial de la vida adolescente, porque la información sobre la sexualidad y las relaciones sociales siempre deberá tener en cuenta la experiencia e identidad de los individuos. Un “sí” o un “no” a la actividad sexual y/o al amor se asientan sobre una convicción íntima, cuya formación es uno de los objetivos de la educación sexual. El “sí o no” son respuestas que dimanan de la ética personal y de la moral, y la ética es el resultado de las interacciones de los individuos con sus amigos, profesores, padres, hermanos y hermanas, y también con la cultura en general y los medios de comunicación social en especial.

Identidad sexual y
evolución personal:
Importancia del entorno

La confirmación de la identidad es un prerequisite para el crecimiento. Se diría que nuestro entorno está lleno de señales para confirmar o cuestionar lo que somos, aunque estas inicialmente vayan dirigidas a los adultos. Los jóvenes y las jóvenes homosexuales no pueden afirmar su identidad ni adquirir experiencias a través de la interacción con su entorno, para ambos éste será un período de búsqueda y de falta de autoestima, en un momento en el que se ejercen fuertes presiones para conseguir la uniformidad de intereses y conductas. Por esta razón, es importante hacer descripciones positivas de cómo las personas jóvenes se hacen conscientes de su identidad y autoestima, demostrando las similitudes entre el desarrollo heterosexual y el homosexual.

Importancia de la educación
sexual que no se centre en
problemas exclusivamente

EDUCACIÓN SEXUAL Y ACTITUDES

Los primeros defensores de la educación sexual presumieron que si se proporcionaban conocimientos, las personas jóvenes se autoprotegerían del embarazo y otras consecuencias derivadas de sus actos sexuales, pero ahora sabemos que la información puntual aporta una base, necesaria pero no suficiente y que muchas personas jóvenes teniendo la información necesaria mantienen infinidad de prácticas sexuales sin protección.

Los jóvenes y las jóvenes muchas veces se sienten incómodos si la educación sexual sólo se centra en problemas. No les gusta ser cuestionados y rechazan las lecturas y las advertencias que provienen de los adultos, porque perciben que bajo las mismas subyace una falta de confianza en sus capacidades y en sus posibilidades.

Las tareas de los padres y de las madres son cuidar y educar a sus hijos e hijas pero, de forma algo paradójica, el amor y la sexualidad son el “camino real de la liberación” para las jóvenes y los jóvenes. Poniendo sus expectativas de futuro fuera de la familia, se sienten más libres e independientes y se sitúan fuera del círculo familiar. La paradoja está en el hecho de que los padres deben respetar la liberación sexual que sus hijos e hijas han emprendido, sin renunciar a su papel, incluso sabiendo que ser padres no es siempre la tarea más agradecida y que en algún momento pueden sentirse rechazados. Esto también significa que los padres no interfieran, que acepten que los jóvenes tienen secretos inviolables y que la familia tiene sus límites para el intercambio de intimidades sexuales entre los padres, hijos e hijas y que estos crean un muro invisible para la discusión íntima; así, es frecuente que los adolescentes comenten sus problemas amorosos con una vecina u otros miembros de la familia y sin embargo no estén dispuestos a

Complejidades del papel de los adultos, de los padres y de las madres:

- Respeto
- Libertad
- Límites de la familia
- Limitaciones de los padres en la educación sexual

Papel de los amigos

escuchar las experiencias de su madre o de su padre cuando tenían su edad. En consecuencia, los padres tienen un papel limitado en la educación sexual y deberían no ser demasiado indiscretos. Crearán un estilo con su comportamiento y su forma de hablar de las relaciones interpersonales, pero las personas jóvenes necesitan otros interlocutores. El distanciamiento de la familia puede acentuarse si la chica o el chico son homosexuales, porque quienes están buscando su identidad durante la adolescencia lo hacen en secreto y a solas; en el entorno hay pocas expectativas para ellos, y en los medios de comunicación es frecuente que se difundan imágenes de la homosexualidad discriminatorias y alejadas de la vida cotidiana.

Errores conceptuales en educación sexual

Muchos jóvenes mencionan a sus amigos como una fuente importante de información para temas de sexualidad y relaciones personales –emociones, decepciones amorosas, aspectos técnicos de las primeras experiencias sexuales, etc.– pero esto es positivo y no debe subestimarse. En contraposición están los malentendidos que se asientan sobre ideas erróneas de las vivencias de los demás –los otros saben más, son más experimentados–, opiniones que se sustentan en la exageración de los experimentos sexuales de los unos y en la falta de autoestima de los otros. Estas ideas juegan un papel importante en las propias experiencias sexuales, en el miedo a la intimidad personal y a la pérdida de identidad. Aquí de nuevo puede intuirse la importancia de que un chico o una chica homosexuales, revelando sus sentimientos, sean capaces de obtener el reconocimiento y la aceptación de sus amigos y amigas.

Quienes trabajan orientando sobre anticonceptivos tienen, al igual que los profesores, sus metas y sus objetivos: impedir que las enfermedades de transmisión sexual se difundan entre los jóvenes y evitar los embarazos.

Naturalmente, esto también es importante para los educadores sexuales, pero si sus ideales conducen a una educación basada en la problematización, los jóvenes ni se identificarán en ella ni escucharán sus mensajes. Así, una joven puede decir: “¡No, yo nunca he recibido educación sexual!”. A pesar de que sabemos que ha estado en un centro joven y ha recibido información sobre anticonceptivos, lo cual significa que muchos jóvenes siguen percibiendo que hay un vacío entre sus intereses y las ideas de los adultos, tanto individuales como institucionales, porque en el mundo adulto cuenta la experiencia adquirida y el mundo adolescente está lleno de carencias, de búsqueda de identidad y ansia de amor, de sueños y expectativas.

Objetivos de la educación sexual

En este contexto, el objetivo de la educación afectiva y sexual sería generar un diálogo que enriqueciera y ampliara el universo adolescente.

LA EVOLUCIÓN DE LA SEXUALIDAD: DESDE LA INFANCIA A LA ADOLESCENCIA

VIVENCIAS Y EXPERIENCIAS

En las entrevistas con adultos jóvenes nos podemos hacer una idea de lo que están buscando y con sus experiencias se puede constituir una base para hacer educación sexual.

Las vivencias sexuales de los niños y de las niñas

La sexualidad y el amor acercan a las personas y también les enseña a distinguir entre lo privado y lo público, entre lo exterior y lo interior.

La vida sexual de los niños y de las niñas, interpretada como una forma de preparación para la vida adulta, puede ser intensa y activa. Sus sentimientos sexuales pueden dirigirse hacia alguien del mismo sexo o del sexo opuesto, y sus juegos sexuales con otro del mismo sexo entrañan

La importancia del establecimiento de vínculos durante y después de la pubertad

una comparación de similitudes, características y experiencias, y no son realmente homosexuales. Las exploraciones sexuales mutuas con alguien del mismo sexo implican una búsqueda de identidad y no indican nada sobre el futuro de la vida amorosa. Las personas mayores, que escuchan los juegos de los niños, pueden exagerar su importancia añadiendo significados adultos a los mismos, porque “estar juntos” no significa que tengan encuentros sexuales, sino que han decidido estar unidos intelectualmente durante algún tiempo y así, los adultos, con frecuencia interpretarán estas situaciones como más avanzadas de lo que en realidad son.

No debe violentarse el mundo simbólico de los niños y niñas

Durante y después de la pubertad, es común que tanto los niños como las niñas mantengan un fuerte vínculo con alguien del mismo sexo, lo que es señal de capacidad para implicarse emocionalmente, independientemente del sexo de la persona elegida.

EL SIGNIFICADO DE LA IMAGINACIÓN

La sexualidad como una prueba más en el camino hacia la vida de adulto

Bruno Bettelheim sostiene, al hablar de la madurez de los niños, que una educación sexual precoz, impartida como algo excesivamente clínico y demostrativo, puede hacer que éstos vean la sexualidad como algo desagradable, porque se violenta el mundo simbólico que ayudará a los jóvenes en su camino hacia la madurez. Aunque los niños y las niñas tengan curiosidad y quieran saber sobre la sexualidad adulta, sus sueños y fantasías tendrán un lado romántico. Así, este autor defiende que, en la preparación de los niños para que vivan sus experiencias amorosas adultas, los cuentos de hadas juegan un gran papel en el campo de las descripciones de la sexualidad y las relaciones personales y deberían no ser despreciados por los padres y educadores, a pesar de las críticas a las que en algunos momentos se vieron sometidos, porque él opina que ayudarán a los chicos a contemplar la

sexualidad como una de las muchas pruebas a superar para hacerse mayores, y a las chicas les harán ver que son capaces de buscar y conseguir amor y placer.

Diferentes significados de la sexualidad a lo largo de la vida

LAS SENSACIONES FÍSICAS

Kinsey fue uno de los primeros en descubrir que los niños y las niñas son capaces de experimentar sensaciones físicas de forma similar a la de los adultos, lo cual equivaldría a decir que somos seres sexuales durante toda la vida, aunque la sexualidad tenga diferentes significados en cada etapa.

En el período prepuberal no parece que haya una sublimación de los impulsos sexuales, como sostenía Freud, sino que, como sugieren las investigaciones posteriores, hay un interés creciente por la sexualidad y por el amor.

Vivencias homo y heterosexuales

VIVENCIAS SEXUALES

Los hombres y mujeres homosexuales, al recordar su infancia, refieren que, a menudo no encontraban palabras para expresar lo que sentían, ni un marco de referencia adecuado para unas experiencias diferentes a las de su entorno, aunque sus juegos y sus emociones ya se centraban en personas del mismo sexo.

Las fantasías secretas y las experiencias con alguien del mismo sexo pueden ser compartidas tanto por homo como por heterosexuales, pero para un homosexual formarán parte del desarrollo de su identidad y el heterosexual encontrará en ellas una afirmación de sí mismo y de su capacidad para el deseo, pero no le harán diferente de los demás.

No abordar los temas sexuales como si su finalidad última siempre fuera el coito, recomendación válida para toda la adolescencia

EXPERIENCIAS Y APRENDIZAJES

“Un poco significa mucho”. Ésta es una expresión común en el mundo adolescente. Miradas, caricias y besos tienen un valor en sí mismos y no son siempre un paso previo al coito –como sucede con frecuencia en el mundo adulto–. Por esto, no se deberían abordar los temas relativos al coito y a las relaciones personales como si su finalidad siempre fuera éste, advertencia que se debe aplicar durante toda la adolescencia.

Sentimientos relacionados con el cuerpo

En la búsqueda del amor, antes y durante la pubertad, el coito no es, a menudo, el principal punto de interés, sino que la misma indagación tiene ya un valor en sí, y el saber besar puede incluso ser una forma de comprobar la propia madurez. La simple pregunta: ¿Qué hay que hacer cuando besas? expresará el temor del joven a no saber lo que está bien o lo que está mal y a ella sólo la experiencia le responderá, si comportándose de una manera, consigue un resultado contrario al que esperaba y nadie previamente le había advertido de que esto podía suceder.

CUERPO E IDENTIDAD

El cuerpo y el género pueden ser la respuesta última a la pregunta ¿Quién soy yo? Cuando una niña comienza a menstruar no sólo experimenta cambios físicos sino también una nueva concepción de su cuerpo: podrá tener hijos y si lo desea será madre, contemplará su cuerpo de otra forma y se identificará con sus amigas y compañeras. Pero aunque estos acontecimientos son positivos y contribuyen a mejorar la autoestima femenina, algunas niñas tendrán ambivalencias hacia la menstruación, al no aceptar su feminidad, no estar preparadas para constatar su ruptura con la infancia o ver la menstruación como algo que las identifica con su madre.

Los “mensajes sobre la masturbación”

Aunque sea un hecho del que se hable menos, las mismas ambigüedades las experimentará un chico que

tiene su primera polución nocturna, porque esto puede indicar el inicio de la sexualidad adulta. Pero otros chicos experimentarán su primera eyaculación por masturbación y muchos tendrán pocas poluciones nocturnas, durante la adolescencia, porque comenzaron a masturbarse al inicio de la pubertad.

- Evitar su trivialización
- Importancia de la normalización del lenguaje

AUTOGRATIFICACIÓN

Esta es la palabra con la que antaño se denominaba a la masturbación, y la misma tenía una connotación negativa, a pesar de ser una expresión del deseo y del interés sexual. Actualmente, bastantes jóvenes no tendrán ningún conflicto con ella y, aunque piensen que la abandonarán cuando encuentren un compañero o crean que no es bueno practicarla a menudo, pocos opinarán que es peligrosa o perjudicial.

Importancia de la individualización

La masturbación en grupo, entre chicos antes y durante la pubertad, tiene un carácter exploratorio. Pero hay que tener en cuenta cuándo se habla de la masturbación a los jóvenes, que ellos pueden ver una paradoja cuando se da el mensaje “la masturbación no es peligrosa” e interpretarlo como que “si intentan asegurarlo de esta forma será porque en algún sentido es perjudicial”, demostrando con su actitud, una vez más, la desconfianza hacia las intenciones de los mayores.

Significados de la masturbación:

- Para los chicos
- Para las chicas

Muchas personas consideran que la masturbación es un asunto muy privado y muy difícil de abordar, ya que ésta aparece vinculada a cierto sentimiento de vergüenza, más en relación con las fantasías sexuales que con la masturbación en sí. Pero el que la masturbación sea algo privado y el que ya no esté rodeada de tanta angustia y culpabilidad como antaño, no significa que deba trivializarse, porque muchas chicas y chicos pueden estar preocupados por la eyaculación, sorprendidos por la intensidad del orgasmo, admirados por algo nuevo y que nunca antes habían experimentado, o angustiados por las

fantasías sexuales asociadas a la masturbación y que no se ajustan a lo que previamente habían pensado.

Con el lenguaje normalizado, la individualización y la minimización del tema, se podrá ofrecer el mensaje de que ni está bien ni está mal, de tal forma que si el chico o la chica están en conflicto con sus deseos y con sus reglas morales, podrán sacar la conclusión de que no hay porqué racionar una expresión del impulso sexual. Pero de la misma forma, quienes piensan que la masturbación les es ajena también percibirán que su actitud es totalmente aceptable, ya que algunos chicos y chicas nunca se habrán masturbado. Probablemente, el que las chicas se masturben menos que los chicos no es el resultado de los tabús que tradicionalmente se han vinculado con la sexualidad femenina, sino porque su desarrollo sexual es diferente y, frecuentemente, ellas ven el sexo como una forma de relación mientras que la sexualidad para los chicos es casi una función independiente. Algunas y algunos considerarán la autogratificación como una forma de manejar su deseo.

Aprender a establecer
contactos con los demás

Hablar de la masturbación sin problematizarla será un alivio para quienes sienten culpabilidad por tales actos.

TIEMPO PARA ENSAYAR

Dudas sobre el propio
cuerpo y sus capacidades

Una preocupación que siempre aparece en las discusiones es la de cómo contactar y acercarse a alguien a quien se ama de lejos y se desea conocer mejor. Pero aprender a reconocer los sentimientos y a establecer contactos con los demás es algo que se adquiere con la experiencia propia y con la de los que nos rodean. Es importante aliviar las angustias y dudas en torno a la búsqueda de amor, presentándolo como un camino individual, en cuyo recorrido hay derecho a detenerse,

arrepentirse y esperar otra oportunidad.

Al comienzo de la adolescencia, precisamente en el momento en el que se acentúan los cambios físicos, las jóvenes y los jóvenes centran sus insatisfacciones en el desarrollo del cuerpo, lo que les convierte en tímidos y evasivos. Más adelante les surgirá la pregunta “¿Cómo quiero vivir mi vida?” y solo encontrarán la respuesta actuando, poniendo a prueba sus capacidades, dudando de lo que está bien y de lo que está mal, temiendo hacer el ridículo y renovando sus temores acerca de si se adecuará su cuerpo a las exigencias del momento.

Demanda social para la actividad sexual de chicos y de chicas

Rebasado el ecuador de la adolescencia surgen interrogantes en torno a cómo comportarse con “el otro o la otra”, aumentando el interés por identificarse con las experiencias de los adultos.

En el caso de los chicos, la consolidación de la identidad parece guardar más relación con la acción, lo que explicaría el porqué los chicos después de “haber probado” interrumpen temporalmente sus progresos sexuales. El sexo, a veces, se convierte en una demanda social que presiona fuertemente tanto a los chicos como a las chicas. Ahora, las chicas también pueden sentir ansiedad por el desempeño, por “hacerlo de la forma correcta” y aunque los roles de género tradicionales todavía perduran unidos a la sexualidad y al amor, parece ser que los hombres y las mujeres, en sus relaciones íntimas, no siempre adoptan los papeles de actividad y pasividad que se les habían asignado en el pasado.

Necesidad de una educación individualizada y con perspectiva de género

El “debut” sexual precoz

En ocasiones, los chicos tienen necesidad de esperar y se asombran de que las chicas de su misma edad se relacionen con chicos mayores, hecho que podría deberse a que las chicas maduran más rápidamente desde el punto de vista biológico y psicoafectivo y, aunque hay poca investigación al respecto, lo que sí parece estar claro es que se necesita hacer una educación sexual individualizada y con perspectiva de

• Significado

género.

La autoprotección y la importancia de la autoestima

Cuando ya se consolida definitivamente la conciencia sexual y se inicia la búsqueda activa, el desarrollo dependerá de las circunstancias y de la personalidad de cada uno. El debut sexual precoz se asocia con frecuencia a “problemas psicosociales”, especialmente en el caso de las chicas, aunque no siempre es así, ya que el ejercicio de la sexualidad puede ser una forma de consuelo y de acercamiento. Y, en estas circunstancias, la opinión de los adultos tiene una influencia limitada, por lo que una actitud negativa hacia el debut sexual precoz probablemente no repercute sobre aquellas chicas que más apoyo necesitan, pero sí que quizás apoyo es lo único que se les puede ofrecer, hablando de la vida amorosa como algo basado en el respeto mutuo, aceptando incluso que, muchas veces, la experiencia se adquiere de una forma traumática.

LOS RIESGOS DEL AMOR

Intentando adquirir información y experiencias

Los chicos y las chicas que aceptan su sexualidad y tienen alta su autoestima están más predispuestos a adoptar medidas autoprotectoras frente a las infecciones, los embarazos no buscados y todas aquellas actividades que afectan la integridad personal. Pero la autoestima se desarrolla después de haber pasado por situaciones inciertas y ambivalentes y de haber comprobado los errores que se cometieron, de tal forma que los temas relacionados con la sexualidad y las relaciones personales nunca se abordarán a la ligera ni con críticas generalizadas, sino teniendo presente que diversificar vale más que generalizar. Los adolescentes y las adolescentes homosexuales, aunque tomen conciencia de su identidad amando a una persona del mismo sexo, sus descubrimientos son doblemente significativos ya que, además, conllevan a la configuración y aceptación de una identidad

nueva, cosa que no siempre es plenamente aceptada.

A veces, los chicos adolescentes evitarán el contacto con las chicas durante algún tiempo –quizás tras haber intentado el coito o de haber tenido una breve relación–, probablemente porque piensan que ya han progresado bastante y que el coito no ha sido algo más que un ensayo; sin embargo, muchos chicos pedirán información sobre los aspectos técnicos del propio acto sexual y sobre lo que “excita a la otra persona”.

En cada etapa, los sentimientos relativos a las experiencias sexuales juegan un papel preponderante, como podemos comprobar en las descripciones de los chicos cuando ya han hecho su debut sexual: muchos dicen que estuvieron muy apasionados o que estaban muy enamorados; algunos habían usado el condón por primera vez; unos describen “la primera vez” como algo positivo y otros se preguntan “¿Esto es todo?” Los nervios, y la acción en sí misma, frenaron los acontecimientos. Quieren ser buenos amantes y desean saber lo que tienen que hacer para que la experiencia sea positiva para las chicas pero ellas, en determinadas ocasiones, serán las que iniciarán a los chicos.

Los chicos pueden sentirse incómodos cuando usan el condón, más si ha sido la chica la que lo ha sugerido, porque creerán que ellos no dominan la situación. La preparación mental de los jóvenes y las jóvenes para el debut sexual conlleva, inicialmente, al interés por los aspectos más generales de la sexualidad y luego por el coito en sí mismo; algunos de los problemas técnicos relacionados con el primer coito y con el uso de anticonceptivos guardan relación con esto, de tal manera que una buena mentalización dará la sensación de más seguridad a la hora de planificar el primer coito.

Importancia de la preparación mental para el inicio de las experiencias sexuales y del uso de medidas preventivas

Cada persona tiene sus vivencias en relación a las primeras experiencias sexuales

AMOR Y COITO

Dificultades en los primeros intentos de acercamiento sexual

Para algunas personas, el primer coito es algo muy práctico, nada reseñable. Ciertas chicas no comprenderán por qué muchas se ponen nerviosas con el tema de la virginidad, mientras que otras no desearían “perderla” con cualquiera. Pero para muchos, el debut sexual tiene un significado simbólico, es como algo sagrado que refleja la conciencia de unidad del hombre y de la mujer y el coito se experimenta como una fusión espiritual.

Para ayudar a explicar estos aspectos educativos, pueden ser de ayuda los relatos míticos clásicos y, como ya señaló Bettelheim, algunos cuentos.

LA BÚSQUEDA DEL AMOR

Cada persona escribe su historia. Si muchos adultos recordaran su adolescencia descubrirían cómo sus experiencias, tanto positivas como negativas, fueron las que condicionaron su actitud hacia la sexualidad. Pero no cabe duda de que quienes se dedican a la educación deberán ser conscientes de sus condicionamientos, en parte porque necesitan manifestarse coherente y respetuosamente con la diversidad y, también, porque así manejarán mejor las situaciones que se presentarán en sus conversaciones con los chicos y con las chicas.

“El deber del orgasmo”

El enamoramiento puede llevar a descubrir el sexo y a ser conscientes de los deseos sexuales propios y ajenos.

Si intentan el coito por primera vez y éste no es posible, las chicas y los chicos tendrán que reconocer si fue la tensión y el nerviosismo lo que lo impidió. A veces, la chica puede sentir muy seca su vulva y su vagina y quizá le duela el intento de penetración, y entonces será el chico el que preguntará por qué le dolía a su novia,

ignorando, probablemente, que antes debía estar excitada, ya que así su vulva y su vagina se humedecerían, aunque quizás sólo fueron conscientes de lo que buscaban después de haberlo intentado.

Muchos y muchas jóvenes que ya practican el coito, quizá lo hacen para divertirse y experimentar cosas nuevas pero, para ambos, el objetivo puede ser el orgasmo. Así, en el caso de las chicas, lo que en principio era un juego se convertirá en algo gravoso y en una demanda difícil de cumplir, porque necesitarán tomarse algún tiempo antes de atreverse a manifestar sus deseos. No obstante, las experiencias sexuales serán una forma de descubrir aspectos nuevos de la personalidad, de aprender a manifestar los propios deseos y de aprender a experimentar el placer, especialmente para las chicas, con las que hablar de estos temas es un enriquecedor intercambio de ideas.

La exigencia de obtener siempre placer con el coito y la de dejarse llevar por las situaciones puede ser opresiva para las jóvenes y los jóvenes. Cuando se habla con ellas y con ellos, o se recomiendan lecturas sobre el tema, habrá que tener en cuenta que “no hay una experiencia sexual única” y que es necesario que se admitan todas y no se propongan metas utópicas, porque aquellos que no las consigan se sentirán inferiores.

Un determinante para la consecución del placer sexual parece ser la aceptación plena de la propia identidad sexual. La actitud hacia la sexualidad y la capacidad para decir “sí” o “no” a los actos sexuales están relacionadas así, una actitud positiva guarda relación con la capacidad para autoprogerse frente a las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos no planeados.

La autoestima masculina juega un papel fundamental en un terreno donde la capacidad de ejecución es prioritaria. Los chicos describirán sus

“La exigencia del orgasmo”

Diferentes papeles de la autoestima de hombres y mujeres

- Los chicos jóvenes y el “tabú” del amor

- La autoestima de las mujeres

- Las dificultades para dialogar sobre las experiencias

Tendencias básicas en los programas de educación sexual

búsquedas de placer de forma directa y orientada hacia su compañera, basados en lo que quiere o no quiere, lo que les está permitido y lo que les está prohibido, en constantes transgresiones y redescubrimientos. Por el contrario, la autoestima de las mujeres guarda más relación con su poder de atracción, así como también con la satisfacción consigo mismas y con sus capacidades.

Para las discusiones con los chicos, la autoestima tiene su relevancia, porque en su mundo a veces el amor es un tema tabú, se ve como una cosa femenina de la que conviene mantenerse alejado, sin implicarse, argumentando que ellos tienen otros intereses. Pero esta actitud también puede encubrir interrogantes sobre el comportamiento con las chicas, sobre lo que tienen que hacer para ser buenos amantes y fantasías sobre lo que les gustaría hacer pero no se atreven. ¿Cómo debería tocarla? ¿Lo estoy haciendo bien? En este contexto podríamos decir que, tanto los chicos como las chicas, frecuentemente, juegan a mantenerse en silencio, pero por separado, exagerando las actitudes o los errores y obstaculizando el diálogo abierto sobre el amor y la sexualidad.

EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN SEXUAL DESDE EL PUNTO DE VISTA DE LA SALUD REPRODUCTIVA

Evidentemente ni todos los programas educativos tienen los mismos objetivos ni obtendrán los mismos resultados. Si revisamos la bibliografía podremos observar que hay tres tendencias fundamentales en cuanto a la elaboración de contenidos y a la definición de metas. La primera se centraría en el reconocimiento pleno de la sexualidad adolescente, lo que conllevaría a conseguir que los

chicos y las chicas se preparen para vivirla plenamente; la segunda se basaría más en la prevención de los riesgos de la actividad sexual adolescente; la tercera pretende educar también en la conciencia de la fertilidad y no sólo en anticoncepción.

Un ejemplo de la primera tendencia se puede encontrar en la educación sexual impartida en los países del norte de Europa, cuya tradición y resultados se reconocen en casi todos los ámbitos, ya que tienen tanto la tasa más baja de embarazos adolescentes como de otros problemas asociados con la actividad sexual.

Programas “eficaces”

Los programas educativos que se proponen conseguir resultados concretos han sido sometidos a evaluación por Kirby y colaboradores (1994), con la finalidad de identificar las características distintivas de aquellos que demostraron ser eficaces para reducir o prevenir las conductas sexuales de riesgo. Estos autores, basándose en los trabajos publicados, revisaron los resultados obtenidos en cuanto a inicio de las actividades sexuales, utilización de anticonceptivos, abstinencia, primer coito, prevención de ETS-SIDA y frecuencia de la actividad sexual.

Programas “ineficaces”

CARACTERÍSTICAS DE LOS PROGRAMAS EFICACES

Estaban centrados en reducir las conductas de riesgo mediante el uso de las teorías modernas sobre el aprendizaje; sólo proporcionaban una información básica de los riesgos del coito no protegido y las medidas para evitarlo; incluían actividades que ponían de manifiesto la influencia de los medios de comunicación sobre las conductas sexuales; fortalecían valores que se opusieran a las conductas grupales de sexo no protegido; aportaban modelos y habilidades para la negociación.

CARACTERÍSTICAS DE LOS PROGRAMAS INEFICACES

El modelo educativo basado en la conciencia de la fertilidad

Eran de contenido más amplio y dotaban a los alumnos de las habilidades necesarias para que pudieran tomar sus propias decisiones.

A pesar de todo, los autores concluyeron que la evidencia recogida era insuficiente para determinar si alguno de estos programas disminuían realmente las tasas de embarazo y parto y de ETS-SIDA, y que, aunque los resultados de algunos estudios sugerían que se podía actuar eficazmente en cuanto al retraso en la edad del primer coito, la reducción del número de compañeros sexuales, la frecuencia de coito o sobre el uso de métodos anticonceptivos, la validez de sus análisis se veía limitada por los escasos estudios diseñados con una metodología adecuada para la revisión, así como también por la inconsistencia de los resultados aportados.

OTROS MODELOS EDUCATIVOS

Importancia para evitar “correr” riesgos y mejorar el cumplimiento anticonceptivo

Un tercer modelo educativo, poco explotado hasta el momento, se basa en la enseñanza de la conciencia de la fertilidad, término general utilizado para describir una variedad de técnicas, que las mujeres pueden emplear, para identificar el momento de la ovulación y para determinar las fases fértiles e infértiles del ciclo menstrual. A pesar de que la instrucción de los adolescentes en la conciencia de la fertilidad es un terreno inexplorado, no por ello deja de tener relevancia dentro de los diseños curriculares en educación sexual y en la mejora del cumplimiento anticonceptivo entre las jóvenes y los jóvenes. La información obtenida a través de la conciencia de la fertilidad puede ser utilizada por las mujeres como método anticonceptivo mediante la abstinencia de coitos o la utilización de métodos de barrera en fase fértil.

Con algunas excepciones, los profesionales sanitarios y los educadores siguen bastante desinformados en el tema de la conciencia de la fertilidad y quienes puedan estar familiarizados con ella, la limitan al terreno anticonceptivo y omiten su aplicación como instrumento para la educación en salud reproductiva.

Las investigaciones han puesto de manifiesto que las adolescentes tienen una ignorancia extrema sobre el ciclo menstrual y el proceso de la fertilidad humana. La mayoría de las jóvenes saben que hay fases fértiles e infértiles en el ciclo menstrual y que la mujer no puede concebir todos los días de su ciclo, pero no conocen el momento de la ovulación ni pueden identificar cuándo el embarazo es más probable. Ni siquiera aquellas jóvenes que saben que la ovulación ocurre aproximadamente a mitad del ciclo, son capaces de utilizar esta información para estimar el momento más fértil de sus ciclos. Esta falta de conocimiento se traduce en una conducta anticonceptiva de riesgo por parte de las chicas adolescentes, basadas en creencias equivocadas sobre su propia fertilidad.

Además, el cumplimiento anticonceptivo podría reforzarse si las jóvenes fueran capaces de identificar correctamente la fase fértil del ciclo menstrual, pero esta idea no se basa en el modelo médico del ciclo menstrual y en el análisis retrospectivo del momento de la ovulación, y puede ser erróneo enseñar a las jóvenes que la ovulación sucede a mitad del ciclo.

Los hallazgos de las investigaciones sobre la actividad sexual de los adolescentes y las adolescentes, el conocimiento de la fertilidad humana y las conductas de riesgo en anticoncepción apoyan el hecho de que la educación sexual debe incluir, además, información correcta sobre los signos de fertilidad y el modo de reconocerlos, lo cual les ayudará a comprender porqué un embarazo no siempre es el

Las investigaciones apoyan el hecho de que la educación sexual debe incluir también información correcta sobre los signos y síntomas de fertilidad

resultado de un coito, tanto protegido como no protegido.

Aumento de la actividad sexual durante la adolescencia

La instrucción en la conciencia de la fertilidad, basada en la fisiología reproductiva masculina y femenina, es apropiada desde el punto de vista evolutivo para las adolescentes, porque la información sobre los cambios en el moco cervical es algo concreto, que las personas jóvenes pueden comprender, y no algo abstracto que no pueden objetivar. La conciencia de la fertilidad capacita a las adolescentes para evaluar el riesgo relativo de embarazo en diferentes momentos del ciclo menstrual, y les explica porqué un coito no protegido o el coito interrumpido no siempre terminan en un embarazo.

Aumento de la tasa de embarazos y abortos durante la adolescencia

Los hallazgos preliminares de las consecuencias que tiene el haber obtenido información e instrucción sobre la conciencia de la fertilidad son prometedores. Actualmente, quienes trabajan con adolescentes necesitan estar bien informados e informadas sobre la conciencia de la fertilidad y sobre su impacto sobre la actividad sexual adolescente y el uso de métodos anticonceptivos.

CONTEXTO Y CONSECUENCIAS DE LA ACTIVIDAD SEXUAL ADOLESCENTE

EVOLUCIÓN DE LA FECUNDIDAD ADOLESCENTE

En los últimos veinte años, en España, se ha observado un aumento en la incidencia de la actividad sexual en la adolescencia o, más concretamente, en las relaciones sexuales con otra persona. Las encuestas sobre conducta sexual muestran que la edad en la que los jóvenes comienzan a tener relaciones ha ido descendiendo

desde 1964, y las últimas investigaciones indican que el espectacular descenso en la edad de la primera relación puede, de hecho, haber tenido lugar en los años cincuenta, en vez de haber acontecido en respuesta a la píldora, como se había supuesto previamente.

Delgado y cols. (1998) señalan que la edad a la que se inicia la actividad sexual se ha reducido, si se comparan los jóvenes de hoy con los de las generaciones precedentes. Pero que aunque las técnicas anticonceptivas han alcanzado un alto grado de perfeccionamiento –cosa que sin duda influye en el descenso de las tasas de fecundidad y de embarazo– todavía se producen muchos embarazos no deseados que terminan incrementando el recurso al aborto, deducción que por otra parte es fácil de obtener si se comparan las tasas de fecundidad adolescente y joven (que han descendido considerablemente) con las tasas reales de embarazo. La autora advierte que no es razonable que cuando la tecnología de la anticoncepción ha llegado a “tan altas cotas de eficacia”, se produzca un número tan elevado –y en aumento– de embarazos no deseados, y que esto puede ser un indicador de que no se está proporcionando la información necesaria, que ésta es inadecuada o que no se da a los jóvenes la información necesaria sobre la reproducción –fertilidad– el embarazo y los métodos anticonceptivos y no se les ha concienciado de los riesgos de la actividad sexual, por infrecuente o esporádica que ésta sea.

Son datos para la reflexión el que en 1994, en toda España, cerca de un tercio de los embarazos entre las adolescentes desembocara en un aborto, y el que en algunas de las comunidades más embarazos tengan como fin un aborto que un nacimiento entre las menores de veinte años –con altas proporciones asimismo entre las mujeres de 20-24 años–. La brecha entre el descenso de la fecundidad y el descenso de los embarazos debería

Los mensajes de “sexo seguro” y las mujeres

Tabla 1. Recurso a los anticonceptivos para evitar los embarazos y el SIDA, según género y estado

Uso de anticonceptivos	Entre los que conviven con su pareja	Entre los que no conviven con su pareja
Hombres 83%	99%	80%
Mujeres 93%	97%	91%
Para evitar el SIDA		
Hombres 10%	1%	12%
Mujeres 3%	0%	4%

Fuente: Informe Juventud en España.

Tabla 2. Recurso a los anticonceptivos para prevenir los embarazos y protegerse del SIDA, según las edades, en el conjunto de jóvenes con experiencia sexual

Edades	Para prevenir embarazos	Para protegerse del SIDA
En todo el Grupo	88%	7%
Entre 15-17 años	78%	11%
Entre 18-20 años	84%	10%
Entre 21-24 años	87%	6%
Entre 25-29 años	90%	6%

Fuente: Informe Juventud en España.

Significados simbólicos del preservativo

hacer que la sociedad española se cuestionara si sus adolescentes están preparadas para afrontar los riesgos de una determinada actividad sexual.

LA SEXUALIDAD FEMENINA Y LOS MENSAJES DE “SEXO SEGURO”

Los mensajes “racionales” de sexo seguro (“sabes los riesgos, la opción es tuya”) no darán resultado si se dan en contextos en los que la idea de feminidad se asocia con la pérdida de control en presencia del amado.

Las mujeres jóvenes heterosexuales pueden tener que enfrentarse con graves contradicciones

en sus encuentros sexuales, si tienen que hacerse responsables de su seguridad sexual y también de la anticoncepción.

Los datos, obtenidos por el Instituto de la Juventud (1996) y por otros estudios, sobre el uso del preservativo como anticonceptivo y profiláctico entre los jóvenes y las jóvenes en España (tablas n^{os} 1 y 2), demuestran que los preservativos no son objetos neutrales, sino que llevan aparejados muchos significados simbólicos, asociados con determinados tipos de sexualidad, especialmente con encuentros sexuales esporádicos, tanto si son de una noche como experiencias prematuras o encuentros fuera de una relación estable.

Significado de las “relaciones” estables

Repercusión sobre la adopción de medidas autoprotectoras

Se supone que las negociaciones sobre el sexo son más sencillas en el contexto de una relación establecida, pero no necesariamente será así. “Salir juntos” implica un grado de confianza que no se da en las relaciones sexuales menos persistentes. La confianza se convierte en un factor significativo a la hora de decidir la utilización del preservativo, a pesar de que actualmente los jóvenes y las jóvenes lo que mantienen es la denominada “monogamia en serie”. A veces se usa el preservativo en las primeras etapas de una relación sexual, para después cambiar a la píldora como medio de evitar el embarazo, olvidándose entonces las funciones profilácticas del primero. Esta transición de los preservativos a la píldora, en una nueva relación con un compañero fijo, está cargada de significado simbólico, y puede emplearse para dar a entender la seriedad de la misma, como una forma de demostrar al compañero que él es alguien especial.

Las relaciones de poder basadas en el género y las relaciones sexuales

Si los preservativos significan sexo “esporádico”, “clandestino” o sin experiencia, la píldora está asociada con un status de más madurez y con una sexualidad más experimentada. Esto hace que la perspectiva de la utilización del preservativo a largo plazo sea muy

“Estrategias femeninas para practicar sexo seguro”

problemática. La cuestión está en lo que significan ciertos tipos de relaciones estables. La mayoría de las chicas jóvenes no reconocen que mantienen relaciones esporádicas si el modelo culturalmente aprobado es el de mantener una relación estable y preferentemente monógama y tienden a creer que la relación va a durar, así las relaciones serán “estables” mientras que no se demuestre lo contrario.

Otro aspecto a considerar es el de poder en las relaciones sexuales, que puede manifestarse de forma menos explícita que la simple ausencia de violencia, de tal forma muchas de las objeciones de las mujeres al uso del preservativo se centran en el temor a la desaprobación por parte de sus compañeros, sobre todo en lo relativo a la confianza y a las ideas sobre el placer sexual masculino y el temor a obstaculizarlo. En nuestra cultura, las mujeres, inseguras de su propio potencial y medios sexuales, experimentan con bastante intensidad los efectos de los privilegios del placer masculino. Pedir o insistir en la utilización del preservativo, en este contexto, puede ser una exigencia potencialmente subversiva. La espontaneidad de la pasión puede socavarse por el reconocimiento del riesgo y la responsabilidad; la seguridad sexual y la satisfacción se contraponen, cuando la última se define en términos de plenitud masculina. Muchas jóvenes heterosexuales pueden experimentar poco placer con prácticas sexuales penetrativas, aunque sí logren un gran placer en las prácticas sin penetración y, aunque no carezcan de capacidad para elegir y actuar, raramente tienen clara toda la gama de opciones por las severas restricciones sociales en que se desenvuelven.

La importancia de las prácticas sexuales no penetrativas

En este contexto, algunas mujeres jóvenes consiguen desarrollar estrategias para “practicar el sexo seguro”:

- Eludiendo el tema de la confianza y el significado “profiláctico” asociado al preservativo, toman la píldora sin que lo sepa el

compañero y le piden que lo use para evitar el embarazo. Aparte de la preparación mental que esta estrategia conlleva, si la relación llega a durar podrá plantear problemas.

- Otras serán capaces de afirmar sus necesidades sexuales, la responsabilidad y el interés compartido por la anticoncepción y la seguridad, estableciendo relaciones con hombres más jóvenes que ellas, menos experimentados y más inmaduros.
- Algunas se considerarán “a salvo” cuando mantienen relaciones monógamas y están seguras de que es así: negociaron hacerse una prueba del SIDA, otras conocerán el historial sexual de su compañero.
- Un reducido número de mujeres, después de reflexionar sobre sus experiencias sexuales y de descubrir que desean mantener su propia iniciativa y acceso al placer sexual, considerarán que el sexo seguro es algo más que el mero uso del preservativo y que las “posibilidades del sexo sin penetración” les permitirán explorar y dar preferencia a sus propias necesidades sexuales, en contraposición a la definición tradicional del sexo, estructurada sobre las expectativas y deseos de los hombres. El repertorio de sexo seguro, de estas jóvenes heterosexuales, es más amplio que el de las que simplemente lo entienden como algo ligado al uso del profiláctico pudiendo, además, educar a sus compañeros en la validez y mérito de una serie de prácticas no penetrativas, y si la penetración forma parte de su actividad sexual, tendrán menos problemas para negociar el uso del profiláctico. Esta estrategia se basa fundamentalmente en la negociación de un nuevo modelo de sexualidad, dando prioridad al placer de la mujer y este nuevo modelo todavía no se ha tomado en serio en por los programas de educación sexual y planificación familiar.

La importancia del erotismo compartido

Promoción de “otras” formas de sexualidad

La prevención del VIH/SIDA y de otras ETS se beneficiaría mucho si se promoviera un modelo de sexualidad no centrada en los genitales ni en el coito, sino en forma de erotismo compartido que abarca todo el cuerpo, el femenino y el masculino, como expresión de un deseo mutuo hacia todo lo que el otro es. El SIDA está cuestionando las formas de la sexualidad y hoy en día no se puede hablar del mismo sin hablar de la sexualidad, del amor, de los papeles del hombre y de sus vínculos. “El amor en los tiempos del SIDA” tiene que ser diferente de como lo ha sido hasta ahora, y no cabe espera para desvelar las trampas de las relaciones entre los sexos.

CONCLUSIÓN

A pesar de que hay diferentes programas de educación sexual, éstos con frecuencia no obtienen los resultados esperados, unos por ser demasiado concretos e ir dirigidos hacia metas muy específicas, lo que cuestionaría sus repercusiones en otros ámbitos de la vida adolescente y algunos porque no satisfacen objetivos predeterminados. Así, nosotros podríamos decir que la conciencia de la fertilidad científica, basada en la fisiología reproductiva masculina y femenina, es apropiada para los adolescentes porque proporciona a las personas jóvenes una forma concreta de comprender los conceptos abstractos sobre el ciclo menstrual. También incide en un aspecto en el que con frecuencia fallan los programas de otra índole, al insertar el momento de la ovulación dentro del contexto del ciclo y capacitar a las adolescentes para evaluar el riesgo relativo de embarazo en diferentes momentos de su ciclo menstrual y aclarándoles el porqué de que un coito no protegido o el coito interrumpido no siempre tengan como resultado un embarazo. Los hallazgos preliminares del conocimiento alcanzado mediante la instrucción en la conciencia de la

fertilidad son prometedores. Para documentar si la instrucción en la conciencia de la fertilidad aumenta el cumplimiento anticonceptivo en adolescentes, deberán emprenderse intervenciones a gran escala, utilizando profesores entrenados, grupos experimentales y grupos control. Actualmente, el público en general, así como los proveedores de cuidados de salud en particular, educadores y profesionales de los servicios sociales que trabajan con adolescentes, necesitan estar mejor informados de la enseñanza de la conciencia de la fertilidad y de su potencial impacto sobre la actividad sexual adolescente y el uso de métodos anticonceptivos.

La promoción de modelos de sexualidad no basados en la penetración vaginal dotaría a las mujeres de un mayor control en las relaciones sexuales y sería una forma de evitar algunos de los problemas ligados a la concepción de la sexualidad en términos del placer masculino.

Pero, en general, el comportamiento sexual es un ámbito donde se manifiesta con especial claridad el carácter problemático y transicional de la adolescencia, fundamentalmente debido a la presión que la sociedad ejerce por controlar y regular las manifestaciones sexuales durante este período. Esta presión se ejerce principalmente a través de padres y educadores, aunque también el grupo de iguales tiene una influencia muy relevante, ya que los adolescentes tienden a adoptar, en el área sexual al igual que en otros aspectos, las normas y conductas que creen características de su grupo de referencia. Por lo tanto, serán frecuentes los conflictos que planteen al joven las discrepancias entre sus deseos y el punto de vista que representan sus padres y adultos en general. El cambio de valores y actitudes de la sociedad actual y la consecuente indecisión con respecto al tema, da lugar a que lleguen a los jóvenes mensajes contradictorios. Por un lado, las amistades y los medios de

comunicación estimulan la actividad sexual, mientras que por el otro, los padres y los educadores la desaprueban, pudiéndose decir que en general la sociedad es ambigua respecto a la adolescencia y a la sexualidad. Ante esta perspectiva cabe preguntarse ¿Qué se puede hacer? Y la respuesta la encontraremos trabajando conjuntamente desde diferentes ámbitos:

Los padres podrán intervenir:

1. Informándose adecuadamente sobre los temas de sexualidad y salud reproductiva.

2. Hablando con sus hijos e hijas de la salud reproductiva y de la responsabilidad sexual, contestando a sus preguntas completa y correctamente.

3. Manteniendo una escucha activa hacia sus hijos e hijas, no despreciando sus preocupaciones por considerarlas pueriles ni condenando sus preguntas por considerarlas impropias.

4. Buscando y apoyando los esfuerzos, nacionales, comunitarios y escolares, encaminados a suministrar a los adultos jóvenes información y educación sexual, así como servicios de salud reproductiva.

5. Fomentando la salud, seguridad y desarrollo intelectual de sus hijas en la misma medida que la de sus hijos, estimulando el sentido de autoestima.

6. Enseñando a sus hijos varones la irresponsabilidad que supone dejar embarazada a una chica si no están preparados para asumir las responsabilidades parentales.

7. Adoptando un comportamiento sexual responsable.

En el terreno político, se podrán promulgar y poner en vigor legislaciones para:

1. Mejorar el acceso de los jóvenes a la

información y educación sexual así como a los servicios de salud reproductiva.

2. Prohibir el maltrato de los jóvenes, incluyendo el maltrato sexual y la mutilación genital femenina.

3. Hacer declaraciones públicas resaltando la importancia de la salud reproductiva para los adultos jóvenes.

4. Respalda y apoyar soluciones para los problemas de los adultos jóvenes.

5. Insistir en que los medios de comunicación social sean más responsables en el tratamiento de los comportamientos sexuales.

6. Acrecentar los compromisos para que las niñas completen sus períodos de escolarización.

En el terreno comunitario se pueden promover actuaciones para:

1. Encarecer la comprensión y la preocupación por los jóvenes.

2. Que la comunidad comprenda que los problemas de salud reproductiva de los jóvenes tienen una raíz social y personal.

3. Informar e informarse de las necesidades de salud de los jóvenes.

4. Iniciar esfuerzos para proporcionar a los jóvenes información y educación sexual así como servicios de salud reproductiva.

5. Propugnar y organizar programas escolares de educación sexual y de salud reproductiva.

6. Condenar el doble patrón que alienta la actividad sexual de los chicos y penaliza la de las chicas.

7. Exigir a los medios de comunicación social una presentación responsable de la sexualidad.

Desde el punto de vista la salud se necesita:

1. Establecer protocolos de cuidados de salud para satisfacer las necesidades de los adultos jóvenes.

2. Responder a las preocupaciones de la comunidad cuando actúan defendiendo a las demandas de los adultos jóvenes.

3. Hacer participar a los jóvenes en el diseño, prestación y evaluación de los programas.

4. Capacitar a los que prestan los servicios de salud para que, de manera ecuánime y confidencial, mejoren la calidad en la prestación de servicios.

5. Decir al personal de los servicios y al público en general que los jóvenes son bienvenidos a los servicios de atención y que ésta tiene un carácter prioritario.

6. Eliminar las barreras innecesarias para la prestación de servicios, incluyendo las limitaciones en el acceso a los métodos anticonceptivos.

7. Ayudar a que los medios de difusión informen sobre estos temas de forma correcta y adecuada, y a que dejen de presentar como modelos los comportamientos sexuales irresponsables.

8. Saber dónde enviar a los jóvenes para que obtengan más información y servicios de salud.

Los medios de difusión deben:

1. Dejar de ensalzar el comportamiento sexual irresponsable.

2. Presentar en sus programas modelos que se beneficien de la información y educación sexual y se comportan de forma responsable en el terreno sexual.

3. Promover que sus servicios informativos se ocupen de hacer una orientación correcta sobre las necesidades de salud de los jóvenes.

4. Facilitar espacios gratuitos para introducir mensajes que informen y estimulen el comportamiento saludable entre los jóvenes.

5. Dirigir su información hacia los padres, para poder orientarles acerca de la forma de hablar con sus hijos e hijas adolescentes.

Los adultos jóvenes pueden:

1. Colaborar, con todos los estamentos implicados, en el diseño de métodos mutuamente aceptables para satisfacer sus necesidades.

2. Actuar responsablemente en el terreno de la sexualidad, en bien propio y en el de los demás.

3. Respetar los derechos, deseos y preocupaciones de los otros cuando se trata de situaciones sexuales.

BIBLIOGRAFÍA

- Barranco E. Hacia el autoconocimiento de la fertilidad. En: E. Barranco y A. Caño (Eds). Hacia el autoconocimiento del cuerpo femenino. Fertilidad y métodos naturales. Granada: Universidad de Granada, 19-25, 1994.
- Bettelheim B. Psicoanálisis de los cuentos de hadas. Barcelona: Crítica, 1999.
- Brody JE. Teenagers and sex: many risks. European Society of Contraception. Newsletter, 2(9): 2-3, 1999.
- Centerwall E. Love! You can really feel it, yo know! Talking about sexuality and personal relationships in school. Reference material from Sweden's National Agency for Education. Solna: Skolverket, 1996.
- Davies B. Sapos y culebras y cuentos feministas. Los niños de preescolar y el género. Madrid: Feminismos, 1994.
- Delgado M., Álvarez JR., Corraliza JM. La fecundidad joven y adolescente en España. Madrid: Instituto de Economía y Geografía. C.S.I.C., 1998. (Estudio patrocinado por Schering España, S.A.).
- Díaz M. Gender, sexuality and communication issues that constitute barriers to the use of natural family planning and other fertility awareness-bassed methods. Adv Contracep, 13: 303-309, 1997.
- Elizari FJ. Alternativas al aborto. Jano, 656-H: 60-67, 1985.
- Eslava J. El sexo de nuestros padres. Barcelona: Planeta, 1993.
- Eslava J. Coitus interruptus. La represión sexual y sus heroicos alivios en la España franquista. Barcelona: Planeta, 1997.
- Fathalla MF. Adolescent sexual and reproductive health. En: From Obstetrics and Gynecology to Women's Health. The road ahead. Canforth: Parthenon, 215-221, 1997.
- Foucault M. Historia de la Sexualidad. 1. La voluntad de saber. Madrid: Siglo veintiuno, 1992.
- Fraise G. La diferencia de los sexos. Buenos Aires: Manantial, 1996.
- García Vera E., Barranco E., García Calvo I. Las jóvenes y los jóvenes ante el doble mensaje. Comunicación presentada en el IV Congreso de la Sociedad Española de Contracepción. Granada 3-5 de diciembre de 1997 (Edición en CD Room).
- Guasch O. La sociedad rosa. Madri: Anagrama, 1991.
- Ketting E. Enyoiyng the good as much as avoiding the bad: the sexual health discussion in Europe. En: Senayake P and Kleinman RL (Eds). Family Planning. Meeting challenges: Promotin choices. The Proceedings of The IPPF Family Planning Congress. October 1992. New Delhi. Carnforth: Parthenon, 625-633, 1993.
- Khanna J. (Eds).Sexual behavior of young people. Progress in Human Reproduction Research, 41: 1-8, 1997.
- Kirby D., Short L., Collins J., Rugg D., Kolbe L., Howard M., Miller B., Sonestein F., Zabin LS. School-based programs to reduce sexual risk behaviors: a review of effectiveness. Public Health Reports, 109(3): 339-360, 1994.
- Lind K. La educación sexual desde la perspectiva sueca. Ponencia Presentada en el IV Congreso de la Sociedad española de Contracepción. Granada, 3-5 de Diciembre de 1998. (Edición en CD Room).
- López A. The young people's sex education programme in Mexico. En: Senayake P and Kleinman RL (Eds). Family Planning. Meeting challenges: Promotin choices. The Proceedings of The IPPF Family Planning Congress. October 1992. New Delhi. Carnforth: Parthenon, 619-623, 1993.

Martín M., Velarde O. Informe Juventud en España. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud, 1996.

Mascetti MD. Diosas. La canción de Eva. El renacimiento del culto a lo femenino. Barcelona: Robin Book SL, 1998.

Morales G. Antología de la literatura erótica. El juego del viento y la luna. Madrid: Espasa Calpe, 1998.

Norman CM. El conocimiento de la fertilidad. La cenicienta de la planificación familiar. En: AM Astarté y E. Barranco (Eds). Controversias en planificación familiar. Otros aspectos de la maternidad y la paternidad. Granada, 127-152, 1997.

Oliva A., Serra L., Vallejo R., López M., Lozoya JA. Sexualidad y contracepción en la adolescencia. Un estudio cualitativo. Sevilla: Servicio Andaluz de Salud. Consejería de Salud, 1993.

Oliva A., Serra L., Vallejo R. Sexualidad y contracepción en jóvenes andaluces. Estudio cuantitativo. Sevilla: Informes técnicos. Junta de Andalucía. Consejería de Salud, 1993.

Rademakers J. Cambiar la conducta sexual de los jóvenes. Ponencia Presentada en el IV Congreso de la Sociedad española de Contracepción. Granada, 3-5 de diciembre de 1998. (Edición en CD Room).

Rasmussen N. Sex education as gender sensitization. En: Senayake P and Kleinman RL (Eds). Family Planning. Meeting challenges: Promotin choices. The Proceedings of The IPPF Family Planning Congress. October 1992. New Delhi. Carnforth: Parthenon, 201-205, 1993.

Rinehart W. (Ed). Cómo satisfacer las necesidades de los adultos jóvenes. Population Reports, Serie J, nº 41, 1995.

Roth B. Fertility awareness as a component of sexuality education. Nurs Pract, 3(18): 40-54, 1993.

Sexual rights of young women in Denmark and Sweden. The Danish Family Planning Association and The Swedish Association for Sex Education, RFSU. Denmark, 1995.

Thomson R., Holland J. Las mujeres jóvenes y el sexo (heterosexual) seguro: contexto, restricciones y estrategias. En: Wilkinson S y Kitzinger C (Comp). Mujer y salud. Una perspectiva feminista. Barcelona: Paidós Contextos, 21-40, 1996.

Türmen T. Better reproductive health for all: Opportunities, challenges and constraints. En: Better reproductive health for all: The role of Obsterician and Gynecologist. Repor of a FIGO workshop in collaborartion with WHO, The United Nations Population Fund and IPPF. 14 -15 November 1996, Manila, Philippines. London: FIGO, 27-32, 1997.

Velasco S. Género y transmisión heterosexual del VIH/SIDA. Diálogos, 39: 25-29, 1999.

Villadangos F. Talleres de sexo seguro: se acabó el miedo al

SIDA. Ponencia Presentada en el IV Congreso de la Sociedad

española de Contracepción. Granada, 3-5 de diciembre de 1998

(Edición en CD Room).