



# **I. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL**

## **1.1. Planteamiento de la práctica institucional**

**Hablar de sexualidad es hablar de la vida misma, en tanto es un encuentro con el propio cuerpo, con los sentimientos, deseos, con las posibilidades de desarrollo personal y social, puesto que las construcciones sociales imponen tanto a varones como mujeres una manera diferente y desigual de vivir , de expresarse, de este modo cada cultura redefine la sexualidad, la regula con normas creando discursos y juzga sus variadas manifestaciones (Gutierrez, 2021,p.21).**

La manera de manifestar la sexualidad en nuestro ámbito social aún sigue inhibiendo, reprimiendo las emociones, generando temores, vergüenza, sin manifestarse una salud sexual sana y responsable; los adolescentes rehúsan hablar en la familia o colegio, buscando diferentes medios para informarse, ocurriendo que no siempre en su totalidad son medios informativos efectivos.

La UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) define la Educación Integral en Sexualidad como «un proceso que se basa en un currículo para enseñar y aprender acerca de los aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad». Su meta es ofrecer a los estudiantes el conocimiento, habilidades, actitudes y valores que los empoderen por medio de contenido basado en hechos y evidencias relacionados con la salud sexual y reproductiva. Todo esto teniendo en cuenta la edad y etapa de desarrollo de cada estudiante. (Delgado, 2022)

La falta de información acerca de la Educación Sexual trae consigo graves consecuencias como enfermedades de transmisión sexual, un embarazo no deseado en la adolescencia que va aumentando en nuestro país y es preocupante por ser un problema de salud pública, como ser conflictos familiares, escolares y personales que afectan a los adolescentes tanto física como emocionalmente; así también en su proyecto de vida los adolescentes dejan el colegio sin tener oportunidad de culminar sus estudios o siendo un desafío para estos.

En América Latina y el Caribe, se estima que existe una población de 140 millones de jóvenes. Uno de los elementos que incide de manera significativa en la situación de vulnerabilidad de las adolescentes es el embarazo no planificado. La región de América

Latina y el Caribe tiene la segunda tasa más alta de embarazos en adolescentes del mundo y se estima que casi el 18% de todos los nacimientos corresponden a mujeres menores de 20 años de edad.

Cada año, alrededor de un millón y medio de adolescentes de entre 15 y 19 años dan a luz. Esas cifras de por sí son alarmantes, se tornan más críticas al observar que muchos de estos embarazos son consecuencia por la falta de información, el limitado acceso a métodos anticonceptivos, la violencia sexual y de género. La mortalidad materna en América Latina y el Caribe se ubica entre las tres primeras causas de muerte en las adolescentes entre 15 y 19 años. En las adolescentes menores de 15 años, el riesgo de morir por causas relacionadas con el embarazo es hasta tres veces más que en mujeres mayores de 20 años. En América Latina se cree que el número anual de abortos inseguros entre las adolescentes de 15 a 19 años, alcanza un número de 670 mil (UNFPA, 2022)

En Bolivia se registraron en promedio seis embarazos por día en menores de 15 años en la gestión 2020. Esos datos son de preocupación y un reto a superar en el país, según informó el Oficial de Proyectos del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), Rolando Encinas.

En el año 2020 el especialista Rolando Encinas de la (UNFPA) indicó que, según datos oficiales del Sistema Nacional de Información en Salud, año en que se estableció una cuarentena, se registraron 39.999 embarazos en adolescentes, aunque aclaró que esta cifra incluye sólo a quienes se realizaron controles prenatales, por lo cual habría un subregistro. Los datos fueron difundidos a propósito de la Semana de Prevención el Embarazo en Adolescentes.

“En Bolivia se registran 104 embarazos por día en adolescentes entre 15 a 19 años de edad, pero el dato que llama la atención altamente preocupante es que cada día seis menores de 15 años resultan embarazadas”, dijo el Oficial de Proyectos del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), Rolando Encinas, según reportó el periodista Iván Ramos de la Red ERBOL.

A nivel de departamentos, el Oficial de Proyectos del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), Rolando Encinas señaló que en 2020 el 22% de los embarazos

en Beni fueron de adolescentes, seguido de Pando con 21% y Potosí con 18%. (Encinas, 2021)

En el 2021 se registraron 6.807 partos en la ciudad de Tarija según el sistema nacional de información en salud (SNIS, s.f.). Respecto a los totales, el Instituto Nacional de estadística proyecta una población femenina en el departamento de Tarija entre 12 y 18 años de 38.127 personas, por lo que el 1,68% de ellas quedarían embarazadas solo en los primeros siete meses del año. Las proyecciones indican que casi el 20 por ciento de las adolescentes llegarán a los 18 años con al menos un embarazo.

Porcentualmente, los municipios con más gestantes en ese grupo etario -respecto a la totalidad de embarazadas de todas las edades en esa época- son San Lorenzo, Entre Ríos y Yunchará con un 22,3 por ciento, 19,9% y 18,8%, respectivamente, detallan los datos proporcionados a El País por el responsable de la Unidad de Prevención de la Secretaría de la Mujer y Familia en Tarija, Samuel Fernández. Ciudad de Tarija, periodista Ángel Andrea del periódico El país (Angelo, 2022)

Corroborando los datos Wilber Leyton responsable del programa de Salud Sexual y Reproductiva del SEDES Tarija indicó que los municipios de la zona alta tienen un alto índice en este tipo de casos, tanto El Puente como Yunchará. También se registra una incidencia alta en los municipios de San Lorenzo y Entre Ríos. (elperiodico, 2019)

A sí mismo “En el primer semestre se registró un 16.4 % en comparación del año pasado, subió un poco, se tenía un 15.6%, dato que es alarmante”, declaró el funcionario. De los seis municipios del departamento de Tarija, la capital tiene el menor índice de casos de embarazos en adolescentes.

La directora del Ecam de Tarija, Pecky Rubín de Celis, ha indicado que los embarazos adolescentes deberían ser una alerta para todas las autoridades pues solo en un año (2021) se registraron más de 1.000 en el departamento, siendo Bermejo el Municipio con mayor incidencia. “El embarazo adolescente tiene que ver en muy pocas ocasiones con relaciones de pareja entre iguales, la mayoría de los embarazos adolescentes sobre todo en menores de 15 años en los que, cada 4 horas una menor de 15 años queda embarazada en nuestro país está directamente relacionada con la violencia sexual”. En este sentido, ha indicado que estos

embarazos en su mayoría están relacionados a hechos de violencia sexual que deberían ser un llamado de atención a las autoridades (Yacuiba Digital , 2022).

En la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II ubicada en la comunidad de Tomatitas primera sección de la provincia Méndez del departamento de Tarija dependiente de la Dirección Distrital de San Lorenzo, una de las unidades educativas que está dentro del grupo etario de adolescentes embarazadas; el alumnado que asiste son de las diferentes comunidades aledañas como ser Obrajes, Cadillar, Tomatitas, Loma de Tomatitas y otros Cercanos. Se tiene información que en los últimos tres años hubo casos de adolescentes embarazadas -en la actualidad son madres de familia- algunas de ellas ya salieron bachilleres y otras están cursando aún quinto de secundaria comunitaria productiva. Así mismo en el 2022 se denunció un caso de estupro que fue reportado a la defensoría de la niñez y adolescencia de cercado Tarija para el respectivo proceso. Indican madres de familia y estudiantes de la unidad educativa.

Si estos datos incrementan en nuestra región, las oportunidades de desarrollo se verán limitadas de las niñas y adolescentes, afectarán verazmente en su diario vivir ,multiplicando su vulnerabilidad con altos índices de mortalidad, abortos clandestinos, violencia sexual y de género, trayendo consigo grandes consecuencias a nivel social y económico, pobreza, exclusión social, a nivel psicológico niñas, niños y adolescentes traumatizados internalizados con culpa, vergüenza, miedos, marginadas /os de la sociedad. Es necesario que estas cifras disminuyan por ello se debe realizar intervención en educación sexual integral, creando e impartiendo talleres a niños, niñas y adolescentes para generar en ellos una vida sexual sana y segura. Con un programa de educación sexual integral que promueva la toma de decisiones responsables, la identificación de riesgos ante hechos de violencia sexual y género.

## **1.2. Justificación**

Somos seres sexuados desde que nacemos hasta que morimos, por consiguiente, en el ciclo de nuestra vida vamos expresando nuestra sexualidad a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas y relaciones.

La adolescencia es un período de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, estos cambios y manifestaciones promueven a los adolescentes a cuestionarse acerca de su sexualidad, lo que sienten, piensan y actúan respecto a esta. La toma de conciencia de su imagen corporal, identidad sexual da inicio al ingresar en dicha etapa, desconocen sus derechos sexuales y reproductivos, las enfermedades de transmisión sexual, todo resulta nuevo e incomprensible.

La metamorfosis en la adolescencia se convierte en una crisis circunstancial por toda la carga emocional, psicológica y social que inicia en esta etapa por la cual todos pasamos, varía la intensidad de acuerdo a cada persona. Sin embargo, presenciar un estado de crisis hace a la persona más vulnerable ante una situación emocional, social afectando la capacidad de toma de decisiones e identificación de riesgos.

Por consiguiente, el programa se realizó en una de las unidades educativas con mayor influencia de estudiantes pertenecientes a la provincia Méndez Ciudad de Tarija.

En la provincia Méndez se registra una incidencia alta de embarazos a temprana edad; una de las unidades educativas donde asisten diferentes niños y jóvenes de las comunidades cercanas a este distrito como ser de Obrajés, Tomatitas, Erquiz Sud, Cadillar, Loma de Tomatitas, y barrios nuevos aledaños es la unidad educativa Ángel Calabi Pazzolini ubicada en Tomatitas. La comunidad educativa alberga a niños/as, adolescentes de diferentes sectores vulnerables y con limitadas oportunidades.

A pesar de ello, donde se encuentra ubicada la unidad educativa existen otros colegios aledaños a la zona que son pertenecientes a Fe y alegría que también se podrían tomar en cuenta.

Sin embargo, todas estas unidades afiliadas a la red de Fe y alegría tienen convenios con CIES Centro de Investigación. Educación y Servicios con programas que se imparten de educación sexual. La unidad educativa en la que se trabajara no cuenta con este convenio a

si mismo demandan el programa de educación sexual como otros programas que no realizan en estas unidades educativas en especial la de Méndez por ser alejada del centro de la ciudad.

Por este motivo se presenta un proyecto que viabiliza desarrollar un programa de educación sexual con jóvenes, creando espacios de información efectiva, análisis de cuestionamientos acerca de lo que sienten y piensan respecto a su sexualidad.

La educación sexual integral es un espacio sistemático de enseñanza aprendizaje que promueve saberes y habilidades para la toma de decisiones responsables y críticas en relación con los derechos de los niños, las niñas y los/as adolescentes al cuidado del propio cuerpo, las relaciones interpersonales, la información y la sexualidad. (Portal del Programa Educación Sexual Integral del Ministerio de Educación, 2017)

La implementación de la práctica institucional sirve como base a futuras prácticas, pues deja datos específicos sobre la ejecución de programas de educación sexual integral en adolescentes.

El *aporte teórico*, se sustenta a través de la información obtenida, mediante las pruebas pre y pos-test. Datos que exhiben un soporte estadístico; pues estos, nos permiten aportar a la teoría, tras una actualización de datos con respecto al nivel de conocimientos acerca de la educación sexual integral que presentan los adolescentes de la comunidad de Tomatitas Provincia Méndez de la Ciudad de Tarija.

Se realizó un *aporte práctico* mediante el desarrollo de técnicas participativas que permite a los adolescentes desarrollar habilidades sociales, comunicativas, incrementando su autoestima, sus conocimientos respecto a la sexualidad, la toma de decisiones responsables y autocuidado personal, replicando la metodología a otros jóvenes, amigos, familiares.

El programa de educación sexual integral es de gran beneficio para la población estudiantil por que los adolescentes obtendrán herramientas para manejar su relación con ellos mismos, sus parejas, comunidades y con su propia salud sexual, precisar información de todos sus cuestionamientos propios de la edad, coadyuvar a la toma de decisiones acerca de su sexualidad

Dentro del *aporte metodológico* se realizó una adaptación y actualización de las secciones impartidas a los adolescentes, teniendo como guía el texto *Conducción Investigación y Adaptación Save the Children Tomando decisiones. Segunda Edición* (Cultura participativa Arteaga c. , 2008)

## **II. CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN**

### **2.1 Unidad educativa Ángel Calabi Pazzolini II**

La Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II, se encuentra ubicada en la comunidad de Tomatitas primera sección de la provincia Méndez del departamento de Tarija dependiente de la Dirección Distrital de San Lorenzo, al Este limita con la comunidad de San Mateo al Sud limita con la provincia Cercado, al Oeste con la comunidad de la Victoria y al Norte con la comunidad de Erquis

La Unidad Educativa pertenece al área dispersa actualmente tiene una población escolar de 305 estudiantes en Secundaria Comunitaria Productiva entre varones y mujeres, cuenta con 22 Maestras/os en secundaria un Director institucionalizado, una portera. La unidad educativa fue fundada el 19 de marzo de 2001.

#### **2.1.1 Visión**

Ser un establecimiento educativo que Brinde un servicio a los que solicitan, con cobertura social para todos ,con estudiantes creativos , investigativos ,participativos ,productivos, preparados para vivir bien ,con valores cívicos como culturales , con mejores oportunidades en el cual los estudiantes desarrollen a plenitud sus capacidades para la vida, actuando con solidaridad ,democracia ,interculturalidad ,equidad, justicia, respetando los derechos como deberes del estamento educativo y del medio ambiente.

#### **2.1.2 Misión**

Brindar educación de calidad y calidez que permita a los estudiantes tener la oportunidad de ejercer uno de los derechos más fundamentales que es la educación, mejorando su calidad de vida.

## **2.2 Objetivos de la práctica institucional**

### **2.2.1. Objetivo general**

Desarrollar un programa de capacitación en educación sexual integral para adolescentes que cursan segundo a sexto de Secundaria Comunitaria Productiva de la unidad educativa Ángel Calabi Pazzolini II provincia Méndez de la Ciudad de Tarija Gestión 2023.

### **2.2.2. Objetivos específicos**

- Evaluar el nivel de conocimiento inicial en educación sexual integral, que presentan los adolescentes
- Implementar el programa de capacitación en sexualidad, a través de una metodología activa participativa, orientadas a fortalecer conocimientos y desarrollar habilidades que permitan a los jóvenes tener una actitud más responsable acerca de la temática.
- Evaluar el impacto de conocimiento adquirido posterior a la aplicación del programa.

### **III. MARCO TEÓRICO**

En el presente capítulo se expone el respaldo teórico del programa de educación sexual integral desglosando los siguientes términos.

#### **3.1. Educación sexual integral**

La Educación Integral en Sexualidad se configura como un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en planes de estudios que versa sobre los aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad. Su propósito es dotar a la infancia, a la adolescencia y a la juventud de conocimientos basados en datos empíricos, habilidades, actitudes y valores que les empoderarán para disfrutar de salud, bienestar y dignidad; entablar relaciones sociales y sexuales basadas en el respeto; analizar cómo sus decisiones afectan su propio bienestar y el de otras personas; y comprender cómo proteger sus derechos a lo largo de su vida y velar por ellos. (UNESCO, s.f.)

El acceso a la educación sexual integral forma parte de los derechos sexuales y reproductivos, reconocidos a nivel internacional y tiene además múltiples beneficios. A continuación, señalamos algunos de ellos. (promedicamujer., 2017) La educación integral en sexualidad:

- 1.-Promueve la salud sexual, reproductiva y el bienestar.
- 2.- Previene de las infecciones de transmisión sexual incluyendo el VIH sida.
- 3.-Previene los embarazos no planificados.
- 4.- Promueve conductas sexuales más seguras y más responsables.
- 5.- Enseña a conocer el propio cuerpo y prevenir abusos sexuales y la violencia sexual.
- 6.-Contribuye a retrasar la edad a la que se inician las relaciones sexuales.
- 7.- Empodera a la gente joven para que tengan proyectos de vida saludables.

8.- Promueve la igualdad de género y las normas sociales equitativas que son factores importantes para mejorar la salud.

9.- Mejora los conocimientos y la autoestima para promover cambios en las actitudes y normas sociales.

10.- Promueve el ejercicio pleno de nuestros derechos sexuales y reproductivos reconocidos en la Constitución Política del Estado.

### **3.1.1. ¿Qué Implica la Educación Sexual?**

En primer lugar, conocimientos: del cuerpo propio y de los otros; de cómo cuidar mi cuerpo y cómo funciona; de métodos anticonceptivos; de las normas sociales y cuándo esas normas sociales con respecto a lo que significa ser mujer u hombre son equitativas y cuándo no; conocimiento de derechos; de los servicios a los cuales tengo derecho a acceder; de las situaciones que afectan mi bienestar y cómo puedo prevenirlas, evitarlas, manejarlas, atenderlas, entre otras. En segundo lugar, implica actitudes frente al cuerpo, a los órganos sexuales, a la orientación sexual (tiene que ver con la atracción emocional o sexual que se siente hacia determinadas personas), al género (ideas que se construyen en la sociedad sobre qué es ser mujer y qué es ser hombre). Y, en tercer lugar, habilidades para manejar todas estas circunstancias.

### **3.1.2. ¿Cuáles son los beneficios de la Educación integral en Sexualidad?**

Tenemos evidencia de que las personas que han sido expuestas a más fuentes y temas de información, y a una información de calidad, tienden a retrasar la edad de inicio de actividad sexual. Además, cuando inician la actividad sexual lo hacen de manera segura y protegida, adoptan prácticas de autocuidado en su vida sexual y reproductiva, incluyendo el no tener actividad sexual cuando no lo desean. Se ha visto que tienen un menor número de hijos y que la edad a la que comienzan a tener hijos es más tardía. También hay evidencia de que la educación de la sexualidad favorece proyectos de vida más equitativos, más gratificantes, contribuye al bienestar y a la felicidad, que es la meta que todos perseguimos.

El acceso a la educación sexual integral forma parte de los derechos sexuales y reproductivos, reconocidos a nivel internacional y tiene además múltiples beneficios. A continuación, señalamos algunos de ellos:

***1.- Permite tomar decisiones informadas y por lo tanto más responsables.***

Acceder a educación sexual integral basada en el conocimiento científico permite a las personas tomar decisiones más responsables sobre su sexualidad y sus relaciones. Este es un factor determinante para la vida de muchos y muchas jóvenes. Esta realidad tiene graves repercusiones sociales, económicas y vitales para miles de jóvenes que deben asumir unas responsabilidades para las que no están preparados lo que provoca abandono escolar temprano, precariedad, falta de perspectivas de vida, etc. Para combatir esta realidad el acceso a una educación sexual integral desde la escuela es un elemento fundamental en la estrategia para erradicar el embarazo adolescente.

***2.- Relaciones más respetuosas y tolerantes.***

Conocer la diversidad sexual humana, de cuerpos y mentes, así como la diversidad de afectos hace que las personas tomen conciencia de dicha diversidad por consiguiente adquieran conductas respetuosas y de reconocimiento a las diferentes formas de ser y su relacionamiento.

***3.- Permite desterrar mitos e ideas erróneas que siguen existiendo sobre el sexo y la sexualidad humana.***

El acceso a una educación sexual basada en la evidencia científica hace que las personas adquieran conocimientos veraces sobre su sexualidad y las relaciones, lo que hará que tomen decisiones más responsables, evitando posibles conductas de riesgo que pongan en peligro su salud sexual y reproductiva.

***4.- El acceso a la educación sexual integral retrasa el inicio de las relaciones sexuales. Al contrario de lo que se suele pensar, una educación sexual integral hace que las juventudes retrasen sus primeras relaciones sexuales.***

En diferentes estudios se señala que el acceso a información sobre sexualidad y relaciones en edades tempranas hace que los y las jóvenes tomen decisiones más autónomas y menos influenciadas por la presión de grupo o social.

### ***5.- Ayuda a prevenir relaciones tóxicas y combatir la violencia de género.***

La educación sexual integral abarca también la forma de relacionarnos. Aprender a cómo deben ser las relaciones para que sean igualitarias y sanas. Ayuda a entender la importancia del consentimiento, del respeto mutuo y la comunicación como elementos indispensables en las relaciones. (Blog promedica mujer , s.f.)

### **¿Cuándo debería comenzar la educación sexual?**

Los niños y adolescentes tienen derecho a ser educados sobre sí mismos y el mundo que la rodea de una manera apropiada para su edad y desarrollo, puesto que necesitan esos conocimientos para su salud y bienestar.

Con la intención de servir de apoyo a los planes de estudio de las escuelas, en las orientaciones internacionales de la ONU se recomienda iniciar la ESI a la edad de cinco años, cuando suele comenzar la educación formal. Con todo, la educación sexual es un proceso de toda la vida que a veces comienza antes, en casa, con las personas que se ocupan del niño. El aprendizaje es un proceso incremental: lo que se enseña a las edades más tempranas es muy diferente de lo que se enseña durante la pubertad y la adolescencia.

Con los estudiantes más jóvenes, la educación sobre sexualidad no significa necesariamente educación sobre sexo. Por ejemplo, para los grupos de edad más jóvenes, la ESI puede ayudar a los niños a adquirir conocimientos sobre el cuerpo de este modo reconocer sus sentimientos y emociones, al tiempo que les permite debatir sobre la vida familiar y los diferentes tipos de relaciones, la toma de decisiones, los principios básicos del consentimiento y qué hacer si se producen situaciones de violencia, intimidación o abusos. En este tipo de aprendizaje se establecen las bases para relaciones saludables a lo largo de la vida. (Organización mundial de la salud, 2023)

## **¿Por qué es importante hablar con los jóvenes acerca de su sexualidad y salud sexual?**

La educación sexual dota a los niños como a jóvenes de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que les ayudarán a proteger su salud; desarrollar relaciones sociales y sexuales respetuosas, tomar decisiones responsables; comprender y proteger los derechos de los demás.

Se ha demostrado sistemáticamente que una educación sexual de alta calidad ofrece resultados positivos de salud a lo largo de toda la vida. Es más probable que los jóvenes se inicien más tarde en la práctica de actividades sexuales y que cuando tengan relaciones sexuales lo hagan de forma más segura, si están mejor informados sobre su sexualidad, salud sexual y derechos.

A través de la educación sexual también se les ayuda a prepararse ante los cambios físicos y emocionales que se producen al crecer y a saber gestionarlos mejor, entre otros los producidos durante la pubertad y la adolescencia, al tiempo que, a estar instruidos en el respeto, el consentimiento y dónde acudir en caso de necesitar ayuda. Esto a su vez reduce los riesgos de violencia, explotación y abusos

## **¿Por qué los jóvenes necesitan recibir la educación integral en sexualidad?**

Demasiados jóvenes reciben información confusa y contradictoria sobre las relaciones y el sexo a medida que hacen la transición de la niñez a la edad adulta. Ello ha conducido a un aumento de la demanda por parte de los jóvenes de información confiable que los prepare para llevar una vida segura, productiva y satisfactoria. Correctamente enseñada, la educación integral en sexualidad responde a esta demanda, empoderando a los jóvenes para que tomen decisiones fundamentadas en lo que respecta a las relaciones y la sexualidad, ayudándolos a desenvolverse en un mundo donde la violencia junto a las desigualdades basadas en el género, los embarazos precoces, no deseados, el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS), continúan planteando graves riesgos para su salud y bienestar. Asimismo, una educación integral de calidad en sexualidad deficiente o inexistente, adaptada a la edad y a la etapa de su desarrollo, expone a los niños y jóvenes a una situación de vulnerabilidad frente a las conductas sexuales negativas y a la explotación sexual.

La educación integral en sexualidad desempeña un papel esencial en la salud, en el bienestar de los niños y jóvenes. Al aplicar un enfoque basado en los educandos, no sólo proporciona a los niños y jóvenes, progresivamente y en función de su edad, una educación basada en los derechos humanos, la igualdad de género, las relaciones, la reproducción, el comportamiento sexual de riesgo y la prevención de enfermedades desde una perspectiva positiva, poniendo de relieve valores tales como el respeto, la inclusión, la no discriminación, la igualdad, la empatía, la responsabilidad y la reciprocidad. (UNESCO, 2018)

### **3.1.3. La importancia de implementar un programa de educación integral en sexualidad**

Ofrecer una **educación sexual integral** en la escuela con contenidos adecuados a la edad de las y los escolares, resulta fundamental para comprender que el desarrollo sexual humano es un proceso normal que todas las personas experimentamos y que nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos. Entender la sexualidad humana, acceder a información veraz y completa sobre el proceso de desarrollo sexual desde la infancia hasta la vejez, es un derecho para poder tomar decisiones informadas sobre nuestros cuerpos y sexualidad.

## **3.2. Definición de sexualidad**

La salud sexual no se puede definir, comprender ni poner en práctica si no se considera la sexualidad en sentido amplio, como un elemento subyacente de importantes comportamientos y resultados relativos a la salud sexual. Según la definición de trabajo, la sexualidad es: «...un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales» (OMS, 2006)

*De acuerdo a la definición la sexualidad es un encuentro de emociones y sensaciones que sentimos y expresamos en el ciclo de la vida, son diferentes aspectos que abarca la*

*sexualidad, físicas, psicológicas, conductuales y son parte de nuestro diario vivir.* (Salud O. M., s.f.)

### **¿Qué es la sexualidad en la adolescencia?**

La sexualidad en la adolescencia es aquella en la que el joven se desarrolla física y mentalmente, adquiriendo los caracteres sexuales secundarios (los que no tienen que ver con el órgano reproductor, como la nuez en los hombres o el ensanchamiento de las caderas en las mujeres) y desarrollando el pensamiento maduro; pero también despierta un comportamiento sexual, se transforma en un ser sexual.

La sexualidad no sólo tiene que ver con el acto de reproducirse, sino que representa la generación de deseos, sentimientos, fantasías y emociones, es decir, el desarrollo de una identidad sexual, que se puede definir como aquella parte de la identidad del individuo que le permite reconocerse y actuar como un ser sexual.

### **¿Cómo viven la sexualidad los adolescentes?**

El adolescente ya está casi completamente desarrollado, sus órganos sexuales están listos para la reproducción y el deseo sexual se incrementa. En esta fase se desarrolla una sensación de invulnerabilidad y fortaleza que inducen al joven a comportarse de una forma narcisista. Se empieza a buscar el contacto habitual con el otro sexo y pueden llegar las primeras relaciones sexuales.

El adolescente no sólo responde a sus impulsos sexuales, sino también a su narcisismo, es decir, pone a prueba la propia capacidad de atraer al otro. También se considera que durante esta etapa se produce el auge de las fantasías románticas. Las relaciones sociales fuera del entorno familiar, especialmente con amigos, empiezan a tener preponderancia, por lo que el adolescente contrapone los valores y la educación sexual recibida de sus padres con la de sus amigos (en muchas ocasiones llenas de mitos derivados de la poca o nula experiencia sexual), lo que puede acarrear riesgos, si a esto se suma que el adolescente aún no ha desarrollado del todo el pensamiento abstracto y en algunas ocasiones le cuesta pensar en las consecuencias de sus actos. Además, al no haber desarrollado por completo el pensamiento adulto, el adolescente utiliza los sentidos para expresar sus emociones. (Cuidateplus , 2017)

### **3.3. Etapa de la Adolescencia**

La adolescencia es una etapa de florecimiento, de proyectos, de descubrimiento de sí mismos y del entorno. Nuestro rol como adultos es justamente el de colaborar para que esto fluya y habilitar a que pase, sin bloquearlo o entretenerlo. Por eso, es fundamental que los padres, educadores y referentes de los adolescentes tengamos presente que el gran objetivo al transitar la adolescencia es que puedan aprender a tomar decisiones, aprender de sus errores, hacerse cargo de sus actos, responder con libertad, funcionar con responsabilidad y crecer en autonomía, para poder llegar a ser adultos saludables. (UNICEF, UNICEF Uruguay , s.f.)

*Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el periodo comprendido entre 10 y 19 años, es una etapa compleja de la vida, marca la transición de la infancia al estado adulto, con ella se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales. Se clasifica en primera adolescencia, precoz o temprana de 10 a 14 años y la segunda o tardía que comprende entre 15 y 19 años de edad. (Holguin, 2014 )*

#### **3.3.1. Adolescencia temprana**

Entre los 10 y 13 años. Las hormonas sexuales comienzan a estar presentes y por esto se dan cambios físicos: “pegan el estirón”, cambian la voz, aparece vello púbico y en axilas, olor corporal, aumento de sudoración y con esto surge el enemigo de los adolescentes: el acné. Comienzan a buscar cada vez más a los amigos

#### **3.3.2. Adolescencia media**

Entre los 14 y 16 años. Comienzan a evidenciarse cambios a nivel psicológico y en la construcción de su identidad, cómo se ven y cómo quieren que los vean. La independencia de sus padres es casi obligatoria y es la etapa en la que pueden caer fácilmente en situaciones de riesgo.

#### **3.3.3. Adolescencia tardía**

Desde los 17 y puede extenderse hasta los 21 años. Comienzan a sentirse más cómodos con su cuerpo, buscando la aceptación para definir así su identidad. Se preocupan cada vez más por su futuro y sus decisiones están en concordancia con ello. Los grupos ya no son lo

más importante y comienzan a elegir relaciones individuales o grupos más pequeños. (UNICEF, UNICEF URUGUAY , s.f.)

#### **3.3.4. ¿En qué momento niños y adolescentes están preparados para tomar decisiones?**

Desde muy chiquitos tomamos decisiones. Por ejemplo, un bebé que rechaza el seno está tomando una decisión. Es su primera manifestación de autonomía. Eso no quiere decir que vamos a decirles: “hagan lo que se les dé la gana”. Ese no es el sentido. La autonomía implica reconocer que hay límites, pero esos límites son lógicos y coherentes, de acuerdo a su edad. Por ejemplo, a los 5 años puedo dejar que una niña decida cómo vestirse, pero no le abro el clóset, sino que le doy a elegir entre dos opciones. Pero con un adolescente no puedo hacer eso, ni le voy a decir cómo vestirse. Al contrario, le amplío las alternativas para que, en ejercicio de su autonomía, sea capaz de decidir. Si no le doy opciones en lo mínimo, esa persona no sabrá cómo tomar decisiones más complicadas. (Arboleda, 2015)

### **3.4. Relaciones interpersonales**

Al hablar de relaciones interpersonales, hacemos referencia a una asociación de largo plazo entre dos o más personas. Estas asociaciones pueden basarse en emociones como el cariño, amor y la atracción. Las relaciones interpersonales tienen lugar en una gran variedad de contextos, como la familia, amigos, matrimonio, amistades, trabajo, barrios etc. Dentro de las relaciones interpersonales es importante desarrollar una comunicación correcta, eficaz y asertiva, que permita interactuar con los demás, sin embargo, para algunos adolescentes este proceso de comunicación no es fácil, por lo que es probable que muchas veces las redes sociales sean un medio de ocultar dificultades sociales como la timidez, la soledad, problemas de habilidades sociales. (Midencey, s.f.) Desarrollan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona, ya que nos ayudan a crecer como individuos y a tener una buena relación social con las personas y con el mismo ser.

### **3.5. Autoestima**

La autoestima corresponde a la valoración positiva o negativa que uno hace de sí mismo. Es la predisposición a saberse apto para la vida y para satisfacer las propias necesidades, el sentirse competente para afrontar los desafíos que van apareciendo y merecedor de felicidad.

(Villalobos, 2019). La autoestima se construye a partir de una valoración propia en una realidad contextual. Aunque las condiciones no sean del todo favorables los/las adolescentes pueden lograr sus metas con empeño, constancia y apoyo.

La autoestima se compone de dos elementos: la eficacia personal y el respeto por sí mismo.

La *eficacia personal* es reconocer las capacidades propias para el análisis, la reflexión y la toma de decisiones, Se refleja en la capacidad que tenemos de resolver responsablemente diversas situaciones de la vida y sentirnos satisfechos por nuestras acciones Ejemplo: conversar abiertamente con la familia, cumplir con los trabajos del colegio, participar de actividades deportivas, decir lo que pensamos sin temor a la burla. La eficacia personal incluye una serie de logros diarios. Sin embargo, cuando no se obtienen los resultados esperados, no hay que verlo como un fracaso, sino como una oportunidad para aprender.

El *respeto por sí mismo/a* es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y ser feliz respetando el derecho de los demás Ejemplo: la capacidad de negociar y decidir retrasar la actividad coital con la pareja. (Clemes, 1995)

### **¿Qué es la autoestima sexual?**

Para disfrutar de tu sexualidad es necesario tener una autoestima sana. Según investigadores de la Facultad Bloomberg de Salud Pública de la Universidad Johns Hopkins, una alta autoestima sexual nos permite sentirnos dignos de ser amados. Esto tiene un gran impacto en la empatía y seguridad que sentimos en nuestras relaciones íntimas. Por el contrario, si te es difícil reconocer tu valor será más difícil esperar que una pareja o persona con quién tengas sexo te valore. Tu sentido de valor personal guiará las decisiones que tendrás que tomar respecto a quién eliges como pareja, cómo y cuándo iniciarás tu vida sexual, qué tipo de prácticas sexuales tendrás, cuánto placer te permitirás disfrutar, cómo establecerás límites y cómo te cuidarás en tus relaciones sexuales y emocionales.

Si tienes una autoestima fuerte, es probable que tomes decisiones basadas en lo que quieres, y te sentirás segura a la hora de hacer cumplir tus decisiones. Por ejemplo, si quieres tener sexo, pero tu pareja no quiere practicar sexo seguro, te sentirás lo suficientemente segura como para detenerte y decir lo que necesitas y no hacer algo que no quieras hacer.

La autoestima sexual forma parte de tu autoestima personal y tiene que ver con la aceptación personal, con quererte, cuidarte y sentirte bien con tu cuerpo y con tu sexualidad. (Vanessa Planned Parenthood , 2023)

### **3.6. Valores / Desvalores**

Los valores son construcciones humanas adquiridas a través del proceso de socialización del grupo al que pertenece (familiar, educativo, religioso, político, laboral y otros) luego el ser humano viviente en su variada vida de relación, para aprenderlas de las personas que son significativas para él (Guevara Berta, 2018)

Cuando se habla de valores, se hace referencia a la apreciación positiva que se hace de las cosas, situaciones, ideas o personas; los valores son guías que orientan el comportamiento humano. El amor, la amistad, la virginidad, el dinero, la imagen personal, el título profesional son elementos que pueden tener mucho o poco valor dependiendo de cada persona, así para algunos el amor será lo más importante y para otros el dinero.

Así como existen valores también existen “desvalores” que provienen el mismo origen. Desvalor es cuando pensamos y actuamos afectando los derechos de otras personas. Ejemplo el machismo es un desvalor ,porque afecta directamente los derechos y el desarrollo de las mujeres; sobrepasa el campo de acción personal y afecta negativamente a otras personas. (Frondizi, 1995)

Los valores y desvalores pueden cambiar o se priorizan de manera distinta a lo largo de la vida: a veces como parte del proceso de maduración, otras por las condiciones y presiones sociales cambiantes o por decisión individual producto de la propia reflexión

Los valores comienzan a adquirirse desde la niñez. Cada niño y niña va adoptando ciertos valores a través de los mensajes familiares, de la educación recibida en casa, en la escuela, con los amigos y de los medios de comunicación. Al llegar a la adolescencia estos valores aprendidos se van modificando o consolidando. Usualmente, los /las adolescentes tienen a cuestionar o rechazar los valores adquiridos en su niñez como una forma de autoafirmarse como individuos independientes. Por ello, aunque la crisis de valores en la adolescencia es un proceso característico del desarrollo humano, es conveniente orientarlos respecto a la

importancia de tener clara su propia escala de valores, desarrollando y manteniendo una actitud crítica y reflexiva. (Children)

### **3.7. Comunicación asertiva**

Según Goleman (1996) La asertividad es la habilidad de expresar tus ideas, sentimientos y pensamientos de una manera adecuada, en el tiempo oportuno y con un modo adecuado.

Roca (2003) propone que la comunicación asertiva es una forma de expresión honesta, directa y equilibrada, que tiene el propósito de comunicar nuestros pensamientos e ideas o defender nuestros intereses o derechos sin la intención de perjudicar a nadie, es decir de acuerdo con el principio que debe regir nuestros actos: el principio de no dañar a otro.

Debido a que la asertividad se basa en el respeto mutuo, es un estilo de comunicación efectivo para relacionarte con la gente que te rodea. Si eres asertivo, muestras respeto por ti mismo porque eres capaz de defender tus propios intereses y de expresar tus sentimientos y pensamientos. Por otra parte, también demuestra que eres consciente de los derechos de los demás y que estás dispuesto a resolver conflictos.

Lo importante no es únicamente lo que dices, sino también o más el cómo lo dices. La comunicación asertiva te da la oportunidad de enviar un mensaje claro y de forma respetuosa. Si te comunicas de manera demasiado pasiva o demasiado agresiva, tu mensaje puede perderse o simplemente no ser tenido en cuenta por los demás.

Por tanto, aprender técnicas de comunicación que te permitan respetarte a ti mismo es fundamental para conseguir tus metas y sentirte bien contigo mismo. (Jorge Velazco Alvarez , 2021)

#### **3.7.1 Asertividad en adolescentes**

La asertividad en adolescentes es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás, buscando el respeto y cariño por uno mismo y por los demás. Aquí viene la problemática de muchos adolescentes, hay una carencia de habilidades sociales en las que no saben responder correctamente o se afrontan de una manera inadecuada a determinadas situaciones, originándose problemas de carácter intrapersonal

(como puede ser ansiedad, estrés o culpabilidad) e interpersonal (discusiones con iguales, profesores, padres...).

***Los adolescentes con problemas de habilidades sociales*** suelen mostrar conductas pasivas o agresivas. Por supuesto, nadie es únicamente agresivo, ni sumiso ni siquiera asertivo.

Las personas tenemos tendencias más o menos acentuadas hacia algunas de estas conductas, aunque las mostraremos en ciertas situaciones que nos causan dificultades, mientras que en otras podemos reaccionar de forma completamente diferente

***La conducta asertiva o las habilidades para ser asertivo se aprenden.*** Son hábitos de conducta, igual como puede ser un hábito fumar o salir a correr. La conducta asertiva se va aprendiendo por imitación o refuerzo, por lo que puede que no se haya transmitido esta conducta como modelo de comportamiento.

***La ansiedad en muchas ocasiones no permite al adolescente comportarse de manera asertiva,*** aun conociendo la conducta apropiada. Por ejemplo, un adolescente en una clase nueva puede haberse sentido muy diferente y externo al grupo en el que se ve obligado a estar que a partir de ese momento sus respuestas asertivas decrecen.

***El adolescente no conoce o rechaza sus derechos.*** Existen una serie de suposiciones tradicionales que si son recibidas de forma autoritaria e insistente pueden dañar al adolescente haciéndole sentir inferior a los demás y sin capacidad de cambiar. Los adolescentes deben conocer los derechos asertivos que todos poseemos pero que muchas veces se olvidan a costa de nuestra autoestima.

***El adolescente tiene unos pensamientos irracionales que le impiden actuar de forma asertiva.*** Pensar por ejemplo “es horrible que las cosas no salgan como a mí me gustaría que saliesen” o “es necesario caerle bien a todo el mundo” son creencias irracionales que muchos adolescentes pueden tener tan arraigadas que no se plantean como actuar en cada situación. Esto les lleva a realizar conductas asertivas o agresivas y a evitar ser asertivos. (Psicología infante juvenil , 2017)

### **3.8. Derechos humanos y sexualidad**

Independientemente de cómo se perciba, se construya y practique la sexualidad, que va ligada a los valores de cada individuo, su cultura, sus necesidades y sus posibilidades, esta deberá vivirse dentro del marco del respeto de los derechos humanos ,es decir ,sin perjudicar la integridad de las demás personas. (Children)

Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son parte de los derechos humanos básicos. Son derechos tan importantes como el derecho a la vida, a la salud y a la libertad, con los que están directamente relacionados.

#### **3.8.1. Derechos sexuales**

Se refieren a poder decidir cuándo, cómo y con quién tener relaciones sexuales, a vivir la sexualidad sin presiones ni violencia, a que se respete la orientación sexual y la identidad de género sin discriminación, a acceder a información sobre cómo cuidarse, y disfrutar del cuerpo y de la intimidad con otras personas. Todas las personas tenemos derecho a disfrutar de una vida sexual elegida libremente, sin violencia, riesgos ni discriminación.

#### **3.8.2. Derechos reproductivos**

Todas las personas tenemos derecho a decidir en forma autónoma y sin discriminación si tener o no tener hijas/os, con quién, cuántos y cada cuánto tiempo. También son derechos recibir información sobre los diferentes métodos anticonceptivos y el acceso gratuito al método elegido. (Ministerio de Salud , s.f.)

Los derechos sexuales y reproductivos son primordiales en la vida de cada persona, conocerlos y ejercerlos, contribuye para garantizar que todas las personas puedan vivir libres de discriminación, riesgos, amenazas, coerciones y violencia en el campo de la sexualidad y la reproducción.

Se debe enseñar y difundir cada uno de los derechos, que en ocasiones muchos niños, jóvenes desconocen, al no saber cuáles son sus derechos otros pares como personas adultas pueden violentar estos y los jóvenes sin darse cuenta lo van normalizando. El conocimiento que un niño o joven adquiere acerca de sus derechos sexuales le ayuda a su proceso de desarrollo como también a impartir a sus pares estos saberes.

### 3.9. Rol de género

El género es el conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales, que se construyen en cada cultura y momento histórico con base en la diferencia sexual. Y sus rasgos se han ido moldeando a lo largo de la historia de las relaciones sociales. El enfoque o perspectiva de género considera las diferentes oportunidades que tienen hombres y mujeres, las interrelaciones existentes entre ellos y los distintos roles que socialmente se les asignan. Las relaciones de género determinan diversas formas de acceder a los servicios de salud, y en especial de salud sexual y reproductiva, por ejemplo. Como categoría de análisis, el concepto de “género” es utilizado por primera vez en las ciencias sociales en 1955 cuando el antropólogo John Money propone el término *gender role*, “rol de género” para describir los comportamientos asignados socialmente a los hombres y a las mujeres. En 1968, el psicólogo Robert Stoller definió que la “identidad de género”, que no es determinada por el sexo biológico, sino por el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, ritos y costumbres atribuidos a cada género.

Desde la psicología, el género es definido como el proceso mediante el cual individuos biológicamente diferentes se convierten en mujeres y hombres, mediante la adquisición de atributos que cada sociedad define como propios de la femineidad y la masculinidad. En este sentido, el género es la construcción psíco-social de lo femenino y lo masculino. (Diccionario de acción humanitaria y cooperación al desarrollo , 2005)

Desde la perspectiva psicológica, el género es una categoría en la que se articulan tres elementos básicos:

- La asignación de género: se realiza en el momento de nacimiento de la persona, a partir de la apariencia externa de sus genitales.
- La identidad de género: Es la percepción y manifestación personal del propio género. Es decir, cómo se identifica alguien independientemente de su sexo biológico. La identidad de género puede fluir entre lo masculino y femenino, no existe una norma absoluta que lo defina.
- El rol de género: es el conjunto de deberes, aprobaciones, prohibiciones y expectativas acerca de los comportamientos sociales apropiados para las personas que poseen un sexo determinado.

### **3.10. Sexualidad sana, responsable y placentera**

Una sexualidad saludable significa tener conocimiento y poder para expresar la sexualidad en formas que enriquecen nuestra vida. Incluye entrar en interacciones y relaciones sexuales desde una perspectiva de consentimiento, de una manera respetuosa e informada.

La salud sexual y reproductiva debe entenderse como el bienestar físico, mental y social que favorece que el adolescente comprenda y tenga un ejercicio de su sexualidad libre, satisfactorio, responsable y sano, con la adecuada prevención del embarazo adolescente no planificado.

Para ejercer nuestra sexualidad de forma responsable no solo basta con saber sobre métodos anticonceptivos y de protección para evitar embarazos no deseados o ETS, sino que es necesario desarrollar una cantidad de valores que permitan a la persona la toma de decisiones. (aleph, 2021) vivir una sexualidad sana, sin temores, vergüenza es vivir y gozar de cada etapa de nuestras vidas de disfrutar placenteramente cada manifestación emocional, física de nuestra sexualidad para ello debemos de ejercer de una manera responsable, conociendo métodos de cuidados.

### **3.11. Pilares de la sexualidad**

#### **3.11.1. Pilar biofisiológico**

El pilar biofisiológico se encuentra relacionado con la estructura y funcionamiento del organismo humano. Debe ser entendido como aquel que proporciona el potencial inicial de vivencia de la sexualidad. Es el cuerpo como base biofisiológica a través del cual se va construyendo y articulando la experiencia. Sin el cuerpo la posibilidad de experimentación de sensaciones e interacción con el entorno y con otros seres humanos no sería posible.

#### **3.11.2. Pilar psicológico**

Se encuentra vinculado a la estructura psíquica procesos cognitivos y estructura afectiva de las personas como base de los cuales construye una representación de la realidad en su interacción con el entorno y consigo mismo a través de un continuo aprendizaje el pilar psicológico es el que permite dar un significado a la experiencia es a través del cual se va

construyendo toda la estructura afectiva del sujeto su sistema de creencia sus sistemas de valoración y de representación No solo del entorno y de la realidad sino fundamentalmente de sí mismo/a.

### **3.11.3. Pilar social**

El pilar social se encuentra relacionado con el comportamiento y característica de los /las individuos en cuánto seres sociales en sus diferentes esferas (pareja familia en torno), dónde se evidencian patrones y pautas de comportamiento creencias normas moral y valores que son compartidos por las y los miembros de un grupo social en específico se modifican en el tiempo y son variables de un grupo social a otro además de coadyuvar a la estructuración de un contexto sociocultural que determina las formas de interacción entre las personas es el marco contextual en el que el ser humano se desarrolla y que se traduce en un punto de referencia a través del cual el aprendizaje cobra un sentido. (Rubio, 1994)

### **3.12. Métodos Anticonceptivos**

Los **métodos anticonceptivos** se definen como las estrategias para impedir o reducir de forma significativa las probabilidades de que se produzca la fecundación y, con ello, el embarazo, al mantener relaciones sexuales con penetración vaginal. Su uso se generalizó a mitad del siglo XX como forma de planificación familiar y control de la natalidad, ya que rompen la asociación entre **la relación sexual y la concepción**. Existen varios tipos de anticonceptivos, los cuales se pueden clasificar en función de su composición y mecanismo de acción.

Existen multitud de maneras de clasificar los métodos anticonceptivos. Por ejemplo, se pueden tener en cuenta los diferentes a los parámetros que se comentan a continuación: **Masculinos o femeninos:** en función de si lo usa el hombre o la mujer.

**Orales o no orales:** hace referencia a si los anticonceptivos se toman en forma de pastillas o se colocan en otro lugar del cuerpo.

**Hormonales o no hormonales:** en base a si incluyen hormonas en su composición.

**Temporales o permanentes:** en función de la duración del método anticonceptivo.

**Reversibles o irreversibles:** hace referencia a la esterilización total del hombre o la mujer. (Reproduccion asistida , s.f.)

### **3.13. Enfermedades de transmisión sexual**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) o infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se transmiten de una persona a otra a través del contacto sexual. El contacto suele ser vaginal, oral y anal. Pero a veces pueden transmitirse a través de otro contacto físico íntimo involucrando el pene, vagina, boca o ano. Esto se debe a que algunas ETS, como el herpes y el VPH, se transmiten por contacto de piel a piel.

Algunas ETS pueden transmitirse de una persona embarazada al bebé, ya sea durante el embarazo o al dar a luz. Otras formas en que las ETS pueden propagarse incluyen durante la lactancia, a través de transfusiones de sangre o al compartir agujas.

Hay más de 20 tipos de ETS, incluyendo: Clamidia, Herpes genital, Gonorrea, VIH y sida, VPH, Ladillas, Sífilis, Tricomoniasis. (salud, s.f.)

#### **¿Qué causa las enfermedades de transmisión sexual?**

Las causas de las ETS pueden ser bacterias, virus y parásitos.

#### **¿Se pueden prevenir las enfermedades de transmisión sexual (ETS)?**

El uso correcto de condones de látex reduce en gran medida, pero no elimina por completo, el riesgo de contraer o contagiar una ETS. Si usted o su pareja es alérgica al látex, puede usar condones de poliuretano. La forma más confiable de evitar una infección es no tener sexo anal, vaginal u oral. (Salud I. d., s.f.)

#### **3.13.1. ¿Qué es el VIH?**

VIH significa virus de inmunodeficiencia humana. Daña su sistema inmunitario al destruir un tipo de glóbulo blanco que ayuda a su cuerpo a combatir las infecciones. Esto lo pone en riesgo de tener otras infecciones y enfermedades. (Fundacion huesped, 2023)

#### **3.13.2. ¿Qué es el sida?**

Sida significa síndrome de inmunodeficiencia adquirida. Es la etapa final de la infección por VIH. Ocurre cuando el sistema inmunitario del cuerpo está muy dañado por el virus. No todas las personas con VIH desarrollan sida. (Fundacion huesped, 2023)

### **3.13.3. ¿Cómo se transmite el VIH?**

- El VIH se propaga a través de ciertos fluidos corporales de una persona con VIH. Esto puede suceder:
  - Al tener relaciones sexuales vaginales o anales sin protección con una persona que tiene el VIH. Sin protección significa no usar condones o medicamentos para tratar o prevenir el VIH. Esta es la forma más común de propagación
  - Compartiendo agujas para el consumo de drogas
  - A través del contacto con la sangre de una persona que tiene VIH
  - De madre a hijo durante el embarazo, parto o lactancia (Fundacion huesped, 2023)

### **3.13.4. ¿Quiénes corren el riesgo de contraer la infección por el VIH?**

Cualquier persona puede contraer el VIH, pero ciertos grupos tienen un mayor riesgo: Personas que tienen otra enfermedad de transmisión sexual (ETS. Tener una ETS puede aumentar su riesgo de contraer o transmitir el VIH, Personas que se inyectan drogas con agujas compartidas, Hombres gay o bisexuales, Afrodescendientes e hispanos y latinos: Constituyen una mayor proporción de nuevos diagnósticos de VIH y personas con VIH, en comparación con otras razas y etnias.

Personas que tienen conductas sexuales riesgosas, como no usar condón o medicinas para prevenir el VIH. Factores como el estigma, la discriminación, el ingreso, educación y región geográfica también pueden afectar el riesgo de una persona de VIH. (Salud I. d., medlineplus, s.f.)

### **3.13.5. ¿Cuáles son las estrategias de prevención de ITS-VIH/SIDA?**

El ABC son las siglas en inglés que corresponden a las palabras "abstinence, being faithful and proper condom use" que significan "abstenerse de las relaciones coitales, practicar la fidelidad mutua y usar correcta y constantemente el condón". El ABC es una estrategia que desde hace algunos años está siendo promocionada para educar, capacitar y actuar en la prevención de las ITS-VIH/SIDA principalmente entre adolescentes y jóvenes. Esta propuesta debe ser aplicada como parte integral de una serie de acciones que

promocionen los Derechos Humanos y como parte de éstos, los derechos sexuales y reproductivos.

### **La abstinencia**

Es la manera más segura de evitar el VIH/SIDA, otras ITS y embarazos no planificados. En caso que los las adolescentes decidan abstenerse de relaciones coitales u opten por practicar la "abst- tinencia secundaria", será necesario ayudarlos/as a elaborar una estrategia que les permita llevar a cabo esta decisión. La abstinencia secundaria es no tener relaciones coitales luego de haberlas experimentado.

### **La fidelidad a la pareja**

En caso que los/las adolescentes mantengan relaciones coitales, es favorable que practiquen la fidelidad mutua. El hecho de tener parejas múltiples y simultáneas coloca a los/las adolescentes en mayor riesgo de contraer el VIH y otras ITS

### **Usar condón**

En caso que los/las adolescentes mantengan relaciones coitales, los condones brindan una pro- tección doble contra la transmisión de ITS VIH/SIDA y los embarazos no planeados. Aunque no son 100% seguros, reducen de manera significativa el riesgo. Muchas veces, por las características sociales y culturales, especialmente las mujeres, pueden requerir habilidades de negociación para lograr el uso del condón. En nuestro país, la elección de las mujeres está limitada por patrones culturales y falta de ejercicio de los derechos humanos. Sin embargo, no es fácil practicar el "ABC" requiriendo de estrategias efectivas de comunicación y autodeterminación.

## **3.14. Razones socioeconómicas para retrasar la maternidad / paternidad**

La paternidad o maternidad deberían ser una decisión voluntaria y consiente, planificando los embarazos, sin que medie la presión de la pareja, ni de los padres ni de los amigos

La paternidad o maternidad pueden ser una experiencia maravillosa si se está preparado/a requiere grandes responsabilidades. para ello los /las adolescentes deberán estar conscientes sobre el cuidado de los hijos en cuanto a su salud, costos de manutención, educación, la inserción a un mundo competitivo y otros.

En España se cita que: “El 30% de las mujeres que tuvieron su primer hijo más tarde de lo que habrían querido alegan una suma de motivos laborales, económicos y de conciliación de la vida familiar y laboral. Esta cifra llega a sobrepasar el 36% para las mujeres mayores de 35 años.

La profesora de la Universidad Complutense de Madrid y experta en políticas de familia, María Teresa López López, subrayaba ya en 2017 que la falta de hijos y el retraso de la maternidad en España está directamente relacionada con la economía y el mercado de trabajo y “si las jóvenes generaciones tuvieran la posibilidad de tener acceso a trabajos más estables y desarrollar sus carreras, la tendencia podría revertirse”. (Lopez, 2020)

Al retrasar la Maternidad y paternidad los adolescentes pueden tener mejores oportunidades de continuar con su educación formal y lograr metas personales, educativas y ocupacionales, también pueden continuar con su educación y su trabajo sin la presión de sostener a la familia.

El hecho de retrasar el embarazo puede reflejarse en tener familias menos numerosas, lo que puede derivar en condiciones económicas y sociales más favorables.

### **3.15. La teoría sociocultural de Vygotsky**

Para Vygotsky, la educación es el proceso por el cual el estudiante va adquiriendo los conocimientos necesarios para desenvolverse con éxito en el futuro. En este camino, el docente tiene la función de guiarlo, ser un facilitador de las herramientas que requiera. La idea es que gradualmente el alumno se vaya apropiando del conocimiento de su guía.

A este acompañamiento que hace el docente, durante el proceso de adquirir conocimientos, se le conoce como **andamiaje** y debe ser temporal y adaptable. Primero, debe ser temporal ya que, si se está todo el tiempo ayudando al alumno, éste no va a lograr el objetivo de aplicar con autonomía lo aprendido. Es decir, de vez en cuando hay que quitar los andamios, para que experimente lo aprendido por su propia cuenta.

Además, debe ser adaptable, ya que los objetivos del aprendizaje son móviles. Es decir, una vez incorporado un aprendizaje, éste deja de ser parte del desarrollo potencial y debe pasar a ser parte del real, así llega el momento de apuntar a otro desafío.

Solamente podrán alcanzar el máximo de su capacidad intelectual los estudiantes que cuenten con el apoyo de un profesor capacitado. Y el gran reto que tienen los docentes, es tener cuidado de no concentrarse sólo en un estudiante y perder de vista a otro.

Vygotsky considera que, si por ejemplo hay dos niños que están aprendiendo a andar en bicicleta, aunque sean iguales en condiciones, el que reciba ayuda primero terminará siendo más hábil que el otro. Empezando así, una cadena de desventajas. (Tomás Gebhard, 2022)

### **¿Qué es la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP)?**

Vygotsky creó tres zonas de desarrollo: la zona de desarrollo real, la cual representa las habilidades actuales del alumnado, la zona de desarrollo próximo donde se encuentra el alumnado en proceso de formación y la zona de desarrollo potencial, que sería el nivel que puede llegar a alcanzar el niño con la ayuda de una persona.

La zona de desarrollo próximo se refiere al espacio que existe entre el desarrollo psíquico actual del sujeto, es decir, las habilidades que ya posee el niño y su desarrollo potencial (lo que puede llegar a aprender a través de una guía). Por esta razón es un concepto de suma importancia para la educación en todos los niveles de enseñanza.

Es decir, según Vygotsky, el papel de los adultos o de los compañeros más avanzados es el de apoyo, dirección y organización del aprendizaje del menor, en el paso previo a que él pueda ser capaz de dominar esas facetas, habiendo interiorizado las estructuras conductuales y cognoscitivas que la actividad exige. (Plataforma integral de gestión escolar, evaluación formativa y comunicación., 2022)

#### **IV.METODOLOGÍA**

Para la elaboración de la presente práctica institucional se tuvo que dar cumplimiento a una serie de pasos, los cuales nos permitieron estructurar el actual trabajo. Así también se realizó la utilización de determinados métodos y técnicas, a nivel de la práctica y en el desarrollo del “Programa de Educación Sexual”.

“El área de la Psicología de la Educación, se caracteriza por tener un amplio enfoque respecto al aprendizaje, entendiendo al alumno como persona en formación, que no requiere aprender solo conocimientos, sino valores y usos sociales, buscando promover su desarrollo global, cognitivo, social, emocional y moral.” (Stalyn Paz Guerra y Bernardo Peña Herrera,2021)

Allport define la psicología social como “un intento de comprender y explicar cómo el pensamiento, el sentimiento y la conducta de las personas individuales resultan influidos por la presencia real, imaginada o implícita de otras personas”.(Morales,F.y Maya.M.s/f).

Por ende, el tema de indagación es la sexualidad, siendo este un componente social conectado intrínsecamente al ser humano, mediante el cual las personas expresan conductas, creencias, emociones y sentimientos en cada etapa de su vida. *“Ofrecer una educación sexual integral en la escuela con contenidos adecuados a la edad de las y los escolares, resulta fundamental para comprender que el desarrollo sexual humano es un proceso normal que todas las personas experimentamos y nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos” (OMS,2006)*

El presente programa de educación sexual integral está enmarcado en el área socioeducativa, porque se realizaron capacitaciones orientadas a la adquisición de conocimientos nuevos, para que los adolescentes puedan adquirir herramientas y habilidades útiles al momento de enfrentar cualquier situación adversa.

Se proporcionaron herramientas que contribuyan a la identificación de riesgos y de esta manera puedan prevenirlos, evitarlos, manejarlos y atender situaciones que afecten su bienestar físico, mental y emocional, permitiendo tomar decisiones informadas y por lo tanto más responsables.

Todo este proceso se llevó a cabo con ayuda de la comunidad educativa, estudiantes, profesores, amigos, padres y madres de familia.

Los grupos de intervención compartieron momentos grupales de análisis, discusión y reflexión con su entorno social.

Todo este proceso se llevó a cabo para el crecimiento personal y grupal de cada adolescente mediante la utilización de técnicas, instrumentos como metodologías enmarcadas en el área socioeducativa.

#### **4.1. Descripción sistematizada de la P.I.**

El proceso metodológico de la práctica institucional se llevó a cabo en las siguientes fases:

##### **4.1.1 Primera Fase: Revisión bibliográfica**

En esta primera fase, se realizó una revisión a profundidad en libros de corte virtual, en tesis elaboradas por estudiantes de la carrera de Psicología, así también se accedió a una serie de páginas de internet, donde se tuvo acceso a información de ciertas organizaciones mundiales y no menos importante se ejecutó la revisión del programa a ser implementado, todos estos como sustento para una elaboración favorable del presente documento.

##### **4.1.2 Segunda Fase: Contacto y coordinación con la institución y población beneficiaria**

En esta fase, se llegó a establecer el primer acercamiento con la institución, dónde se obtuvo una entrevista con el director Lic. Germán Ramiro Méndez Velásquez explicando la temática e importancia de la práctica, posteriormente el director fijó las fechas para el ingreso a la institución logrando así tener el acceso para trabajar en los diferentes niveles. Tras una exposición y revisión del programa por parte de las profesoras del establecimiento, designo a las responsables de las áreas de biología y psicología para coordinar con ellas las horas de clase, se tuvo una reunión con las dos profesoras Mabel Galean que trabaja con los cursos de 4º, 5º, 6º, profesora Jaqueline Montero con los tres 2ºdos y la profesora de filosofía Silvia Martínez que pasa clases con todos los cursos. Del mismo modo se dio lugar al primer encuentro con la población asignada. Donde se realizó la presentación del facilitador, se

expuso los objetivos del programa educación sexual integral y las actividades que se realizarán durante el tiempo asignado de la práctica. Dejando consigo a cada adolescente con ánimos y curiosidad para las posteriores sesiones.

#### **4.1.3 Tercera fase: Evaluación del conocimiento inicial**

Para obtener datos acerca del nivel inicial de conocimientos y habilidades que presentan los adolescentes, previo a la implementación del programa, se elaboró y aplicó el “Cuestionario de Conocimientos sobre educación sexual” que permitió el acceso a información relevante.

#### **4.1.4 Cuarta fase: Implementación del programa**

El 20 de marzo de la presente gestión, se dio inicio a la implementación del Programa “Educación Sexual Integral” en la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II de Tomatitas con la supervisión del director Lic. Germán Ramiro Méndez.

Las sesiones estaban constituidas por una dinámica de inicio, buzón de preguntas, desarrollo del tema, reflexión y cierre con una duración aproximada de 1 hora y 40 minutos; cada actividad contaba con objetivos planteados para ser cumplidos a través de diferentes métodos y técnicas. Durante la aplicación del programa, los adolescentes manifestaban predisposición, entusiasmo e interés por los posteriores contenidos. Se culmina con la implementación del programa un 30 de junio del 2023.

El programa consta de tres áreas:

##### **Área número 1: Habilidades para la vida**

A través de esta área se da lugar a que los adolescentes fortalezcan habilidades y destrezas en las temáticas de autoestima, valores, comunicación asertiva, toma de decisiones y proyecto de vida desarrollando así una vida sana, plena e integral de salud sexual y salud reproductiva.

##### **Área número 2: Sexualidad y derechos**

En esta área se pretende identificar y relacionar las dimensiones y componentes de la sexualidad, como sexo, género, identidad de género, rol de género, reconociendo la

importancia en su propia vivencia, para el ejercicio pleno de los derechos sexuales y derechos reproductivos.

### **Área número 3. Salud sexual y salud reproductiva**

A través de esta área se da lugar a la construcción de conocimientos y reflexión sobre el cuidado de la salud sexual y la salud reproductiva, desde la propia experiencia con el fin de lograr el bienestar integral entre las temáticas abordadas se encuentran: identificación de riesgos “embarazo adolescente”, expresión de presión, revisión de anatomía y fisiología, métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual y el método ABC.

#### **4.1.5 Quinta fase: Culminación de la implementación del programa**

El 30 de junio, culminó la aplicación del programa de capacitación. Este espacio dio lugar a la expresión de emociones de un número notable de estudiantes, quienes a través de sus manifestaciones de gratitud, demostraban lo rescatado de la metodología implementada.

#### **4.1.6 Sexta fase: Retroalimentación de la metodología**

Con la finalidad de realizar una sinopsis de las temáticas más sobresalientes del programa, entre estas: “Autoestima, comunicación en la familia, derechos, sexualidad, identificando riesgos, panel de expertos”. Se planificó un “Rally”, el mismo fue una actividad dinámica y que de una manera divertida, asumieron con mucho interés y compromiso los adolescentes.

#### **4.1.7 Séptima fase: Feria Educativa**

En coordinación con dirección y plantel docente se estableció una fecha con el objetivo de ejecutar una feria educativa, exponiendo las habilidades y conocimientos adquiridos durante las capacitaciones. Con este fin se asignó a cada curso una temática, realizaron subgrupos, donde cada grupo realizaron diferentes técnicas para exponer como ser sociodramas, mimos, canción del VIH-SIDA, papelógrafos, juegos, periódico mural, etc. El 23 de junio de la presente gestión a horas 8:00 am se llevó a cabo la feria educativa, teniendo la participación de todos/as los/las adolescentes y profesores, realizándose como presentación un pequeño acto cívico.

#### **4.1.8 Octava fase: Evaluación del conocimiento final**

Una vez finalizados los talleres, con la guía “Tomando decisiones” (*Arteaga, céspedes, cerezo cultura participativa, 2008*), desde la fecha 26 de junio se efectuó la evaluación de los conocimientos adquiridos mediante un instrumento diagnóstico denominado Pos-test datos que permitieron elaborar el análisis final, mediante la comparación de los resultados obtenidos en el pre y pos-test.

#### **4.2. Características de la población beneficiaria**

La población que se benefició con el programa Educación Sexual Integral está conformada por adolescentes del nivel secundario de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II, ubicada en la provincia Méndez, comunidad de Tomatitas de la Ciudad de Tarija.

Las características que presentan la población beneficiaria son:

- Edad: 13 a 18 años. - Sexo: Masculino y femenino.
- Nivel de educación: Estudiantes del nivel Secundario Comunitario Productivo de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II de la provincia Méndez, comunidad de Tomatitas de la Ciudad de Tarija.
- Cursos: 2dos,4tos,5tos, 6to de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II.

## CUADRO N° 1

### Descripción de la población beneficiaria del programa Educación Sexual Integral

N°	Nivel	Unidad Educativa	M	F
1	2ª A Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	8	16
2	2ª B Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	18	7
3	2ª C Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	16	11
4	4ª A Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	9	13
5	4ª B Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	10	12
6	5ª A Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	7	9
7	5ª B Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	10	11
8	6° Secundaria	Ángel Calabi Pazzolini II	14	19
			<b>92</b>	<b>98</b>
<b>Total</b>			<b>190</b>	

Fuente: Dirección de la Unidad Educativa Angel Calabi Pazzolini II

Elaboración: propia

Por lo tanto, el grupo META está constituido por 92 adolescentes de sexo masculino y 98 de sexo femenino, haciendo un total de 190 adolescentes, de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II de la provincia Méndez, comunidad de Tomatitas.

En principio se trabajó con dos colegios, con los cursos equitativos en el colegio Lidia de Campos de la Ciudad de Tarija; se tuvo problemas con la disposición de las horas con la profesora del área de biología. En el área de religión, la profesora dispuso sus horas y se hizo las sesiones correspondientes esperando que por la temporada de exámenes la profesora de biología cedería el tiempo pasando los exámenes, sin tener respuesta y siendo perjudicial para el desarrollo de la práctica institucional no se siguió impartiendo las sesiones en dicha unidad educativa. Por ello en la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II las profesoras dispusieron más cursos y horas para la implementación del programa siendo actualmente ocho cursos.

### **4.3. Contraparte Institucional**

La Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II dispuso sus ambientes como ser las aulas de trabajo, áreas verdes. Los horarios de las maestras de las áreas de biología y psicología brindando el apoyo en cada sesión.

### **4.4. Métodos, técnicas e instrumentos y materiales implementados en la práctica institucional.**

#### **4.4.1. Métodos**

Para la elaboración inicial de la Práctica Institucional, nos vimos en la necesidad de sostenernos en determinados métodos, a través de los cuales se elaboró el presente documento, es así que a continuación se describen en cada fase, los métodos empleados:

#### **ψ Fase de diagnóstico**

En la actual fase se pretende obtener datos que brinden información acerca de los conocimientos con respecto a la educación sexual integral con los que cuentan nuestra población beneficiaria, antes de la implementación del programa; para lo cual nos sostendremos el siguiente sustento:

#### **➤ Método teórico**

Los métodos teóricos se utilizan de manera reiterada desde la elaboración del diseño investigativo, a partir del estudio del estado del arte sobre el problema científico, hasta la interpretación de los datos, los hechos constatados y las correspondientes conclusiones como recomendaciones. Posibilitan procesar los resultados obtenidos mediante el uso de los métodos empíricos, sistematizarlos, analizarlos, explicarlos, descubrir qué tienen en común, para llegar a conclusiones confiables que permitan resolver el problema. (Ortiz, 2012; Zoya & Roggero, 2015; Rodríguez, 2017).

#### **➤ Método empírico**

Los métodos empíricos se basan en la experiencia en el contacto con la realidad, es decir se fundamentan en la experimentación y la lógica que, junto a la observación de fenómenos y su análisis estadístico, son los más utilizados en el campo de las ciencias sociales y en las

ciencias naturales. Por otro lado, los métodos empíricos se utilizan para descubrir y acumular un conjunto de hechos y datos como base para diagnosticar el estado del problema a investigar y/o la constatación o validación de la propuesta a ofrecer en la investigación, pero que no son suficientes para profundizar en las relaciones esenciales y por ello requieren del empleo de los métodos teóricos (Hernández, Argüelles y Palacios, 2021).

#### **ψ Fase de intervención**

Para llevar a cabo la implementación del programa, se utilizaron los siguientes métodos:

#### **ψ Método Activo-Participativo**

Se implementó para los talleres la metodología activo participativo: es una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza aprendizaje así también la construcción del conocimiento. Esta forma de trabajo concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción, reconstrucción del pensamiento. Esta metodología parte de los intereses del alumno/a y preparándolos para la vida diaria. Su fundamento teórico se basa en la teoría de Piaget, ya que explica cómo se forman los conocimientos. (Nuñez., 2017).

#### **ψ Método Expositivo**

Este método consiste en que el facilitador presenta el tema, dando a conocer palabras claves, y relaciona estos conceptos con las actividades cotidianas de cada sujeto.

### **4.4.2. Técnicas**

#### **ψ Fase de diagnóstico**

Se realizó un previo análisis a los datos obtenidos por determinadas fuentes confiables, los cuales nos brindaron información que resalta el escaso conocimiento acerca de la educación sexual integral que presentan nuestra población adolescente, del nivel secundario. Por otro lado, la revisión de documentos, permitió acceder la información que resalta el estado de vulnerabilidad que se hace presente en la etapa de la adolescencia.

#### **ψ Fase de intervención**

#### **➤ Técnicas Participativas**

Están compuestas por diferentes actividades como ser dinámicas de grupo, sociodramas adecuación de juegos populares con fines de capacitación, videos, dibujos y cualquier otro medio que tenga como objetivo generar la participación, el análisis, la reflexión y un cambio de actitud consciente y duradero en los participantes, que conduzca a una planificación de acciones para la solución de problemas. (JALDA)

El Programa de “Educación Sexual Integral”, cuenta de 27 sesiones todas con dinámicas de inicio, actividades de desarrollo individual y grupal, finalmente a través de ciertas técnicas busca crear espacios de análisis y reflexión, a continuación, se describe las siguientes técnicas:

- **Técnicas o dinámicas vivenciales**

Se caracterizan por crear una situación ficticia donde las personas se involucran, reaccionan y adoptan aptitudes espontáneas estas técnicas pueden ser para animar o para realizar un análisis

La característica principal de estas técnicas es permitir analizar y reflexionar con mayor profundidad los conocimientos sobre un tema en desarrollo

- **Técnicas con actuación**

Que se caracterizan por la expresión corporal, a través de la cual se representa situaciones de comportamiento y formas de pensar, por ejemplo, el sociodrama. Técnica que se realizó en las sesiones de derechos sexuales y reproductivos, embarazo adolescente y en la feria educativa.

- **Técnicas auditivas y visuales**

Que se caracteriza por el uso del sonido o de la combinación con imágenes, estas técnicas permiten aportar elementos de información adicional y/o enriquecer el análisis y reflexión sobre algún tema.

Son las técnicas escritas y las técnicas gráficas. Las primeras se refieren a todo material que utiliza la escritura como elementos centrales por ejemplo papelógrafos o trabajo de grupos, cuya característica es que el producto final es el resultado directo de lo que el grupo

conoce, piensa o sabe de un determinado tema. Las técnicas gráficas se refieren a todo material que se expresa a través de dibujos y símbolos por ejemplo dibujos, afiches, murales, etc.

- **Técnicas rompe hielo o de animación**

Tienen la finalidad de mantener una atmósfera de confianza y seguridad en los participantes, que les permita participar activamente durante los procesos de enseñanza aprendizaje. Generalmente las técnicas de este grupo se caracterizan por ser activas, que permiten relajar a los participantes, involucrar al conjunto y se hace notar que en el desarrollo de cada una de estas técnicas está presente el humor. Se la empleó al inicio de las sesiones para favorecer el ambiente.

- ψ **Fase de evaluación**

- **Análisis de documentos**

Para efectuar la interpretación de datos, se necesitó de esta técnica, la cual permitió elaborar el análisis de resultados, obtenidos de la prueba pre test y comparar los mismos con los datos recogidos de la prueba pos-test a través del análisis y comparación; se determinó el incremento evidente, de conocimientos y habilidades que presentan la población adolescente selecta.

#### **4.4.3. Instrumentos**

- **Cuestionario de Conocimiento acerca de la Educación Sexual Integral**

Para obtener los datos iniciales a la implementación del programa de Educación Sexual Integral y por otra parte, para tener la certeza de la efectividad, se vio la necesidad de crear un cuestionario que evalúe los conocimientos acerca de la Educación Sexual, que poseen los estudiantes de la comunidad de Tomatitas. Este fue propuesto con base a revisión bibliográfica, guiados por información fiable para la elaboración del mismo y sosteniéndonos en otros instrumentos de evaluación de instituciones que trabajan con educación sexual como CIES su cuestionario pre-pos test” Liderazgo y sexualidad” del guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes y el manual “Tomando Decisiones” de Save the Children. Así también previo a una revisión minuciosa y tomando en cuenta las

recomendaciones, se cuenta con la validación del instrumento por un especialista en el área de sexualidad M.Sc.Licenciado Bismarck Gutiérrez docente de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho Facultad de Humanidades Carrera de Psicología.(ver anexo 1)

**Descripción del instrumento:** El Cuestionario evalúa el nivel de conocimiento acerca de la Educación Sexual Integral de los estudiantes del nivel Secundario Comunitario Productivo de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II de la provincia Méndez, comunidad de Tomatitas. Constituye una propuesta por parte del estudiante; consta de 18 ítems. Siendo esta recopilación del pre-pos test “liderazgo y sexualidad” del guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes del centro CIES. Las siguientes preguntas: 1,4,5,6,7,10,12,14,15,16,17,18. Además se adjuntó preguntas de la guía práctica para trabajar con adolescentes en el área de sexualidad guía tomando decisiones de Save the Children.las preguntas: 8,9,11.

A raíz de diferentes ausencias para obtener resultados, la practicante propuso las siguientes preguntas que llenaron vacíos, como así también contribuyeron a temas inmersos en la implementación del programa.

La pregunta 2 “Escribe dónde obtenemos información sobre sexualidad”: Ayudó a visualizar si están recibiendo información pertinente o en qué lugar lo buscan, identificando si son fuentes confiables.

La pregunta 3 “El sexo es” Este término lo mal utilizamos incluso las mismas personas mayores o en diferentes publicaciones de las redes sociales, noticias, TV, etc. Se incorporó la pregunta para conocer, si los adolescentes distinguen correctamente el término.

Para tocar temas como sexualidad, es fundamental iniciar con la autoestima. Esta es la que guiará todo el proceso de la temática, más aún hablando temas de sexualidad. Por ello se presentó la pregunta N°13, para obtener información sobre sus conocimientos acerca de la autoestima y no una idea equivocada de este término.

El instrumento contiene dos tipos de respuestas: del número 1 al 18 excepto el número 2 son para encerrar en un círculo la respuesta que se crea conveniente, eligiendo solo una opción y el número 2 que es pregunta abierta.

- **Programa de Intervención “Guía Práctica para Trabajar con Adolescentes”**

El programa de intervención que se utilizó es una “*Guía práctica para trabajar con adolescentes en el área de sexualidad* “ y la “*Guía comunicándonos con otros jóvenes*” elaborado y validado por Save the Children (*Salvar a los niños*) que es una organización no gubernamental (ONG) internacional que tiene como finalidad trabajar por los derechos de la niñez, trabaja en Bolivia desde hace 30 años, implementando programas dirigidos a apoyar niños, niñas, adolescentes y jóvenes especialmente los más marginados en las áreas de salud, educación, pobreza infantil, protección, gobernanza, emergencias en derechos de la niñez, trata, explotación laboral infantil y VIH/SIDA, entre otros.

Save de Children propone la segunda edición de la guía tomando decisiones como una herramienta que permitirá a profesionales, técnicos, líderes adolescentes u otros facilitadores de procesos de sexualidad y salud reproductiva. Los contenidos de actividades de la guía posibilitan que cada participante analice, reflexione y se apropie de conocimientos, actitudes y prácticas que motivan el ejercicio de una sexualidad sana y responsable para la vida cotidiana en un marco de derechos humanos y de promoción de la salud.

Esta segunda edición de investigación, adaptación y validación, es resultado de aportes permanentes de profesionales, técnicos, facilitadores adolescentes y otros que han aplicado la guía en las ciudades de Oruro, El Alto y áreas rurales de La paz. Estos procesos enriquecieron los contenidos y la metodología en un contexto de promoción de la salud, entornos saludables y Derechos Humanos para los adolescentes y jóvenes.

El mismo está compuesto por tres áreas (temas), cada uno de ellos con 7 sesiones excepto el área de habilidades para la vida que tiene 10 sesiones y una de inicio del taller.

#### **4.4.4. Materiales**

Se utilizarán los siguientes materiales:

- Hojas de la guía práctica para trabajar con adolescentes (Fotocopias)
- Pliegues de papel bond, marcadores, hojas de color y blancas.
- Cinta adhesiva, cartulinas.
- Hojas blancas tamaño carta.
- Hojas de color.

#### **4.5 Procedimiento o desarrollo de las diferentes etapas**

Las siguientes secciones son recopiladas de una “*guía práctica para trabajar con adolescentes*” en el área de Educación Sexual Integral

- Conducción investigación y adaptación Save the Children Tomando decisiones. Segunda Edición 2008 cultura participativa Arteaga, céspedes, cerezo, freudemthal.

**CUADRO N° 2**  
**Programa de Educación Sexual Integral**

<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Actividades</b>
Habilidades Para La Vida	Fortalecer habilidades y destrezas, para desarrollar una vida sana ,plena e integral de salud sexual y salud reproductiva	Act.1-Imitando animales Act.2- ¿Cómo me ven los demás? Act.3-Los espejos Act.4-Reconstruyendo mi autoestima Act.5-Identificación de valores y desvalores Act.6-La historia Act.7-La comunicación empieza por casaAct.8-Comunicación no verbal Act.23- Los caminos Act.24-Mis decisiones Act.25-Metas a cortoAct.26-Metas a largo plazo.Act.27-Despedida
Sexualidad Y Derechos	Identificar y relacionar las dimensiones y componentes de la sexualidad ,reconociendo la importancia en su propia vivencia para el ejercicio pleno de los derechos sexuales y derechos reproductivos	Act.9- ¿Se cumplen mis derechos? Act.10- Mural egipcio Act.11- El marciano Act.12- ¿Hacemos lo que queremos? Act.13 –¿Qué es sexualidad? Act.14- Línea de la vida Act.15- El simposio
Salud Sexual Y Salud Reproductiva	Construir conocimientos y reflexionar sobre el cuidado de la salud sexual y la salud reproductiva ,desde la propia experiencia con el fin de lograr el bienestar integral	Act.16- Revisión de anatomía y fisiología Act.17- Identificando Riesgos Act.18- Uso adecuado del condón Act.19- Expresión de presión Act.20- Panel de expertos Act.21- Estrategias para practicar la abstinencia Act.22-La orientación “feria educativa”

## **V. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS**

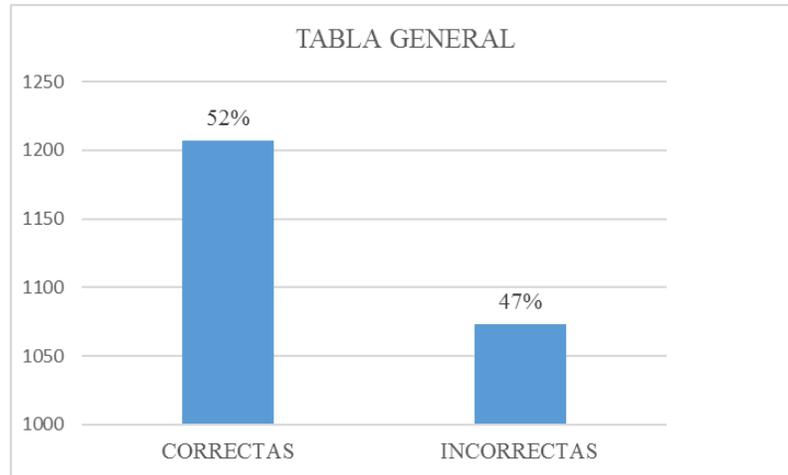
En el presente capítulo, se reflejan los resultados de la implementación del programa de Educación Sexual Integral implementado en los adolescentes del nivel Secundario Comunitario Productivo de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II de Tomatitas, permitiéndonos dar respuesta a los objetivos específicos que plantea la práctica institucional. Por lo tanto, el presente apartado está estructurado por los posteriores segmentos: En primera instancia, previo a la implementación del programa, se observarán los datos cuantitativos sobre el nivel de conocimientos sobre Educación Sexual que presentan los adolescentes del nivel Secundario Comunitario Productivo de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II de Tomatitas; seguidamente se redacta de manera minuciosa la implementación del programa “Educación Sexual Integral “el cual está conformado por tres áreas: la primera titulada “Habilidades para la vida”, el segundo lleva el nombre de “Sexualidad y derechos”, al tercero nos referimos como “Salud sexual y salud reproductiva”, estos están conformados por sesiones la primera área con once sesiones, la segunda y tercera con siete cada una , las cuales están estructuradas de esta manera: Área, tema, objetivo, sesión, desarrollo, el mismo compuesto por: Dinámicas de inicio , desarrollo personal y grupal (objetivos y materiales), actividad de Reflexión y acción (cierre), y finalmente las observaciones. Por último, dando cumplimiento al tercer objetivo, se elabora un cuadro y análisis comparativo entre la evaluación inicial (pruebas pre-test) y final (pruebas pos-test) de los adolescentes de la Unidad Educativa Ángel Calabi Pazzolini II.

### **5.1. Primer objetivo**

En el presente apartado se puede observar una serie de datos que permiten dar cumplimiento al primer objetivo: “Evaluar el grado de conocimiento inicial en educación sexual integral, que presentan los adolescentes”

### CUADRO N° 3

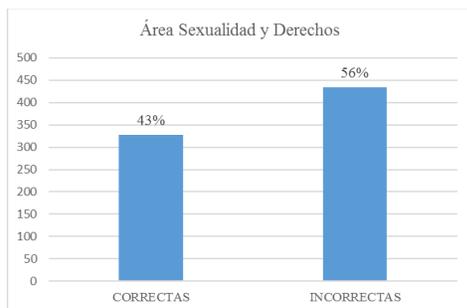
#### Evaluación Inicial del Nivel de Conocimiento General sobre Educación Sexual Integral



Fuente: Cuestionario de conocimiento sobre Educación Sexual Integral  
Elaboración: propia

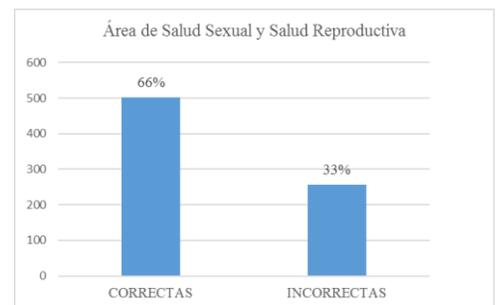
### CUADRO N°4

#### Área sexualidad y derechos



### CUADRO N°5

#### Área de salud sexual y salud reproductiva



### CUADRO N°6

#### Área habilidades para la vida



Para comenzar el análisis de resultados, en primer lugar y antes de adentrarnos en una descripción detallada por áreas del nivel de conocimiento que poseen los adolescentes sobre la temática, se presentan los resultados correspondientes a la evaluación general, permitiendo lograr una mejor apreciación.

Del 100% de adolescentes encuestados, un 52% responde correctamente el cuestionario inicial, considerando la teoría de Vygotsky, (Plataforma Integral,2022. p.28) se plantea que, en una de las zonas de desarrollo, se presentan las habilidades actuales del alumnado que desde pequeños fueron aprendiendo en el contexto social, lo cual les proporciona una base inicial en relación a la educación sexual integral.

En contraste, un 47% responde incorrectamente, lo cual es un porcentaje llamativo que demanda a que los adolescentes dispongan de herramientas e información confiable con relación a la sexualidad.

Si bien en pleno siglo XXI de la globalización el mundo experimentó un gran cambio en diversos temas como los económicos, tecnológicos, políticos y de salud, entre otros; no es indiferente a la información que se maneja en redes sociales y otras fuentes referentes a la sexualidad.

Hoy en día se cuenta con acceso a todas las plataformas digitales que resuelven incertidumbres o incluso generan aún más interrogantes en los adolescentes. Es así que se hace evidente que el interés por la educación sexual es muy amplio, pues el adolescente está buscando medios por los cuales sacar provecho e informarse.

El programa que se plantea está dividido por tres áreas:

En el cuadro N°4 se plasma el área de sexualidad y derechos; esta área hace énfasis en el conocimiento sobre sexualidad, sexo, género, identidad de género, derechos sexuales y reproductivos.

El nivel de respuestas correctas es de 43%, siendo un indicador que demuestra la demanda por adquirir conocimientos. Al contestar de manera errónea un 56%, podemos deducir que este porcentaje de adolescentes carece de la información necesaria sobre esta área, siendo esencial la implementación del programa para abordar estas temáticas y resolver las dudas de los adolescentes.

En relación al área de salud sexual y salud reproductiva, un 66 % responde correctamente a las preguntas, lo que la convierte en una de las áreas con mayor porcentaje, enfatizando el

impacto que tiene la enseñanza de temas referentes a la educación sexual integral, desarrollada en la unidad educativa. Es está a la vez, una fuente para que los adolescentes accedan a información, reflejándose este porcentaje en un 38% (ver cuadro N°7 Pg.47). A pesar de ello, se resalta que es necesario fortalecer estos temas para que tengan una mejor efectividad, siendo que un 33% de adolescentes respondieron incorrectamente.

Se puede apreciar en el cuadro N°6 el área habilidades para la vida, que engloba temas como: autoestima, valores, comunicación asertiva y toma de decisiones. Estos son esenciales para el desarrollo de la vida, en esta área se evidencia un porcentaje menor de respuestas correctas, con un 49%, siendo predominante un 50% de respuestas incorrectas.

Es innegable la importancia de implementar el programa de educación sexual integral, para satisfacer las necesidades de adquirir conocimientos y herramientas para el día a día de los adolescentes.

**CUADRO N°7**

**PRETET: CONOCIMIENTO SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL**

**Área: Sexualidad Y Derechos**

<b>Preguntas</b>		<b>Pretest</b>	
<b>La sexualidad está formada por los siguientes pilares:</b>		Frecuencia	%
A)	La personalidad, autonomía, asertividad y género.	45,00	24,86
B)	La afectividad, reproductividad, erotismo y género.	86,00	47,51
C)	Biofisiológico, psicológico y social	<b>50,00</b>	<b>27,62</b>
	<b>Total</b>	<b>181,00</b>	<b>100,00</b>
<b>Escribe donde obtenemos información sobre la sexualidad:</b>		Frecuencia	%
A)	Centros educativos	<b>105,00</b>	<b>38,04</b>
B)	Ningun lugar	41,00	14,86
C)	Familia	<b>45,00</b>	<b>16,30</b>
D)	Internet	<b>55,00</b>	<b>19,93</b>
E)	Televisión	6,00	2,17
F)	Libros de sexualidad	14,00	5,07
G)	Centros de Salud	10,00	3,62
H)	Talleres de educación sexual	0,00	0,00
	<b>Total</b>	<b>276,00</b>	<b>100,00</b>
<b>El sexo es:</b>		Frecuencia	%
A)	Tener relaciones sexuales	38,00	20,43
B)	Distinción biológica que existe entre un hombre (pene) y una mujer (vagina)	<b>133,00</b>	<b>71,51</b>
C)	El placer que siente una persona	15,00	8,06
	<b>Total</b>	<b>186,00</b>	<b>100,00</b>
<b>La identidad de género es:</b>		Frecuencia	%
A)	La construcción social a partir de la cual se asignan roles y funciones a hombres y mujeres.	91,00	50,00
B)	La causa de la violencia basada en género.	7,00	3,85
C)	Percepción que un vínculo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.	<b>83,00</b>	<b>46,15</b>
	<b>Total</b>	<b>181,00</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuál de los siguientes derechos es un derecho sexual?:</b>		Frecuencia	%
A)	El derecho de las mujeres a no ser discriminadas en el trabajo o el estudio por razón de embarazo, maternidad y/o interrupción del embarazo.	101,00	54,89
B)	El derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.	<b>61,00</b>	<b>33,15</b>
C)	El derecho a la maternidad libremente decidida.	22,00	11,96
	<b>Total</b>	<b>184,00</b>	<b>100,00</b>

Fuente: Cuestionario de conocimiento sobre Educación Sexual Integral  
 Elaboración: Propia

Antiguamente mencionar las palabras pene o vagina era vergonzoso, causaba que nos sonrojemos o burlemos al escucharlas en la materia de biología. Escuchar la palabra sexo, trae a la mente tener relaciones coitales. Al pasar el tiempo esto fue cambiando al extremo de visualizarlo en las paredes de las calles, en dibujos, palabras haciendo referencia a algo morboso e insultante y normalizándose no de la mejor manera. En la actualidad un 71% de adolescentes define correctamente que es sexo, identificándolo como la distinción biológica que existe entre hombre y mujer. Se entiende que es un órgano más de nuestro cuerpo y no así en el lenguaje popular el tener relaciones coitales que incluso el manejo del término se lo usa en novelas, películas marketing, distorsionando su verdadero significado.

Cuando hablamos de género y acompañamos la palabra con identidad o rol, si no contamos con la información correspondiente, confundiremos la diferencia que hay entre género, identidad de género y rol de género. En consecuencia, un 50% de adolescentes tiene una idea errónea de lo que es identidad de género definiéndola como la construcción social a partir de la cual se asignan roles y funciones a hombres y mujeres.

El derecho a recibir educación sexual se deriva de una serie de derechos protegidos, pero también el derecho a recibir o impartir información y el derecho de una educación inclusiva y de calidad (Council of europe , 2020)

Es así que un 54% responde a la premisa - ¿Cuál de estos es un derecho sexual? - incorrectamente, demostrándose que no cuentan con esta información. Los derechos sexuales y reproductivos son parte de los derechos humanos, estando relacionados con la libertad, protección y toma de decisiones. Conocerlos e informarnos acerca de ellos es fundamental, más aún en la etapa de la adolescencia, para vivir una vida plena y placentera respecto a la sexualidad.

## CUADRO N°8

### Área Salud Sexual y Salud Reproductiva

<b>La salud sexual es:</b>		Frecuencia	%
A)	El estado de salud que se consigue a través de la consulta médica.	51,00	27,27
B)	Un estado general de bienestar físico mental y social en todos los aspectos relacionados a la sexualidad	<b>123,00</b>	<b>65,78</b>
C)	Es el derecho a tener relaciones sexuales.	13,00	6,95
<b>Total</b>		<b>187,00</b>	<b>100,00</b>
<b>La salud reproductiva se caracteriza por:</b>		Frecuencia	%
A)	La capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos/as o no hacerlo, cuando y con qué frecuencia.	<b>133,00</b>	<b>71,12</b>
B)	El ejercicio responsable de la sexualidad.	25,00	13,37
C)	Ser un estado general de bienestar físico.	29,00	15,51
<b>Total</b>		<b>187,00</b>	<b>100,00</b>
<b>Una forma segura de prevenir la transmisión de ITS Y VIH es:</b>		Frecuencia	%
A)	Utilizar la píldora anticonceptiva.	19,00	10,05
B)	Tener una sola relación sexual con cada pareja.	23,00	12,17
C)	Utilizar condón en todas las relaciones sexuales/o la abstinencia.	<b>147,00</b>	<b>77,78</b>
<b>Total</b>		<b>189,00</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuáles son las tres vías de transmisión del VIH-SIDA?</b>		Frecuencia	%
A)	Una relación coital	<b>133,00</b>	<b>37,05</b>
B)	Mediante besos y abrazos	50,00	13,93
C)	Transfusiones de sangre	<b>67,00</b>	<b>18,66</b>
D)	Usando el mismo plato y cubierto	77,00	21,45
E)	Durante el embarazo, parto o el amamantamiento	<b>32,00</b>	<b>8,91</b>
<b>Total</b>		<b>359,00</b>	<b>100,00</b>
<b>La violencia basada en género es:</b>		Frecuencia	%
A)	La diferencia de poder entre hombres y mujeres.	69,00	37,50
B)	Cualquier acto de violencia que resulte un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico de los hombres hacia las mujeres	<b>100,00</b>	<b>54,35</b>
C)	El uso de la fuerza para reivindicar los derechos.	15,00	8,15
<b>Total</b>		<b>184,00</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuáles crees que son los motivos por los que los adolescentes no usan algún método anticonceptivo en las relaciones sexuales?:</b>		Frecuencia	%
A)	Falta de información y educación acerca del uso	<b>88,00</b>	<b>46,81</b>
B)	Por qué no son accesibles para los y las adolescentes	3,00	1,60
C)	Por qué el hombre o la mujer no quiere usar algún método anticonceptivo	19,00	10,11
D)	Todas	<b>62,00</b>	<b>32,98</b>
E)	Ninguno	6,00	3,19
F)	Otra indique	10,00	5,32
<b>Total</b>		<b>188,00</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuáles crees que son las razones por las que se da un embarazo adolescente?:</b>		Frecuencia	%
A)	Por falta de educación sexual integral desde la niñez.	<b>62,00</b>	<b>34,64</b>
B)	Por falta de conocimiento y uso inadecuado de los métodos anticonceptivo	2,00	1,12
C)	Por falta de comunicación y afecto familiar y/o amigos.	<b>81,00</b>	<b>45,25</b>
D)	Por la prueba de amor en el enamoramiento.	34,00	18,99
<b>Total</b>		<b>179,00</b>	<b>100,00</b>

Fuente: Cuestionario de conocimiento sobre Educación Sexual Integral

Elaboración: Propia

La salud sexual es un estado general de bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados a la sexualidad. (Fondo de población de las Naciones Unidas , 2023) En cuanto a este concepto un 65% de adolescentes conoce la definición.

Igualmente, en la premisa de la “salud reproductiva se caracteriza por: la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos/as o no hacerlo, cuando y con qué frecuencia”, responden correctamente un 71% de estudiantes. Ante estas cuestiones se plasman porcentajes altos que demuestran un previo conocimiento en esta área y se deduce que este conocimiento inicial se debe a la información recibida en la unidad educativa por parte de maestros e instituciones que aportan al conocimiento acerca de la salud sexual y reproductiva.

Respecto a los motivos por los que los adolescentes no usan algún método anticonceptivo en las relaciones sexuales, un 46% considera que se debe a una falta de información y educación acerca del uso. Esta cuestión demuestra un motivo más para continuar con el programa de educación sexual integral, haciendo evidente su importancia y aclarando que si bien el colegio, las redes sociales, los amigos, son medios informativos, los adolescentes necesitan retroalimentación profesional.

Así mismo entre las razones por las cuales se da un embarazo adolescente, se sitúan con un 45% la falta de comunicación, afecto familiar y /o amigos. En muchos de los casos los adolescentes consideran una alarma para los padres de familia a los tabús, la vergüenza y miedo al encarar temas de sexualidad en la familia. Existen problemas que vivenciamos, en especial los adolescentes en esta etapa de experimentar curiosidades, temores y descubrimientos. La familia juega un rol primordial porque desde pequeños reciben el afecto, cariño y amor. Si los sentimientos y valores no se inculcan tempranamente, más adelante y en etapas posteriores, se evidenciarán las consecuencias.

## CUADRO N°9

### Área Habilidades Para La Vida

<b>Autoestima es:</b>		Frecuencia	%
A)	Una disciplina filosófica que estudia el bien y el mal	54,00	28,72
B)	El apoyo incondicional a causas o intereses ajenos	19,00	10,11
C)	El Aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo	<b>115,00</b>	<b>61,17</b>
Total		188,00	100,00
<b>¿Cuál cree usted que sea la causa principal por que los jóvenes no practican los valores?</b>		Frecuencia	%
A)	Sus padres	62,00	34,64
B)	Sus maestros	2,00	1,12
C)	Sus amigos	<b>81,00</b>	<b>45,25</b>
D)	Otros menciones	34,00	18,99
Total		179,00	100,00
<b>Una cualidad es:</b>		Frecuencia	%
A)	El Comportamiento que emplea un individuo frente a la vida	92,00	50,00
B)	Una Característica que se considera positiva	<b>49,00</b>	<b>26,63</b>
C)	La Valoración, percepción o juicio positivo	43,00	23,37
Total		184,00	100,00
<b>El proyecto de vida de una persona debe:</b>		Frecuencia	%
A)	Ser irrepentible, ya que responde a necesidades particulares.	<b>59,00</b>	<b>31,38</b>
B)	Ser estática ya que una vez que se plantea no debe cambiarse.	71,00	37,77
C)	Ser de acuerdo a lo que los padres y madres creen que es lo mejor.	58,00	30,85
Total		188,00	100,00
<b>La asertividad es importante para nuestra sexualidad porque:</b>		Frecuencia	%
A)	Así podemos imponer nuestros puntos de vista propios sin importar lo que me digan.	47,00	25,27
B)	Así sabrás cuando decir si y cuando decir no y defender nuestros derechos.	<b>110,00</b>	<b>59,14</b>
C)	Así podre ignorar los problemas para estar tranquilo (a).	29,00	15,59
Total		186,00	100,00
<b>Una forma de mejorar la toma de decisiones es:</b>		Frecuencia	%
A)	Conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.	<b>93,00</b>	<b>49,21</b>
B)	Pedir consejo a las personas que hayan tenido experiencias similares.	81,00	42,86
C)	seguir los instintos pase lo que pase	15,00	7,94
Total		189,00	100,00

Fuente: Cuestionario de conocimiento sobre Educación Sexual Integral

Elaboración: Propia

La autoestima en simples palabras es “el aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo” (Martinez, 2009). Un 61% de adolescentes conocen la definición, se estima que conocen este término ya que en las materias de Valores y Psicología el tema de autoestima está inserto en el currículo educativo.

Al pasar de los años la práctica de los valores se fue modificando con otras prácticas. En el ámbito de la sexualidad, los valores como la libertad, dignidad y otros, se vieron afectados por el entorno social, por un pensamiento más colectivo que individual. Ambos pensamientos comparten pros y contras, es por ello que un 45% de los adolescentes creen que la causa principal por la que los adolescentes no practican los valores, son sus amigos.

Desde que somos pequeños nos inculcan que tomar una decisión es algo crucial, de naturaleza estática y sin pretender cambios. Se aprende que, asumida de esta forma, ésta será una buena decisión. Se debe entender que el mundo y nuestra vida son cambiantes, todo está en movimiento y sujeto a cambios positivos o negativos. Nuestras decisiones, nuestros proyectos de vida son irrepetibles, responden a necesidades particulares de cada individuo.

Por lo tanto, los adolescentes tienen la tendencia con un porcentaje del 37% a responder que las decisiones deben ser estáticas, ya que una vez que se plantean, no debe cambiarse.

## 5.2. Segundo objetivo

A continuación, se redacta minuciosamente el desarrollo del programa “Educación Sexual Integral”, dando así cumplimiento al segundo objetivo planteado: Implementar el programa de capacitación en sexualidad, a través de una metodología activo participativa, orientadas a fortalecer conceptos y desarrollar habilidades que permitan a los jóvenes tener una actitud más responsable acerca de la temática.

### **Aplicación del cuestionario Pre test**

**Objetivo:** Evaluar el grado de conocimiento inicial en educación sexual integral, que tienen los/las adolescentes.

*Materiales:* Fotocopias del cuestionario pre test (Salud sexual y salud reproductiva)

*Duración:*60 minutos

### **Procedimiento**

- Se realizó una dinámica de distensión para relajarse, soltar tensiones y concentrarse en el cuestionario pre test. La dinámica consistía en cantar repitiendo lo que decía el facilitador  
Yo tengo un tic repiten = Yo tengo un tic ...Tic tic. (chasqueando los dedos) He llamado al doctor y me ha dicho que mueva la mano derecha ...Yo tengo un tic ...Tic tic ...He llamado al doctor y me ha dicho que mueva ...La pierna izquierda ...Pie derecho ...La cabeza.
- A sí mismo se repartió los cuestionarios pre test a cada estudiante. Una vez llenados se recogió. Para finalizar se incentivó a los estudiantes (as) para la siguiente sección con ánimos y curiosidad para iniciar los talleres.

**Observaciones:** Los jóvenes en algunos cursos se sorprendían, sonrojaban al escuchar decir que impartiría temas de Educación Sexual. Otros muy animados aplaudían y quedaron con ánimos y curiosidad de iniciar.

### **Momento: Desarrollo y entrenamiento de habilidades**

Área: Habilidades Para La Vida

➤ **Tema N° 1 Iniciando el taller** (conociéndonos)

**Objetivo:** Crear un ambiente propicio para el taller

ψ **Sesión 1-** Imitando a los animales

*Duración:* 60

*minutos*

*Objetivo:* Romper el hielo para facilitar la integración y el reconocimiento entre los /las participantes.

*Materiales:* Tarjetas de cartulina, marcadores, cinta adhesiva, dibujos de animales en pequeños papeles.

**Procedimiento**

- Se inició la actividad con una dinámica de distensión para relajarse y soltar tensiones. Las maracas. Se cantó y realizó las mímicas. Todos queremos ver a todos bailar maracas repite=Todos queremos ver a todos bailar maracas (todos aplaudiendo) y dice una maraca baja, una maraca sube, una maraca loca, una maraca sexy y una maraca suave. Se baja, sube, como indica la canción
- Se solicitó a los participantes formar un círculo, explicando que se entregará a cada participante un papel con el dibujo de un animal
- Se mezcló y entregó un dibujo de un animal diferente a cada participante
- Cada participante fue agrupándose de acuerdo al animal que tenía como ser el grupo de los pollitos, vacas, perros, gallos.
- Una vez conformados los grupos, imitaron el sonido, mímica del animal que les tocó
- Al interior del mismo fueron presentándose indicando su nombre, lo que más le gusta hacer y las expectativas que tienen del taller.

ψ **Sesión - Reglas Básicas**

*Duración:* 40 minutos

*Objetivo:* Crear un ambiente cómodo y seguro para hablar de sexualidad

*Materiales:* Dos pliegues de papel bond, marcadores

**Procedimiento:**

- Se explicó a los participantes que es importante crear un ambiente informal para el taller teniendo en cuenta ciertas reglas.
- Se colocó el pliego de papel en un lugar visible, se solicitó un voluntario para escribir en el pliego cómo título: REGLAS BÁSICAS

- Se generó una plenaria dónde los participantes fueron expresando las reglas que quieren tener dentro del aula durante los talleres Ejemplo "Respeto a la Opinión de los/las compañeras (os)" "No poner sobrenombres" "Ser participativos", etc.
- Se fue repitiendo en voz alta cada idea que iba surgiendo y consultando si estaban de acuerdo con cumplirla, una vez logrado el consenso se escribió en el papel
- Se reflexionó con el grupo respecto a la importancia de las firmas, las mismas implican un compromiso; se invitó a todos a estampar sus firmas en el papel donde se encuentran las reglas básicas
- Se recordó que, a partir de la firma todos/as tienen el compromiso de hacer respetar las REGLAS BÁSICAS del taller. Se indicó que pueden interrumpir las sesiones para señalar el incumplimiento de dichas reglas.

ψ **Sesión** -Los mensajes  
taller

*Duración:* 15 minutos, cada día del

*Objetivo:* Proporcionar una vía de comunicación anónima para que aquellas preguntas y mensajes que los y las participantes no desean hacer en público.

*Materiales:* Un sobre manila o una caja de cartón

**Procedimiento:**

- Se escribió la palabra BUZÓN en un sobre de papel
- Se presentó el sobre a los participantes, señalando que sirve para poner las preguntas y mensajes anónimos que ellos tengan, dentro de un marco de respeto al grupo. Se les dijo que cada día al finalizar las actividades se dará lectura a los mensajes y se responderán las preguntas.
- Se colocó el sobre en un lugar visible

➤ **Tema N° 2: Cualidades y autoestima**

**Objetivo:** Fortalecer la autoestima de los participantes, para facilitar la toma de decisiones.

ψ **Sesión 2-** ¿Cómo me ven los demás?

*Duración:* 120 minutos

*Objetivo:* Reconocer las cualidades de cada participante en base a lo que los demás perciben en él/ella. *Materiales:* Hojas tamaño carta, Marcadores, Cinta adhesiva.

## **Procedimiento**

- Se inició la actividad con una dinámica de distensión para relajarse y soltar tensiones. Yo tengo un gusanito *repetir* Yo tengo un gusanito... y lo miro y su cuerpo se relaja se relaja. Yo tengo un gusanito y lo miro, Y lo huelo y su cuerpo se relaja se relaja. Yo tengo un gusanito y lo miro y lo huelo y lo tiró y su cuerpo se relaja se relaja. Yo tengo un gusanito y lo miro y lo huelo y lo tiró y lo piso y su cuerpo se relaja se relaja. Yo tengo un gusanito y lo miro y lo huelo y lo tiró y lo piso y lo alzo y su cuerpo se relaja se relaja. Yo tengo un gusanito y lo miro y lo huelo y lo tiró y lo piso y lo alzo y me lo como y su cuerpo se relaja se relaja
- Se explicó a los participantes que se iniciaría con el tema de cualidades y autoestima enunciando que en nuestro diario vivir estamos acostumbrados a ver los defectos de los demás y nos cuesta ver las cualidades por ello en esta hora identificaremos solo cualidades aspectos positivos de los compañeros /as
- Se pidió a cada participante sacar una hoja en blanco y pegarla en la espalda de cada compañero/a con cinta adhesiva
- Se solicitó que escriban en las hojas de sus compañeros/as las cualidades que hayan identificado en ellos/as
- Luego se invitó a tomar asiento indicando que pueden sacarse la hoja pegada a la espalda
- Se Concedió unos minutos para que individualmente analicen la lista que tenían pegada la espalda.
- Se solicitó voluntarios para que lean su lista en voz alta. Una vez que la expusieron se realizó una plenaria en base a los puntos de análisis y reflexión: 1.- ¿Sabían que tenían esas cualidades? 2.- ¿Cómo se sintieron al leer su lista? 3.- ¿Descubrieron nuevas cualidades que no sabían que tenían? 4.- ¿Fue fácil de identificar las cualidades en los demás compañeros? 5.- ¿En qué les ayuda a reconocer sus cualidades?

**Se cerró la actividad** indicando que la autoestima se alimenta de diferentes fuentes, una de ellas es la opinión de los demás tiene uno/a y otra es, cómo se valora y respeta la persona a sí misma. Esta última es la fuente más importante ya que de otra manera dependeríamos demasiado de la valoración de los demás. Se señaló la importancia que tiene identificar y

valorar nuestras cualidades, encontrar cualidades en la gente que nos rodea, así como reconocer que la gente puede ver y nosotros cualidades que no conocíamos.

**Observaciones:** Al momento de pedir que pegaran la hoja en la espalda del compañero/a algunos participantes temían porque les escribieran algo muy malo y no así las cualidades; sin embargo, todos colaboraron con la consigna. Cuando se despegaron la hoja de la espalda muchos se sorprendieron al saber que tenían esas cualidades en su mayoría expresaban que no sabían que tenían esas cualidades y guardaron su hoja en un archivador para que no se arrugara. Otros lo pegaron en la pared del curso.

ψ **Sesión 3-** Los Espejos  
minutos

*Duración:*120

*Objetivo:* Identificar cualidades en sí mismos

*Materiales:* Una fotocopia de la hoja de trabajo " los espejos" por cada participante

### **Procedimiento**

- Se comentó al grupo que se realizará un paseo imaginario a un parque de diversiones
- Se realizó la dinámica de la montaña rusa para relajarse y soltar tensiones siendo la primera atracción del parque al que entrarían
- Se colocó música de fondo simulando un parque de atracciones
- Se pidió que cerraran los ojos y se imaginen dentro de aquel parque, donde podían observar los carruseles autos chocadores y otros elementos
- Ahora se pidió que ingresen a una nueva atracción del parque y se trata de la casa de los espejos
- Se describió el interior de la casa de los espejos, diciendo nos encontramos rodeados de espejos de todos los tamaños y formas, cada uno de estos refleja nuestra imagen de varias formas, describen solo aspectos positivos de nuestra personalidad y vida ejemplo un espejo describe nuestro carácter, otro nuestra relación con nuestros padres, amigos, etc.
- Se indicó que escriban en los correspondientes espejos, las cualidades o características positivas que reconocieron en su paseo imaginario por el parque de diversiones hoja de trabajo "Los espejos"

- Se solicitó voluntarios/as que deseen compartir sus hojas de trabajo, comenzando por los espejos que fueron descritos con mayor facilidad
- Se generó una plenaria en base a los puntos de análisis y reflexión: 1.- ¿Qué cualidades les costó más trabajo identificar? 2.- ¿Cómo creen que pueden mantener o aumentar la imagen positiva que le refleja cada espejo acerca de sí mismos? 3.- ¿Qué aprendieron de sí mismos?

**Cierre de la actividad:** Se destacó lo que uno piensa de sí mismo (fuente interna) es más importante que las opiniones de los demás (fuente externa). Reconocer nuestras cualidades y habilidades nos empodera para hacer frente a críticas y situaciones difíciles. En consecuencia, nos valoramos, respetamos y tomamos decisiones que nos fortalezcan como personas.

**Observaciones:** Los participantes tardaron en reconocer sus cualidades algunos de ellos en la hoja de trabajo "Los espejos" escribían sus defectos en vez de sus cualidades. Entre las cualidades que más les costó identificar fueron (Mi cuerpo es)

ψ **Sesión 4 - Reconstruyendo mi autoestima**  
minutos

*Duración:* 120

*Objetivo:* Reconocer y reforzar los elementos internos de la autoestima

*Materiales:* hojas blancas, hoja de trabajo "reconstruyendo mi autoestima", cinta adhesiva

### **Procedimiento**

- Se inició la actividad con una dinámica de distensión para relajarse y soltar tensiones. Referida al cuerpo para dar inicio a la actividad: La cuchilla y la palanca... Hay viene Responden: ¿Quién? Hay viene la cuchilla. Todos hacia la derecha con las manos arriba diciendo ¡Ahh ahh¡. Hay viene la palanca. Todos hacia la mano izquierda ¡Ahh ahh¡. La cuchilla y la palanca ambas manos hacia arriba ahh ahh ...Y se baja ...A los piecitos (tocando y moviendo las partes del cuerpo) Y se sube a las rodillas, se sube a la cadera, se sube a los hombritos, se sube a la cabeza Y...y.... (Con las manos juntas sobre la cabeza) Y se menea (meneando todo el cuerpo)
- Se solicitó a los participantes tomar una hoja en blanco y realicen un dibujo que los represente. Se indicó que el mismo refleje su autoestima.

- Se explicó que se dará lectura a una serie de afirmaciones (hoja de trabajo-reconstruyendo mi autoestima) que seguramente afectará su autoestima, por ello, cada vez que termine de leer una afirmación cada participante deberá romper un trozo de la hoja. El tamaño dependerá del daño que le produce la afirmación a su autoestima.
- Se mostró a los participantes como hacer el ejercicio leyendo una afirmación y rompiendo un papel. Se recomendó que conserven los trozos hasta el final del ejercicio
- Se empezó a leer las afirmaciones pausadamente de la hoja de trabajo "reconstruyendo mi autoestima", mientras iban rompiendo sus papeles
- Todos se mostraban entre sí cómo quedaron sus hojas de trabajo.
- Se puso en evidencia del grupo que las pérdidas de la autoestima han sido diferentes para cada participante ante las mismas situaciones.
- Se reflexionó con el grupo sobre la fragilidad de la autoestima y la importancia de evitar que la autoestima dependa exclusivamente de lo que la gente piensa y dice de nosotros, pues en este caso, las posibilidades de sentirnos bien son escasas.

Segunda parte

- Se pedirá a los participantes que armen nuevamente su silueta, pegando trozos de papel con cinta adhesiva escribiendo en cada una de ellas sus cualidades mismas que se vieron en la sesión anterior para reconstruir su autoestima.
- Se generó una plenaria en base de los siguientes puntos de análisis y reflexión:
  - 1.- ¿Creen que es bueno que nuestra autoestima dependa solamente de lo que los demás dicen de nosotros?
  - 2.- ¿Qué podemos hacer para mantener una autoestima apropiada cuando nos sentimos criticados/as o ignorados/as?
  - 3.- ¿Cuál fue el elemento más importante para reconstruir nuestra autoestima?

**Cierre de la actividad:** Para no olvidar, la autoestima no implica armarse de corazas de insensibilidad. Al contrario, implica fortalecerla constantemente como personas sensibles a situaciones personales, familiares, sociales, culturales y económicas.

**Observaciones:** Cuando se les pidió que realicen un dibujo que los represente y refleje su autoestima pusieron mucho empeño en realizar sus dibujos, al momento de leer las

afirmaciones de la hoja de trabajo no querían romper toda su hoja por el dibujo el cual realizaron. Por otra parte, otros estudiantes lo trituraron sus hojas de papel por las afirmaciones, expresando que les dolería mucho si les llegaría a pasar y en algunos casos que ya les pasaron. Tardaron más en reconstruir sus hojas.

➤ **Tema N°3: Valores/desvalores**

**Objetivo:** Motivar a cada participante a explorar sus valores y reconocer su importancia en la toma de decisiones

ψ **Sesión 5** -Identificación de valores y desvalores  
*Duración:120*

*Objetivo:* Expresar acuerdo o desacuerdo frente a los valores y desvalores.

*Materiales:* Hoja de trabajo "identificación de valores y desvalores", 3 pliegos de papel Marcadores

**Procedimiento**

- Se dividió el curso en tres áreas: ESTOY DE ACUERDO, ESTOY INSEGURO, NO ESTOY DE ACUERDO se le colocó los carteles de pliegues de papel en la pared.
- Se explicó al grupo que en esta actividad, se les pedirá expresar sus opiniones sobre algunos valores y desvalores.
- Se explicó que leería varias afirmaciones a medida de hacerlo cada uno de ellos reflexionará y se trasladara al sector del salón con el que se identifique.
- Se solicitó voluntarios para que argumenten su posición se enfatizó que pueden expresar sus opiniones libremente puesto que no es un examen no hay respuestas correctas o incorrectas todas las opiniones son válidas y que a nadie se le criticará por tener una opinión diferente
- Se generó una plenaria en base de los siguientes puntos de análisis y reflexión:
  - 1.- ¿Ustedes supieron inmediatamente lo que pensaban acerca de cada frase o tuvieron que meditar sobre cada una?
  - 2.- ¿Quiénes cambiaron su punto de vista y por qué?
  - 3.- ¿Alguien en el grupo influyó en la opinión que tenían? (Se habló acerca de la forma en la que la presión de los los compañeros/ os pueden inferir en la libertad de expresión de un punto de vista.
  - 4.- ¿Ustedes creen que las personas actúan en base

de sus valores? 5.- ¿Es difícil para ustedes expresar sus valores en presencia de sus compañeros /as en presencia de sus padres? ¿por qué?

**Cierre de la actividad:** Se indicó que es recomendable analizar y reflexionar sobre los valores que nos guían en nuestras actitudes, porque es mejor actuar de acuerdo a lo que pensamos y no pensar acorde a lo que actuamos, recordando que las valoraciones son personales y que merecen el respeto de todos.

**Observaciones:** En las afirmaciones que se fueron leyendo de la hoja de trabajo identificación de valores y desvalores, al momento de argumentar su posición los participantes expresaban que la familia no era lo más importante, debido a la desintegración familiar; esto ocurrió en la mayoría de los cursos. Los participantes se soltaron más explicando y expresando el por qué no lo veían como lo más fundamental poniéndose en algunos casos tristes, porque varios estaban pasando casos de separación de sus padres. Como también expresaban que la amistad no era necesaria para vivir debido a las falsas amistades y engaños que tuvieron con sus amigos/as.

En cuanto a las relaciones coitales la afirmación de " si deberían de tener antes o una vez unidos en matrimonio" expresaban que era una decisión de cada persona como también exponían la igualdad de género que se debe de tener en las familias y en la sociedad, aunque en algunos hogares prima el machismo.

En cuanto a la afirmación de, si la fidelidad es lo más importante en la pareja, en el curso de 6to se generó un debate con aquellos que estaban de acuerdo y en desacuerdo. Argumentaban que eran jóvenes y podían estar con varias parejas a la vez, porque debían de disfrutar su etapa. Sin embargo, los que estaban en desacuerdo expresaban que la infidelidad no es buena, debido a que se pueden contagiar de enfermedades de transmisión sexual.

ψ **Sesión 6** -La historia  
minutos

*Duración:*120

*Objetivo:* Aprender a respetar los valores de otras personas y reflexionar sobre los desvalores.

*Materiales:*5 fotocopias de la hoja de trabajo "Historia de un naufragio", Marcadores,  
*Pliegos* de papel

## **Procedimiento**

- Se inició la actividad relatando la hoja de trabajo "historia de un naufragio". Se contó la historia con palabras emotivas como si realmente estuviera contando un episodio vivido
- Se reforzó la narración dibujando a los protagonistas de la novela en hojas de papel
- Una vez concluido el relato, se formó grupos con la dinámica el barco se hunde.
- Se pidió a cada grupo que elabore una lista con los nombres de los cinco protagonistas de la novela, colocándolos en orden de mejor a peor, es decir en grupo se considera qué personaje tuvo el mejor comportamiento para ocupar el primer lugar y qué personaje tuvo el peor comportamiento para ocupar el quinto lugar
- Una vez elaborada la lista se realizó la dinámica piedra, papel o tijera(grupal) para que el grupo que pierda pueda iniciar explicando la lista que escribieron y respondiendo los puntos de análisis y reflexión, así sucesivamente concluyendo con la explicación de todos los grupos.
- Se generó una plenaria en base de los puntos de análisis y reflexión: 1.- ¿Fue fácil o difícil llegar a un acuerdo sobre el orden de los personajes? 2.- ¿Hubo mucha discusión en el grupo? 3.- ¿Es deseable que todas las personas piensen igual en este caso? ¿por qué sí o por qué no? 4.- ¿Hay alguien que no esté de acuerdo con la lista presentada por su grupo por qué?

**Cierre de la actividad:** Se expresó que siempre que se presenta una discusión sobre valores surgen acuerdos y desacuerdos porque cada persona tiene sus valores. Se recalcó la importancia de respetar los valores y de confrontar los desvalores, analizando sus defectos.

**Observaciones:** En algunos cursos fue difícil de llegar a un acuerdo sobre el orden de los personajes en cuánto quién era el más bueno. Sin embargo, en grupo realizaron una votación para poder escribir en su hoja de papel la lista de personajes, generando un ambiente más democrático.

### ➤ **Tema N°4: Comunicación afectiva y asertiva**

**Objetivo:** Motivar a cada participante a practicar habilidades comunicacionales, con el propósito de establecer una comunicación efectiva con otros/as adolescentes, con su pareja y con su familia

ψ **Sesión 7**-La comunicación empieza por casa  
minutos

*Duración:* 120

*Objetivo:* Fortalecer el proceso de comunicación asertiva en la familia particularmente en temas relacionados con la sexualidad.

*Materiales:* Una hoja de cartulina, vaso desechable, botella pequeña con agua, pliego de papel, Marcadores, *Cinta* adhesiva

### **Procedimiento**

- Se preparó el ambiente diseñando un trayecto con un espacio de inicio y uno de llegada, en el recorrido los demás participantes se fueron poniendo como obstáculos.
- Se solicitó seis voluntarios y se les dijo que representarán a una familia, que tienen como objetivo trasladar un vaso con agua desde el inicio hasta el final del trayecto.
- Se pidió al resto del grupo que observe la actividad para luego compartir sus comentarios.
- Se condujo a la familia al inicio pidiendo que entre todos sujeten la hoja de cartulina formando una base pusieron el vaso con agua en el medio punto; se explicó que el objetivo consiste en llegar a la meta sin hacer caer el vaso y sin tocar los obstáculos.
- Se les dijo que en el caso de hacer caer el vaso o derramar el agua la familia debe reiniciar nuevamente o entra otra familia
- Se dio la orden de inicio
- Después que la familia llegó a la meta se solicitó a los y las participantes tomar asiento
- Se comentó que el vaso representaba un tema del que querían hablar en la familia y los obstáculos en el recorrido simbolizaban dificultades que impiden que la familia se comunique
- Se generó una plenaria en base a los siguientes puntos de análisis y reflexión:

- 1.- ¿Cómo se sintieron los miembros de la familia? 2.- ¿Lograron el objetivo? ¿cómo lo hicieron?
- 3.- ¿Qué actitudes observó el grupo en los miembros de la familia?
- 4.- ¿Cuáles serían los obstáculos que nos impiden comunicarnos con nuestro padre como madre u otro adulto con el que vivimos?
- 5.- ¿Cuáles son los temas más fáciles de hablar con los papás u otros adultos de la casa?
- 6.- ¿Cuáles son los temas más difíciles de abordar con los papás u otros adultos de la casa?
- 7.- ¿Hablar sobre sexualidad es un tema fácil o difícil por qué? ¿Qué podemos hacer para iniciar la conversación en la familia sobre temas de sexualidad? ¿Cuáles son los momentos y las palabras más adecuadas

**Cierre de la actividad:** Se mencionó que si bien muchos pueden tener miedo a la reacción de sus padres u otros adultos de la familia lo más difícil es comenzar y poco a poco se irá dando un acercamiento que será beneficioso para todos.

Se comentó también sobre los elementos de la comunicación asertiva desarrollados en la información, sobre el tema hablaron honestamente expresar opiniones y sentimientos desde el "Yo" yo pienso, yo opino yo siento que...

Empatía. Respetar a los demás ¿qué te parece? ¿qué piensas? hacer valer sus derechos exponiendo la idea clara y abiertamente.

**Observaciones:** Los participantes manifestaron que la familia pudo llegar a su meta por la unidad y buena comunicación que tenían y que los obstáculos no fueron impedimento para ello. También expresaron que entre los temas más fáciles para hablar es la planificación de un paseo, deporte; sin embargo, los temas más difíciles es hablar sobre sexualidad. Comentaron en un curso que cuando le preguntaron a su mamá sobre si podía tener o no una novia /novio su mamá se alteró y le retó diciendo que aún no está en la edad para pensar en enamorados/as. También en otro curso expresaron que lo único que les hablan sus padres acerca de la sexualidad es sobre su domingo siete, recalcándoles siempre este tema y no así otros donde hay más duda, curiosidad manifestaron que estas cuestionantes no son resueltas

en la familia y en el colegio les dan poca información así que deben de recurrir a experimentar o en algunos casos al internet.

ψ **Sesión 8-** Comunicación no verbal  
minutos

*Duración:*120

*Objetivo:* Estimular la comunicación no verbal y reconocer su importancia en las relaciones interpersonales

*Materiales:* Una fotocopia de la hoja de trabajo historias, hojas blancas, lapiceros

### **Procedimiento**

- Se solicitó cinco voluntarios: dos mujeres y tres varones
- Se explicó las dos escenas que tienen que representar usando la hoja de trabajo "historias" se invitó a que salgan del curso para escoger su personaje y preparar sus diálogos
- Mientras los voluntarios estaban afuera organizándose se realizó una dinámica de disfunción con los participantes y se les pidió que una vez que sus compañeros ingresen observen atentamente las escenas que representarán y anoten las expresiones de la cara y el cuerpo que utilizan para conseguir lo que buscan
- Posteriormente ingresaron los voluntarios para que representen las dos escenas
- Se generó una plenaria en base de los siguientes puntos de análisis y reflexión:
  - 1.- ¿Qué gestos o expresiones no verbales usaron los participantes para comunicarse?
  - 2.- ¿Qué sucede en la comunicación cuando no coincide la expresión verbal con la no verbal?
  - 3.- ¿Qué otros gestos o expresiones usamos comúnmente?
  - 4.-se compartió la idea que la comunicación no solo se da de manera verbal también nuestro cuerpo comunica, mediante gestos, posturas, señas, etc. Cuando estamos enojados fruncimos el ceño, cuando estamos apurados miramos el reloj, si estamos de acuerdo a sentimos, si estamos felices o reímos. En cambio, demostramos seguridad cuando tenemos un rostro tranquilo, una mirada sincera y un cuerpo relajado, acompañado de un habla fluida con tono apaciguado.

**Cierre de la actividad:** Se explicó que es justamente en la comunicación no verbal donde se puede deducir la verdadera intención del mensaje. Por ello, se recomienda observar los gestos, la proximidad física, las pausas, las risas y tonos de la voz.

**Observaciones:** En diferentes cursos los y las participantes expresaron de una manera amena, graciosa los diálogos que debían de narrar. Expresando mediante la actuación sus realidades dentro del hogar, la manera de comunicarse con sus padres, hermanos, donde se observaron realidades crudas, violencia psicológica y física que en muchos de los casos los jóvenes lo normalizaron en su esquema familiar.

➤ Momento: Construcción de conocimientos

Área: sexualidad y derechos

ψ **Tema N°5: Derechos sexuales y reproductivos**

**Objetivo:** Sensibilizar a los/las adolescentes sobre la importancia de ejercer sus derechos sexuales y reproductivos en su vida diaria.

ψ **Sesión 9-** ¿Se cumplen mis derechos?  
minutos

*Duración:* 160

*Objetivo:* Reconocer los Derechos Sexuales y Reproductivos para promover su práctica en la vida cotidiana.

*Materiales:* fotocopia de la hoja de trabajo "Nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos" para cada participante, Una hoja en blanco para cada participante

### **Procedimiento**

- Se dividió a los participantes con hojas de colores en tres grupos rojos, amarillos y verdes
- Se entregó la hoja de trabajo II "Nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos"
- Se pidió a los grupos elegir dos derechos y representarlos de la manera que ellos elijan por ejemplo mediante una dramatización, canción, poesía, mimos, dibujo.
- Cada grupo fue exponiendo con dramatizaciones, canciones situaciones por las cuales demandan un derecho
- Se generó una plenaria después de exponer los derechos

**Cierre de la actividad:** Se recordó que todas las personas tenemos derechos sexuales y reproductivos. Estos derechos se expresan de distintas formas: mujeres, varones, personas de diferentes generaciones, culturas, religiones, sectores socioeconómicos. Los derechos sexuales y reproductivos se basan en principios como dignidad, libertad y equidad.

**Observaciones:** Los participantes fueron expresando situaciones del diario vivir cómo ser la violencia, la libertad de expresión embarazos no deseados, las ITS y VIH, la educación sexual como un tabú. desde sus realidades y experiencias.

ψ **Sesión 10-** Mural Egipcio  
minutos

*Duración:* 120

*Objetivo:* Analizar si se cumplen los Derechos Sexuales y Reproductivos, para promover y fortalecer su ejercicio cotidiano.

*Materiales:* fotocopia de la hoja de trabajo "Nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos" para cada grupo.

### **Procedimiento**

- Se comentó a los participantes que los egipcios representaban su historia a través de dibujos y jeroglíficos en los muros llamados murales egipcios
- Se conformaron grupos dividiendo la clase en tres
- Se entregaron las hojas de trabajo, dos a cada grupo y se solicitó que identifiquen uno o varios derechos sexuales y reproductivos que desean representar.

La consigna es representar en un mural egipcio lo que el grupo entiende por derechos y si en nuestro contexto se cumplen o no.

- Cada grupo expuso su mural egipcio expresando diferentes temas como los abusos sexuales, embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual y otros
- Se generó entre todos una plenaria de los temas expuestos

**Cierre de la actividad:** Se explicó a los participantes que deben cultivar una visión crítica conociendo nuestros derechos sexuales y reproductivos; nos ayudará a proponer y actuar en consecuencia construyendo una sociedad con una convivencia pacífica y equitativa.

ψ **Sesión 11-**El Marciano  
minutos

*Duración:* 120

*Objetivo:* Identificar la diferencia entre el sexo biológico de mujeres y varones, también el rol de género socialmente asignado masculino / femenino

*Materiales:* fotocopia de la hoja de trabajo, máscara de marciano, pliegos de papel, marcadores

### **Procedimiento**

- Se preparó una máscara de marciano
- En la pizarra se dividió dos columnas. En una columna se anotó la palabra varón y en la otra mujer
- Me puse la máscara y se explicó al grupo que era un marciano que vino a la tierra para cumplir una misión importante. Que, al presentar un informe en mi planeta, ellos no comprendieron la diferencia entre varones y mujeres por qué allá solo hay un solo sexo; todos son iguales. Se pidió ayuda para que digan cuáles son las diferencias entre varón y mujer. Para esto deben pensar en las características del cuerpo, sentimientos, conductas y formas de actuar que ambos tienen.
- Se escribió las diferencias entre varones y mujeres debajo de las palabras varón o mujer según corresponda.
- A medida que mencionaron las características de varones y mujeres, el marciano fue cuestionando cada característica buscando personas de otro sexo que tengan la característica mencionada.

Ejemplo: Mencionaron que las mujeres tienen pelo largo sin embargo se les dijo que hay chicos con pelo largo, pusieron ejemplos de los metaleros o rockeros que se hacen crecer el cabello. También mencionaron el usar aretes

Por lo contrario, un joven de la clase estaba con aretes y se cuestionó si es mujer. Hubo risas sin embargo se llegó a la conclusión de que es hombre y que la sociedad impone ideas, prejuicios acerca del rol de género.

- Se subrayó la diferencia biológica y se expresó que ésta es la única diferencia entre varones y mujeres.
- Se analizó con los/las participantes las otras diferencias registradas y se explicó que son aprendidos y por tanto se pueden cambiar.

**Cierre de la actividad:** Para finalizar se reflexionó sobre cómo a partir de una diferencia biológica la sociedad se ha encargado de enseñarnos comportamientos diferentes a varones y mujeres.

**Observaciones:** Hubo muchos prejuicios acerca de los varones y mujeres, cuando participaron decían por ejemplo los hombres son más fuertes, porque no lloran y por el contrario la mujer es débil, o que el hombre no debe de jugar con juguetes de mujer porque si no sería gay de grande.

ψ **Sesión 12-** ¿Hacemos lo que queremos?  
minutos

*Duracion:*120

*Objetivo:* Entender cómo las diferencias sociales entre varones y mujeres influyen en lo que pensamos hacemos y las decisiones que tomamos.

*Materiales:* Una fotocopia de la hoja de trabajo estudio de casos

### **Procedimiento**

- Se formó cinco grupos y se repartió a cada grupo un estudio de caso
- Cada grupo respondió las siguientes preguntas: ¿Qué harían ustedes ante esta situación? Y ¿Cómo hubieran reaccionado sus padres ante esta situación cuando eran jóvenes? Se asignó tiempo para que estudien el caso y respondan las preguntas. 3.- Cada grupo expuso sus conclusiones.
- Se generó una plenaria en base a los puntos de análisis y reflexión.

**Observaciones:** En algunos cursos dramatizaron los casos para entenderlos mejor mediante la actuación y hacerlo más dinámico.

ψ **Sesión 13-** ¿Qué es sexualidad?

*Duracion:*120 minutos

*Objetivo:* Construir con la participación de todos los y las adolescentes un concepto amplio de sexualidad que no se limita solo a la reproducción y la relación coital.

*Materiales:* Un pliego de papel, 1-3 marcadores - 3-5 revistas, pegamento -tijeras

### **Procedimiento**

- Se explicó que, en esta actividad se expresarán múltiples manifestaciones de la sexualidad a través de sus trabajos
- Se conformó cinco grupos, repartiendo a cada uno de ellos revistas, pegamentos, tijeras y un pliego de papel
- Se pidió a cada grupo que expresen lo que piensan sobre el concepto de "sexualidad", armando un cuadro con recortes de revistas que pegarán en este.
- Una vez que terminaron se pidió a cada grupo colocar los trabajos en las paredes para una exposición.
- Se pidió dos voluntarios por grupo para exponer su trabajo. (El concepto de sexualidad estaba en base de los tres pilares de la sexualidad biológico fisiológico y social.
- Se generó una plenaria en base de los puntos de análisis y reflexión

**Observaciones:** Algunos de los adolescentes sintieron vergüenza, sin embargo al finalizar comprendieron mejor qué es la sexualidad, pensaban que estaba relacionado con tener relaciones coitales únicamente. Se pudo aclarar dudas y conceptos.

- **Sesión 14-La línea de la vida**  
*minutos*

*Duración:120*

*Objetivo:* Entender que la sexualidad se expresa de muchas maneras en el transcurso de la vida.

*Materiales:* Pliegos de papel – marcadores, tarjetas de cartulina, hoja de trabajo la línea de la vida, cinta adhesiva.

### **Procedimiento**

- Se dio inicio a la actividad explicando que entre todos buscarán "diferentes maneras en que la gente expresa su sexualidad".
- Preguntando cómo manifiestan su sexualidad los seres humanos en las diferentes etapas de la vida y se fue escribiendo cada una de las respuestas en una tarjeta de cartulina y pegando en el pizarrón
- Se puso en el pizarrón un paleógrafo donde estaba dibujado “La línea de la vida” un bebe hasta una persona de la tercera edad

- Se mostró cada una de las tarjetas y se preguntó a los participantes en qué lugar o lugares de la línea de la vida la pegarían.
- Se fue pegando las tarjetas debajo de la línea de la vida según la etapa correspondiente. Cada una de las tarjetas fue pegada en más de una etapa, también se dando ejemplos que la sexualidad está desde el momento en que nacemos hasta que morimos y lo llegamos a expresar de muchas maneras en el transcurso de la vida como lo expresaron en las tarjetas
- Se generó una plenaria en base de los siguientes puntos de análisis y reflexión.

**Cierre de la actividad:** Se recalcó la importancia que tiene la sexualidad y es parte de nuestra vida, desde el momento en que nacemos hasta que morimos, es algo natural que todos los seres humanos expresamos en las diferentes etapas de la vida.

**Observaciones:** Algunos jóvenes se acercaron a comentar que ellos tenían otra idea de la sexualidad, pensaban que era únicamente tener relaciones coitales por eso se avergonzaban o reían. Pero ahora ya tienen clara la idea de qué es sexualidad y que la expresamos de diferentes maneras a lo largo de la vida.

- **Sesión 15-** El simposio  
*minutos*

*Duración: 160*

*Objetivo:* Analizar las alternativas que tienen los /las adolescentes para ejercer su sexualidad.

*Materiales:* Una fotocopia de cada tema de la hoja de trabajo los profesionales, pliegues de papel, marcadores, lápices, hojas.

### **Procedimiento**

- Se inició la actividad explicando que se analizarán las diferentes alternativas que existen para ejercer la sexualidad durante la adolescencia.
- Conformando seis grupos para que cada uno exponga un tema. Se entregó a cada grupo una fotocopia con un tema de la hoja de trabajo "los profesionales"
- Se explicó que cada grupo leerá, analizará su tema y preparará su exposición pueden expresar sus propias ideas respecto al tema.

- **Al finalizar la exposición** de cada tema, se realizó una plenaria en base a dudas que tenían los adolescentes así mismo se cerró la actividad explicando que las personas que viven su sexualidad de manera responsable, placentera y saludable, construyen su personalidad con menos temores, tabúes y vergüenzas. Además, cultivan relaciones interpersonales más constructivas y favorables

**Observaciones:** Los adolescentes se sorprendían, reían, avergonzaban al escuchar los temas como ser: relaciones coitales, homosexualidad, bisexualidad, consumo de pornografía, la masturbación. Sin embargo, a medida que se iban exponiendo los temas y hablando más acerca de ellos les surgía dudas, tenían a su disposición el buzón para anotar sus preguntas anónimas, como también hubo jóvenes que en voz bajita se animaron a preguntar.

➤ Momento: Construcción de conocimientos

Área: Salud Sexual Y Salud Reproductiva

- **Sesión 16**-Revisión de Anatomía y Fisiología  
minutos

*Duracion:* 120

*Objetivo:* Compartir información básica sobre anatomía y fisiología de los órganos genitales internos y externos masculinos y femeninos.

*Materiales:* Una fotocopia de la hoja de trabajo, lámina de anatomía para cada participante, fotocopia de la hoja de respuestas láminas de anatomía para cada participante, rompecabezas de los órganos genitales masculinos /femeninos (internos y externos)

### **Procedimiento**

- Se comenzó la actividad preguntando al grupo si escucharon hablar de estos temas, si es así se mencionó que es importante hacer un repaso para aquellos/as que no recuerden la información.
- Se conformó cuatro grupos realizando la dinámica rojo amarillo y verde donde cada participante por orden iba diciendo en voz alta rojo, amarillo, verde y así sucesivamente todos los rojos eran el grupo número uno, amarillos dos y verdes tres.
- Una vez conformados los grupos se les dio un rompecabezas de los órganos genitales masculinos y femeninos (internos y externos) se concedió el tiempo necesario para que armaran el rompecabezas.

- Una vez que armaron el rompecabezas se solicitó que cada grupo pegue en el pizarrón el órgano que le tocó, anotando los nombres de cada una de las partes de los órganos genitales masculinos y femeninos (internos externos)
- Se pidió a cada uno de los grupos exponer las partes de los órganos genitales masculinos y femeninos identificando si eran internos o externos y las partes de cada uno de ellos

**Observaciones:** Algunos de los estudiantes se pusieron a investigar más en su celular y a decir las funciones que cumplía cada una de estas partes de los órganos genitales masculinos y femeninos, estaban más atentos y con muchas dudas acerca de la menstruación, sueños húmedos, la ovulación, el funcionamiento de sus órganos genitales masculinos y femeninos.

- **Sesión 17- Identificando riesgos**  
*minutos*

*Duración: 120*

*Objetivo:* Identificar las conductas y actitudes asociadas a la sexualidad responsable de los adolescentes.

*Materiales:* Pliego de papel, marcadores, hoja de trabajo identificando riesgos para cada grupo.

### **Procedimiento**

- Se escribió en el pizarrón tres columnas: alto riesgo de embarazo, bajo riesgo de embarazo, sin riesgo de embarazo.
- Se pidió a los y las participantes que ayuden a definir cuáles son las conductas de alto, bajo y sin riesgo de embarazo

***Alto riesgo de embarazo*** se refiere a personas que están indecisos respecto a tener o no relaciones coitales, que nunca usan anticonceptivos o los usan solo a veces, que usan métodos poco eficaces, como el retiro o el ritmo. Cuando los adolescentes piensan que pueden tener una relación coital y no están preparados y preparadas con ningún método anticonceptivo, serán ubicados en el grupo de alto riesgo

***Bajo riesgo de embarazo*** incluye a personas que usan métodos anticonceptivos efectivos cada vez que tienen relación coitales

*Sin riesgo de embarazo* se refiere a personas que no tienen relaciones coitales o que practican la masturbación o solo la homosexualidad.

- Se conformó tres grupos, se instruyó a cada grupo que la facilitadora irá leyendo cada uno de los casos de la hoja de trabajo identificando riesgos, cada grupo tendrá un tiempo de cinco minutos para analizar cada caso y responder dando una opinión del por qué estaría en alto, bajo y sin riesgo de embarazo
- Se empezó a leer cada caso y cada grupo fue respondiendo si estaba en alto bajo o sin riesgo de embarazo y el por qué pensaban que estaban en esta categoría entre los tres grupos hubo mucha discusión porque tenían opiniones diversas. Por cada acierto cada grupo se iba ganando un punto y al final quedando un ganador por los aciertos que tenían.
- **Se cerró la actividad** permitiendo que los y las participantes expresen sus dudas o comentarios sobre el tema proporcionando información veraz

**Observaciones:** En cuanto a los enunciados de la hoja de trabajo se generó un debate entre las conductas de *alto riesgo*, *bajo riesgo* y *sin riesgo*. Siendo favorable para el aprendizaje

- **Sesión 18-** Uso adecuado del condón “*La práctica hace al maestro*” *Duración:120 minutos*

*Objetivo:* Demostrar el uso correcto del condón

*Materiales:* Condone, dildo

### **Procedimiento**

- Se explicó a los/las participantes que es bueno practicar el colocado del condón, aunque no estén activos sexualmente.es importante que practiquen los y las adolescentes.
- Se realizó la demostración frente al grupo de la manera más clara posible, diciendo en voz alta cada paso.
- Se invitó a los estudiantes tanto mujeres como varones a practicar el uso adecuado del condón.

- **Se cerró la actividad** indicando que, saber colocar un condón no quiere decir que deban tener relaciones coitales pero que, cuando tomen la decisión de hacerlo estarán preparados/as si escogen este método anticonceptivo.

**Observaciones:** Los adolescentes se sorprendieron al ver el dildo, hubo expresiones de vergüenza Sin embargo al explicar y generar un ambiente propicio se soltaron y practicaron el uso correcto del preservativo, así mismo respondiendo de manera grupal las interrogantes de los adolescentes

- **Sesión 19-Expresiones de Presión**  
*minutos*

*Duración:120*

*Objetivo:* Practicar diferentes formas de decir no a las presiones cuando no se desea tener una relación coital.

*Materiales:* Hoja de trabajo expresiones de presión, pizarrón, marcadores

### **Procedimiento**

- Se explicó al grupo que esta actividad es una práctica de la vida real. Decir no a alguien cuando no se quiere tener relaciones coitales o decir no a las presiones de los amigos y amigas es importante, ser capaz de responder asertivamente y con un buen argumento para hacer respetar nuestras decisiones.
- Se formó dos equipos.
- Comentando que este es un concurso para ver cuál de los equipos da las mejores respuestas a las frases de presión para no tener relaciones cuando están indecisos o no desean tener una relación coital.
- Cada equipo estuvo en un extremo del salón. Lo suficientemente retirados el uno del otro para que no escuchen las respuestas.
- Se inició leyendo en voz alta cada frase de presión de la hoja de trabajo.
- Después de haber leído cada frase, los equipos se pusieron de acuerdo entre ellos y cuando estuvieron listos se le cedió la palabra para expresar sus argumentos y sí estaban en lo correcto; el equipo ganador obtuvo su punto anotándolo en el pizarrón.
- Al finalizar se contabilizó los puntos, nombrando al equipo ganador y los demás les brindaron un fuerte aplauso

- Se generó una plenaria en torno a las dudas que tenían los adolescentes.
- **Se dio cierre a la actividad** diciendo a los y las adolescentes que las técnicas se pueden utilizar en otras situaciones, no solo en las que se refieren a las relaciones coitales. Es importante hacer lo que uno a piensa de acuerdo a sus planes para la vida, se recordó que las cosas se hacen mejor de mutuo acuerdo y no cediendo a las presiones.
- **Sesión 20**-Panel de expertos *Duración:120 minutos*

*Objetivo:* Proporcionar información básica sobre las ITS-VIH SIDA y las maneras de protegerse de esas infecciones.

*Materiales:* Pliegos de papel, marcadores, fotocopia de las hojas de trabajo-Infecciones de transmisión sexual -VIH SIDA

### **Procedimiento**

- Se inicia la actividad indicando que se realizará un panel de expertos donde los/las adolescentes serán los expertos
- Se conformó cuatro grupos, entregando a cada grupo un juego de hojas de trabajo infecciones de transmisión sexual
- Se pidió que cada grupo estudie los temas asignados pues ellos deberán exponer el tema al resto de los participantes como si fueran expertos.
- Cada grupo realiza su presentación. Al final de cada exposición realizaron preguntas donde se orientó, dando información eficaz.
- Una vez terminadas las exposiciones, se generó una plenaria en base a los siguientes puntos de análisis y reflexión: ¿Cómo se transmite estas infecciones de transmisión sexual?, ¿Qué debemos hacer si sospechamos que estamos infectados con ITS -VIH-SIDA?, ¿Cómo se pueden prevenir las ITS -VIH-SIDA?, ¿Cuáles son las estrategias para prevenir las ITS -VIH-SIDA?, ¿Qué es el ABC y cómo podemos ejercitar estrategias para aplicarlo en nuestra vida diaria?

**Cierre de la actividad:** se subrayó la importancia que tiene asistir a un centro de salud para buscar información y en caso de sospecha de infección, así como no tomar

medicamentos caseros o restarle importancia de los síntomas. Es importante que en el tratamiento esté involucrada la pareja sexual.

**Observaciones:** Al exponer el en aula los adolescentes se sentían con más experiencia al dar a conocer sus temas, previamente buscaron material y algunos grupos realizaron diapositivas con imágenes para favorecer la enseñanza-aprendizaje.

- **Sesión 21** - Estrategias para practicar la abstinencia *Duración:* 120 minutos

*Objetivo:* Fomentar habilidades para practicar la abstinencia como estrategia para evitar ITS-VIH/SIDA y embarazos no planificados.

*Materiales:* Fotocopias de la hoja de trabajo “Estrategias para practicar la abstinencia”

### **Procedimiento**

- Se conformó grupos de cinco personas
- Se entregó a cada participante una copia de la hoja de trabajo 3.-Dando la consigna de que elaboren una lista de razones para postergar el inicio de sus relaciones coitales y que después la compartan con el grupo pequeño
- Luego se les pidió que planifiquen con antelación cómo actuarían en situaciones bajo presión y compartan lo escrito en el grupo pequeño
- Se indicó que finalicen leyendo la reflexión final de la hoja de trabajo para fortalecer las estrategias de búsqueda de apoyo
- Se generó una plenaria en base de los siguientes puntos de análisis y reflexión.

**Cierre de la actividad:** Se sugirió postergar el inicio de las relaciones coitales hasta que los y las adolescentes se sientan preparados a dos puntos es decir con habilidades para tomar decisiones responsables y una visión de su situación en el presente construyendo su futuro, tener la suficiente información para evitar embarazos no planificados, tener claro los valores que orientan su vida coman y otros aspectos a desarrollar. Se incentivó además a los y las adolescentes a pensar que para practicar la abstinencia se necesita ejercitar estrategias, así como fortalecer la autodeterminación.

- **Sesión 22** – La Orientación Feria Educativa *Duración:* 4 horas

Objetivo: Reforzar las habilidades de comunicación de los adolescentes para que logren comunicar de forma creativa y dinámica a sus pares la temática de salud sexual y reproductiva

Materiales: Paleógrafos, marcadores, pintura, hojas de color, parlantes, telas, cartón

### **Procedimiento**

- Se coordinó con el director y profesores en una reunión, la fecha para realizar la feria educativa.
- Se distribuyó a cada curso un tema de los cuales se fue realizando en el transcurso de los talleres, una vez distribuido los temas se realizaron subgrupos, donde cada grupo realizaron diferentes técnicas para exponer como ser sociodramas, mimos, canción del VIH-SIDA, papelógrafos, juegos, periódico mural, etc.
- Se realizaron ensayos con el grupo de mimos y la dramatización ambos sobre el tema del embarazo adolescente.
- El 23 de junio de la presente gestión a horas 8:00 am se llevó acabo la feria educativa, teniendo la participación de todos los adolescentes y profesores, realizándose como presentación un breve acto cívico.

**Observaciones:** *Negativo* Se tuvo dificultades en cuanto al tiempo y organización de sus estands. *Positivo* Fue una feria llena de conocimientos y retroalimentación para los demás compañeros y profesores, donde los protagonistas fueron los adolescentes poniendo empeño en cada actividad que realizaron.

- **Sesión23-** Los caminos Duración:160 minutos

*Objetivo:* Aprender a evaluar las ventajas y desventajas de tomar una determinada decisión

*Materiales:* Papelógrafo, marcadores

### **Procedimiento**

- Se dibujó en un papelógrafo una ruta con varios caminos siguiendo la muestra de la hoja de trabajo "Los caminos"

- Se explicó que, para tomar cualquier decisión hay dos o más caminos y que cada uno tiene sus ventajas y desventajas. Todos tomamos decisiones a diario algunas son sencillas otras más difíciles: levantarse temprano, desayunar, hacer las tareas, llegar puntual al colegio, etc. Se puso como ejemplo tener relaciones coitales o practicar la abstinencia en cada extremo de los caminos
- Se pidió que cada participante en su cuaderno exprese las ventajas y desventajas que encuentran en cada camino.
- Se solicitó voluntarios que puedan leer sus trabajos
- Se generó una plenaria en base de los siguientes puntos de análisis y reflexión
  - 1.- ¿Cuán difícil fue tomar una decisión?
  - 2.- ¿Tus compañeros/as influyeron en tu decisión?
  - 3.- ¿Qué puedes hacer para no dejarte presionar al tomar una decisión?
  - 4.- ¿Por qué a veces es muy difícil tomar decisiones?
  - 5.- ¿Será posible evaluar ventajas y desventajas antes de tomar una decisión? ¿por qué es importante hacerlo?

**Cierre de la actividad:** Se cerró la actividad haciendo énfasis en la importancia que tiene la toma de decisiones personales luego de obtener información y analizar las ventajas y desventajas

**Observaciones:** En algunos casos a los/las adolescentes les dificultó Identificar las ventajas y desventajas

- **Sesión 24-** Mis decisiones. Duración:160 minutos

*Objetivo:* Analizar la toma de decisiones y sus posibles consecuencias

*Materiales:* Fotocopia de la hoja de trabajo "decisiones"

### **Procedimiento**

- Se conformó cuatro grupos y se entregó una historia a cada grupo
- Se pidió a cada grupo que lea la historia y analice el tipo de decisión y sus consecuencias.

- Una vez realizado el trabajo en grupo se pidió comentar con todo el curso
- Se generó una plenaria en base a los siguientes puntos de análisis y reflexión:
  - 1.-¿Alguien quiere contar alguna decisión que ha tomado y sus consecuencias?
  - 2.- ¿Alguien recuerda alguna situación en la que creyó no haber tomado una decisión y que sin embargo hubo consecuencias?
  - 3.- ¿Creen que es mejor asumir la responsabilidad de tomar una decisión propia en vez de dejar que otros tomen la decisión?
  - 4.- ¿Creen que son capaces de tomar sus propias decisiones o piensan que sus padres u otras personas deben hacerlo por ustedes?

**Cierre de la Actividad:** Se señaló la importancia que tiene tomar nuestras propias decisiones y asumir las consecuencias derivadas de estas

**Observaciones:** Los y las participantes contaron sus experiencias en las cuales ellos y ellas han Sido protagonistas de la toma de decisiones. al contar sus experiencias empezaron a reflexionar y crear un debate.

➤ Sesión 25- Metas a corto plazo  
minutos

Duración:60

*Objetivo:* generar compromiso en el establecimiento de metas a corto plazo

*Materiales:* fotocopias de la hoja de trabajo metas a corto plazo mi compromiso para cada participante

### **Procedimiento**

- Se inició la actividad expresando que ésta te dará la oportunidad de practicar el establecimiento de metas en base a un compromiso personal.
- Se pidió a cada participante que piensen en una meta a corto plazo que les gustaría realizar en las próximas semanas por ejemplo ahorrar dinero terminar una tarea escolar difícil realizar un proyecto en la casa o pasar algún tiempo con el amigo especial o un pariente

- Se solicitó a cada participante escribir la meta a corto plazo que haya elegido fijar fecha de cumplimiento de la meta y elegir un compañero del grupo con quien compartir su compromiso solicitando su firma como testigo.
- Se generó una plenaria en base a los siguientes puntos de análisis y reflexión:
  - 1.- ¿Es más fácil lograr algo si se lo hace paso a paso?
  - 2.- ¿Es importante tener un amigo que nos apoye en el proceso?
  - 3.- ¿Qué sucede si no logran sus metas? ¿qué pueden hacer entonces?
  - 4.- ¿Cuáles son las razones por las que a veces no logramos una meta?
  - 5.- ¿Cómo se sienten cuando logran la meta que se propusieron?

**Sé cierra la actividad** señalando la necesidad de reflexionar cada cierto tiempo sobre sus metas y planes de vida, para apreciar sus logros y reajustar algunas acciones; es preciso recordar que no es necesario firmar un compromiso con otro, sino con uno mismo.

- **Sesión 26-** metas a largo plazo “El ensueño” *Duración:120 minutos*

*Objetivo:* Visualizar la vida personal dentro de 10 años a través de un viaje imaginario en el tiempo

*Materiales:* Papel música instrumental suave para ambientar el lugar

### **Procedimiento**

- Se introdujo la actividad explicando que todos los/las participantes harán un viaje al futuro donde imaginarán sus vidas dentro de 10 años
- Se colocó música suave y explicó las siguientes instrucciones con voz baja y serena: "Siéntense lo más cómodos que puedan, si quieren pueden ponerse en el suelo o quedarse en sus asientos. Si hay algo que les ajusta, aflójenlo. Lo importante es que nada los moleste. Ahora es momento para rascarse, toser, etc., porque después necesitamos silencio para que todos se puedan relajar"  
 "Respiren profundamente, voy a contar hasta cuatro para que metan mucho aire, cuatro para que retengan el aire dentro del cuerpo y cuatro para que saquen lentamente el aire" (cuenta de 1 al 4 tres veces y repite el ejercicio unas 4 veces).  
 "Cierren los ojos. Contraigan y aflojen los músculos de todo el cuerpo. Sientan los

músculos de sus pies, sientan cómo se relajan, ahora los tobillos, después las piernas" (continúa nombrando cada parte del cuerpo hasta llegar a la cabeza). "Respiren suave y lentamente, ustedes están flotando en el cielo, juegan con las nubes. Ahora piensen que están realizando un viaje al futuro, imaginen que han pasado diez años. Ahora vamos a imaginar el futuro que cada uno desea. Pueden ver a las personas del lugar, se pueden ver a ustedes mismos, ahora ven la casa donde están viviendo, también ven las personas con las que viven, cómo son, qué hacen. Tal vez algunos están casados y tienen hijos; a continuación, vean dónde trabajan, vean lo que hacen y cuál es su situación laboral; ahora vean a los amigos que tienen". "Voy a dejar que vean todos los detalles de su vida dentro de 10 años, sigan respirando lentamente". (Haz una pausa de algunos minutos si los ves tranquilos y relajados). "Ahora vamos a emprender el viaje de regreso, lenta y suavemente vamos a volver a este lugar. Respiren profundamente y sientan cómo se van llenando de energía. Tienen ganas de abrir sus ojos, mover su cuerpo y estirarse"

- A continuación, se pidió que escriban en una hoja de papel todo lo que vieron en su viaje.
- Se solicitó dos voluntarios a quienes se entregó una fotocopia de la hoja de trabajo "Entrevista dentro de 10 años" al voluntario que hará de reportero y se dijo que se prepare para entrevistar a otro voluntario. Se repitió dos veces la entrevista con otros voluntarios.
- Se generó una plenaria en base a los siguientes puntos de análisis y reflexión: ¿Es difícil imaginar el futuro? ¿Por qué si o por qué no?, ¿Es así como quieren que sea su vida dentro de 10 años?, ¿Qué vieron en su futuro?, ¿Cómo se vieron a ustedes mismos?, ¿Se vieron trabajando? ¿En qué?, ¿Cómo era su familia? ¿Tenían pareja e hijos?
- Sesión 27-Hata Luego (Cerrando el taller) Duración: 40 minutos

*Objetivo:* Clausurar el taller generando un acto significativo y digno de recordar

### **Procedimiento**

- 1.- Se preparó el ambiente para realizar un acto significativo

2.- Se pidió a los participantes que cuenten alguna anécdota agradable que hayan vivido durante el taller

3.-Se realizó una evaluación del taller en base de las siguientes preguntas

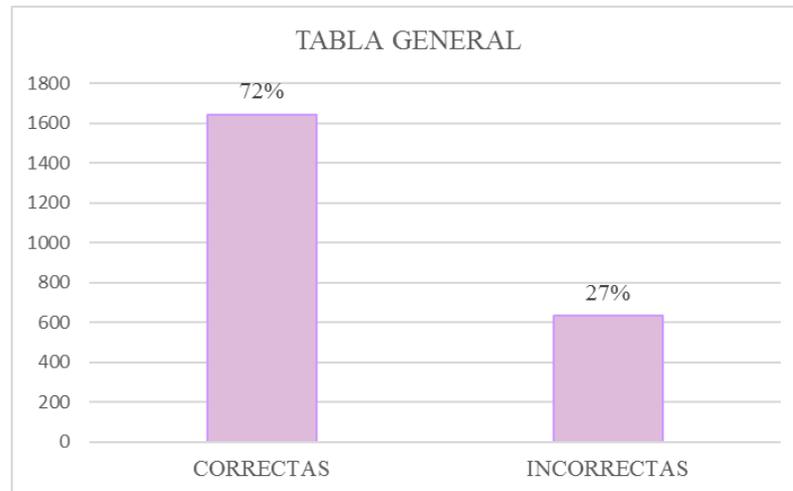
¿Qué es lo más importante que aprendieron en el taller?, ¿Qué es lo que más les gusto del taller?

**Observaciones:** Lo más importante que expresaban los adolescentes, fue la adquisición de nuevos conocimientos, compartir, dinámicas y la aclaración que se dio en cada sesión respecto a estereotipos y tabúes impuestos por la sociedad y familia, a través de un debate democrático, con intercambio de conocimientos se llegaron a distintas conclusiones en la duración de los talleres.

### **5.3. Tercer objetivo**

En el siguiente apartado se da cumplimiento al tercer objetivo específico de la práctica institucional: “Evaluar el impacto de conocimiento adquirido posterior a la aplicación del programa”.

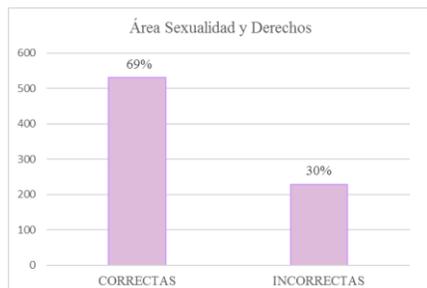
### CUADRO N° 10



Fuente: Cuestionario conocimientos sobre educación sexual integral  
Elaboración: Propia

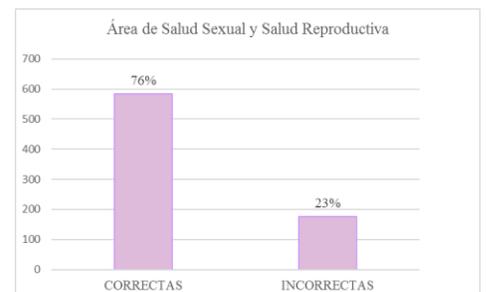
### CUADRO N°11

#### Área sexualidad y derechos



### CUADRO N°12

#### Área de salud sexual y salud reproductiva



### CUADRO N°13

#### Área habilidades para la vida



En el cuadro número 10, se observa la sobresaliente mejora que se tuvo luego de la implementación del programa, se logra observar un incremento a través de los datos del pos test, con un 72% de adolescentes que cuenta con un “nivel alto” de conocimientos sobre

Educación Sexual, como resultado de los nuevos conocimientos implementados a través del programa, llegando a ser evidente el aprendizaje significativo que, de acuerdo a la teoría de Vygotsky y la zona de desarrollo potencial, sería el nivel que puede llegar a alcanzar el sujeto con la ayuda de una persona. La zona de desarrollo próximo se refiere al espacio que existe entre el desarrollo psíquico actual del sujeto, es decir las habilidades que ya posee el sujeto y su desarrollo potencial (lo que puede llegar a aprender a través de una guía). (Plataforma Integral,2022. p.28) Por esta razón es un concepto de suma importancia para la educación en todos los niveles de enseñanza.

“La educación integral en sexualidad desempeña un papel esencial en la salud y el bienestar de los niños y jóvenes. Al aplicar un enfoque basado en los educandos no sólo proporciona a los niños y jóvenes, (progresivamente y en función de su edad), una educación basada en los derechos humanos, la igualdad de género, las relaciones, la reproducción, el comportamiento sexual de riesgo y la prevención de enfermedades desde una perspectiva positiva, poniendo de relieve valores tales como el respeto, la inclusión, la no discriminación, la igualdad, la empatía, la responsabilidad y la reciprocidad”. (UNESCO, 2018)

El siguiente apartado se divide en tres áreas:

En el cuadro N°11 se encuentra el área de sexualidad y derechos, con un porcentaje del 69% de respuestas correctas que aumentó satisfactoriamente, siendo evidente que gracias a la implementación del programa los adolescentes cuentan con herramientas eficaces para su desarrollo. Por otro lado, en el cuadro N°12 se ubica el área de salud sexual y salud reproductiva. En el cuestionario inicial pretest los adolescentes respondieron con un 66% correctamente, destacándose como una de las áreas con mayor conocimiento, sin embargo, tras la implementación del programa este porcentaje se elevó a un 76% de respuestas aciertas en el postest. Y por último se sitúa en el cuadro N°13 el área habilidades para la vida que al inicio del programa presentaba un nivel de conocimiento del 49% porcentaje muy bajo, posterior a la implementación del programa, se hace evidente el incremento de conocimiento con un 69%. Demostrando una vez más que es posible potenciar el aprendizaje; lo que debe motivar a seguir desarrollando programas de prevención.

**CUADRO N°14**  
**POSTEST: CONOCIMIENTO SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL**  
**Área: Sexualidad Y Derechos**

Preguntas		Pretest		Postest	
<b>La sexualidad está formada por los siguientes pilares:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	La personalidad, autonomía, asertividad y género.	45,00	24,86	22	11,58
B)	La afectividad, reproductividad, erotismo y género.	86,00	47,51	35	18,42
C)	Biofisiológico, psicológico y social	<b>50,00</b>	<b>27,62</b>	<b>133</b>	<b>70,00</b>
Total		181,00	100,00	190	100
<b>Escribe donde obtenemos información sobre la sexualidad:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Centros educativos	<b>105,00</b>	<b>38,04</b>	<b>93</b>	<b>29,81</b>
B)	Ningun lugar	41,00	14,86	0	0,00
C)	Familia	<b>45,00</b>	<b>16,30</b>	46	14,74
D)	Internet	<b>55,00</b>	<b>19,93</b>	<b>50</b>	<b>16,03</b>
E)	Televisión	6,00	2,17	0	0,00
F)	Libros de sexualidad	14,00	5,07	3	0,96
G)	Centros de Salud	10,00	3,62	18	5,77
H)	Talleres de educación sexual	0,00	0,00	<b>102</b>	<b>32,69</b>
Total		276,00	100,00	312	100
<b>El sexo es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Tener relaciones sexuales	38,00	20,43	8	4,21
B)	Distinción biológica que existe entre un hombre (pene) y una mujer (vagina)	<b>133,00</b>	<b>71,51</b>	<b>175</b>	<b>92,11</b>
C)	El placer que siente una persona	15,00	8,06	7	3,68
Total		186,00	100,00	190	100
<b>La identidad de género es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	La construcción social a partir de la cual se asignan roles y funciones a hombres y mujeres.	91,00	50,00	75	39,68
B)	La causa de la violencia basada en género.	7,00	3,85	8	4,23
C)	Percepción que un vínculo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.	<b>83,00</b>	<b>46,15</b>	<b>106</b>	<b>56,08</b>
Total		181,00	100,00	189	100
<b>¿Cuál de los siguientes derechos es un derecho sexual?:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	El derecho de las mujeres a no ser discriminadas en el trabajo o el estudio por razón de embarazo, maternidad y/o interrupción del embarazo.	101,00	54,89	44	23,16
B)	El derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.	<b>61,00</b>	<b>33,15</b>	<b>117</b>	<b>61,58</b>
C)	El derecho a la maternidad libremente decidida.	22,00	11,96	29	15,26
Total		184,00	100,00	190	100

Fuente: Cuestionario de conocimientos sobre educación sexual

Elaboración: propia

Los términos, afectividad, reproductividad, erotismo y género son parte de la sexualidad; sin embargo, no son los pilares por los cuales está compuesta la sexualidad. El autor Eusebio Rubio propuso el “modelo holónico de la sexualidad”, donde se identifican los pilares de la sexualidad, como son, el pilar biofisiológico, el pilar social y el pilar psicológico. A partir de estos se construyen todas las manifestaciones sexuales. (Rubio,1994, p.24)

Estos términos pasan desapercibidos, por lo que, los adolescentes concluyeron en los resultados del pretest y con un porcentaje de 47%, que la sexualidad está formada por la afectividad, reproductividad erotismo y género. Este dato erróneo recae en una confusión que tuvieron los adolescentes, al no conocer la teoría del autor Eusebio Rubio. Mediante la aplicación del programa y del cuestionario de post test, un 70% de estudiantes acertaron y explicaron los tres pilares de la sexualidad según la teoría de Rubio.

Anteriormente en el pretest un 71% de adolescentes respondió correctamente a la premisa del sexo es ... b) distinción biológica que existe entre un hombre (pene) y una mujer (vagina)

Al expresar en las sesiones las palabras sexo, pene y vagina, se pudo observar que los adolescentes experimentaban incomodidad e incluso algunos de ellos confundían de manera incorrecta el termino sexo. En virtud de ello se llevó a cabo una plenaria con la utilización de las técnicas participativas, donde todos en conjunto consensuamos el significado de sexo, aclarando que, además, no hace referencia a la relación coital y sexual. Los adolescentes con un 92% definen correctamente lo que es sexo.

Resulta evidente que la vergüenza, el temor y la incomodidad, no deben ser barreras para hablar sobre temas de sexualidad, en especial con un profesional en el área. Este profesional, puede además promover el manejo de técnicas y herramientas para erradicar tabúes y generar un ambiente cómodo para los adolescentes.

En el pretest se visualiza que el 50% de adolescentes tiene una idea errónea de lo que es identidad de género, definiéndola como la “construcción social a partir de la cual se asignan roles y funciones a hombres y mujeres”. Posterior a la implementación del programa, se hace evidente el incremento de conocimiento respecto a la identidad de género, respondiendo correctamente un 56%. Estos llegan a reconocer que este concepto se refiere a la percepción

que una persona tiene sobre sí mismo, en cuanto a sentirse hombre o mujer. (Diccionario de acción humanitaria y cooperación al desarrollo , 2005)

La promoción y difusión de los derechos sexuales y reproductivos es imprescindible en la vida de los adolescentes. En el pretest un 54% no conoce sus derechos sexuales y reproductivos. Posteriormente y gracias a la implementación del programa de educación sexual integral, se demuestra el incremento de conocimiento mediante las técnicas participativas. Un 61% de adolescentes conoce sus derechos sexuales y reproductivos, considerándolos herramientas eficaces para su diario vivir y ante cualquier situación adversa relacionada a su sexualidad.

## CUADRO N°15

### Área Salud Sexual y Salud Reproductiva

<b>La salud sexual es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	El estado de salud que se consigue a través de la consulta médica.	51,00	27,27	41	21,58
B)	Un estado general de bienestar físico mental y social en todos los aspectos relacionados a la sexualidad	<b>123,00</b>	<b>65,78</b>	<b>141</b>	<b>74,21</b>
C)	Es el derecho a tener relaciones sexuales.	13,00	6,95	8	4,21
Total		187,00	100,00	190	100
<b>La salud reproductiva se caracteriza por:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	La capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos/as o no hacerlo, cuando y con qué frecuencia.	<b>133,00</b>	<b>71,12</b>	<b>143</b>	<b>75,26</b>
B)	El ejercicio responsable de la sexualidad.	25,00	13,37	30	15,79
C)	Ser un estado general de bienestar físico.	29,00	15,51	17	8,95
Total		187,00	100,00	190	100
<b>Una forma segura de prevenir la transmisión de ITS Y VIH es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Utilizar la píldora anticonceptiva.	19,00	10,05	8	4,21
B)	Tener una sola relación sexual con cada pareja.	23,00	12,17	7	3,68
C)	Utilizar condón en todas las relaciones sexuales/o la abstinencia.	<b>147,00</b>	<b>77,78</b>	<b>175</b>	<b>92,11</b>
Total		189,00	100,00	190	100
<b>¿Cuáles son las tres vías de transmisión del VIH-SIDA?</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Una relación coital	<b>133,00</b>	<b>37,05</b>	<b>183</b>	<b>32,68</b>
B)	Mediante besos y abrazos	50,00	13,93	16	2,86
C)	Transfusiones de sangre	<b>67,00</b>	<b>18,66</b>	<b>173</b>	<b>30,89</b>
D)	Usando el mismo plato y cubierto	77,00	21,45	10	1,79
E)	Durante el embarazo, parto o el amamantamiento	<b>32,00</b>	<b>8,91</b>	<b>178</b>	<b>31,79</b>
Total		359,00	100,00	560	100
<b>La violencia basada en género es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	La diferencia de poder entre hombres y mujeres.	69,00	37,50	55	28,95
B)	Cualquier acto de violencia que resulte un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico de los hombres hacia las mujeres	<b>100,00</b>	<b>54,35</b>	<b>125</b>	<b>65,79</b>
C)	El uso de la fuerza para reivindicar los derechos.	15,00	8,15	10	5,26
Total		184,00	100,00	190	100
<b>¿Cuáles crees que son los motivos por los que los adolescentes no usan algún método anticonceptivo en las relaciones sexuales?:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Falta de información y educación acerca del uso	<b>88,00</b>	<b>46,81</b>	<b>105</b>	<b>55,26</b>
B)	Por qué no son accesibles para los y las adolescentes	3,00	1,60	2	1,05
C)	Por qué el hombre o la mujer no quiere usar algún método anticonceptivo	19,00	10,11	17	8,95
D)	Todas	<b>62,00</b>	<b>32,98</b>	<b>57</b>	<b>30,00</b>
E)	Ninguno	6,00	3,19	0	0,00
F)	Otra indique	10,00	5,32	9	4,74
Total		188,00	100,00	190	100
<b>¿Cuáles crees que son las razones por las que se da un embarazo adolescente?:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Por falta de educación sexual integral desde la niñez.	<b>62,00</b>	<b>34,64</b>	51	26,84
B)	Por falta de conocimiento y uso inadecuado de los métodos anticonceptivo	2,00	1,12	<b>94</b>	<b>49,47</b>
C)	Por falta de comunicación y afecto familiar y/o amigos.	<b>81,00</b>	<b>45,25</b>	21	11,05
D)	Por la prueba de amor en el enamoramiento.	34,00	18,99	24	12,63
Total		179,00	100,00	190	100

En la premisa “La salud sexual es ...”, un 65% de adolescentes hacen una distinción correcta. Posterior a la implementación del programa en el posttest, el porcentaje se eleva exitosamente a un 74%. De manera similar, en el enunciado “La salud reproductiva se caracteriza por...” de un 71% el porcentaje se incrementa a un 75% de adolescentes, que tienen el conocimiento y distinguen entre la salud sexual y la salud reproductiva.

En tiempos pasados, el VIH/SIDA era una enfermedad que daba lugar a la discriminación de las personas que la padecían, debido a sus síntomas, generando creencias erróneas. En consecuencia, un 21% de adolescentes cree que una de las vías de transmisión es utilizar el mismo plato o cubierto que la persona infectada.

Tras la ejecución del programa y después de plenarias e información consensuada, se comprobó que únicamente hay tres vías de transmisión que son las siguientes: una relación coital, con un 32% de respuestas correctas, transfusiones de sangre con un 30% de respuestas acertadas y durante el embarazo, parto o el amamantamiento con un 31% de respuestas correctas. (Fundacion huesped, 2023)

En el pretest el enunciado ¿cuál crees que es un motivo por los que los adolescentes no usan algún método anticonceptivo?, un 46% de adolescentes considera que se debe a una falta de información y educación acerca del uso.

Posterior a la aplicación del programa, en la aplicación del post test, los adolescentes replican su respuesta, incrementándose a un 55%. Al respecto, sustentan que la falta de información y educación acerca del uso de métodos anticonceptivos, es uno de los motivos más relevantes por los cuales los jóvenes no los utilizan. Se percatan que, con la implementación del programa y diferentes temáticas, como el uso del condón y mediante la práctica en aula para conocer en físico los métodos anticonceptivos, los adolescentes como población beneficiaria se informaron y practicaron didácticamente el uso adecuado del condón. Durante las sesiones, los adolescentes enfatizaban que existen distintos estereotipos acerca de los métodos y por ello preferían no utilizarlos. Sin embargo, en su mayoría, esta idea cambió debido a la información recibida y al conocimiento de las consecuencias que trae consigo no utilizar correctamente algún método anticonceptivo.

“La paternidad o la maternidad pueden ser experiencias maravillosas, si se está preparado/a para asumir también grandes responsabilidades. Para ello los adolescentes deberán estar conscientes del cuidado de los hijos en cuanto a su salud, costos de manutención, educación, la inserción a un mundo competitivo y otros” (López ,2020).

Los adolescentes perciben varias causas por las cuales se da un embarazo no planificado en la adolescencia. En el pretest un 45% cree que es por la falta de comunicación, afecto familiar y/o amigos. Es un dato alarmante y refleja que dentro de las familias hay un vacío comunicacional y afectivo. En el post test un 49% de adolescentes consideran que otra de las causas es la falta de conocimiento y uso inadecuado de los métodos anticonceptivos; siendo esta información valiosa que coadyuvaría para realizar las capacitaciones.

**CUADRO N°16**  
**Área Habilidades Para La Vida**

<b>Autoestima es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Una disciplina filosófica que estudia el bien y el mal	54,00	28,72	29	15,26
B)	El apoyo incondicional a causas o intereses ajenos	19,00	10,11	15	7,89
C)	El Aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo	<b>115,00</b>	<b>61,17</b>	<b>146</b>	<b>76,84</b>
Total		188,00	100,00	190	100
<b>¿Cuál cree usted que sea la causa principal por que los jóvenes no practican los valores?</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Sus padres	62,00	34,64	<b>76</b>	<b>40,21</b>
B)	Sus maestros	2,00	1,12	3	1,59
C)	Sus amigos	<b>81,00</b>	<b>45,25</b>	69	36,51
D)	Otros menciones	34,00	18,99	41	21,69
Total		179,00	100,00	189	100
<b>Una cualidad es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	El Comportamiento que emplea un individuo frente a la vida	92,00	50,00	49	25,79
B)	Una Característica que se considera positiva	<b>49,00</b>	<b>26,63</b>	<b>93</b>	<b>48,95</b>
C)	La Valoración, percepción o juicio positivo	43,00	23,37	48	25,26
Total		184,00	100,00	190	100
<b>El proyecto de vida de una persona debe:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Ser irrepitable, ya que responde a necesidades particulares.	<b>59,00</b>	<b>31,38</b>	<b>113</b>	<b>59,47</b>
B)	Ser estática ya que una vez que se plantea no debe cambiarse.	71,00	37,77	45	23,68
C)	Ser de acuerdo a lo que los padres y madres creen que es lo mejor.	58,00	30,85	32	16,84
Total		188,00	100,00	190	100
<b>La asertividad es importante para nuestra sexualidad porque:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Así podemos imponer nuestros puntos de vista propios sin importar lo que me digan.	47,00	25,27	35	18,42
B)	Así sabrás cuando decir si y cuando decir no y defender nuestros derechos.	<b>110,00</b>	<b>59,14</b>	<b>139</b>	<b>73,16</b>
C)	Así podre ignorar los problemas para estar tranquilo (a).	29,00	15,59	16	8,42
Total		186,00	100,00	190	100
<b>Una forma de mejorar la toma de decisiones es:</b>		Frecuencia	%	Frecuencia	%
A)	Conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.	<b>93,00</b>	<b>49,21</b>	<b>133</b>	<b>70,00</b>
B)	Pedir consejo a las personas que hayan tenido experiencias similares.	81,00	42,86	47	24,74
C)	seguir los instintos pase lo que pase	15,00	7,94	10	5,26
Total		189,00	100,00	190	100

Fuente: Cuestionario de conocimientos sobre educación sexual

Elaboración: propia

Una cualidad es “una característica que se considera positiva” (Martinez, 2009). En el cuestionario inicial pretest nada más un 26% de adolescentes define correctamente, este dato es alarmante, demostrando que los adolescentes carecen de conocimiento acerca del término.

Con la implementación del programa, se obtuvieron resultados favorables siendo que en el postest un 48% responde correctamente a las preguntas.

La respuesta correcta en la pregunta “el proyecto de vida de una persona debe ser:” en el pretest fue dada solo por un 31% considerando que, en el postest, el porcentaje de respuestas correctas incrementó satisfactoriamente a un 59%. En la actualidad, los adolescentes son conscientes que sus proyectos de vida responden a necesidades particulares y que están sujetas a cambios y no así a las decisiones que elijan sus padres y madres con lo que consideren que es lo mejor.

Conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión es una de las herramientas fundamentales que todo adolescente debe disponer consigo es por ello que al inicio del programa solo un 49% conoce una de las formas de mejorar la toma de decisiones. Se lograron resultados favorables con la implementación del programa, obteniendo en el postest un porcentaje del 70% siendo un éxito las capacitaciones impartidas

Los adolescentes tenían una base al inicio del programa sobre el concepto de autoestima, considerando que un 61% definía correctamente. se confirmó que se debe a las clases de filosofía y religión, donde se aborda este tema.

A pesar de contar con una base se lograron resultados favorables con la implementación del programa, obteniendo un 76% en el cuestionario postest, siendo exitoso haber impartido educación sexual.

## **VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **6.1. Conclusiones**

A través del análisis e interpretación de los resultados obtenidos del Programa de Educación Sexual Integral en adolescentes, del nivel secundario comunitario productivo, perteneciente a la Unidad Educativa de Tomatitas Ángel Calabi Pazzolini II, ubicado en la ciudad de Tarija, gestión 2023, se presentan las siguientes conclusiones en relación a cada objetivo planteado en la práctica institucional.

Respecto al primer objetivo específico, que tenía como finalidad “evaluar el nivel de conocimiento inicial en educación sexual integral, que presentan los adolescentes”.

El nivel porcentual de respuestas correctas que presentan los adolescentes sobre sexualidad es de un 52%. Pese a tener una base de conocimientos, estos requieren el fortalecimiento de conceptos y habilidades en las cuales se evidenciaron falencias; es así que para evaluar a la población seleccionada se optó por proponer un cuestionario sobre educación sexual integral.

Se observó confusión en los términos referentes al concepto de género confundiendo con identidad y rol de género.

En lo que respecta a sus derechos sexuales y reproductivos, “en ocasiones muchos niños y jóvenes, desconocen al no saber cuáles son sus derechos; otros pares como también personas adultas, pueden violentar estos y los jóvenes sin darse cuenta lo van normalizando”. (Ministerio de Salud, s.f, p.22.)

Por su parte, los adolescentes sostienen que no utilizan los métodos anticonceptivos debido a diversas razones, entre ellas la más sobresaliente, es la falta de información y educación acerca del uso. Dato de análisis y reflexión para la implementación del programa.

En lo que respecta al proyecto de vida, los adolescentes consideran que debe ser estática ya que una vez que se plantea ésta no debe cambiarse. Idea errónea que no contribuye al crecimiento personal, impuesta por el entorno cultural y social.

En el Segundo objetivo específico: “Implementar el programa de capacitación en sexualidad a través de una metodología activa participativa, orientadas a fortalecer

conocimientos y desarrollar habilidades que permitan a los jóvenes tener una actitud más responsable acerca de la temática”.

El programa trabajó tres áreas: Habilidades para la vida, logrando promover que los adolescentes fortalezcan habilidades y destrezas en las temáticas de autoestima, valores, comunicación asertiva, toma de decisiones y proyecto de vida desarrollando así una vida sana, plena e integral de salud sexual y salud reproductiva. En el área sexualidad y derechos, pudieron identificar y relacionar las dimensiones y componentes de la sexualidad, como sexo, género, identidad de género, rol de género, reconociendo la importancia en su propia vivencia, para el ejercicio pleno de los derechos sexuales y derechos reproductivos; finalmente en el área de salud sexual y salud reproductiva, se fortaleció la construcción de conocimientos y la reflexión sobre el cuidado de la salud sexual y la salud reproductiva desde la propia experiencia, con el fin de lograr el bienestar integral entre las temáticas abordadas se encuentran: identificación de riesgos “embarazo adolescente”, expresión de presión, revisión de anatomía y fisiología, métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual y el método ABC.

Cada uno de estos apartados lograron fortalecer los conocimientos sobre la educación sexual integral incentivando la práctica de la equidad de género, manejo de emociones difíciles y comunicación asertiva.

En consecuencia, siendo un programa sustentado por la metodología activa-participativa, se hizo el uso de actividades y dinámicas de inicio, de desarrollo grupal, como también de reflexión y cierre; todas estas con el objetivo de generar confianza y de integrar a los adolescentes en cada sesión, así también se buscaba fortalecer habilidades personales y grupales a través de una variedad de actividades que establecían climas cómodos y cálidos. Al finalizar se realizó un momento de reflexión, en el cual se dio lugar a la creación de espacios donde ellos daban a conocer las experiencias y consultas sobre el tema abordado.

Como tercer objetivo específico se planteó “evaluar el impacto de conocimiento adquirido posterior a la aplicación del programa”. El impacto que tuvo el programa de Educación Sexual Integral fue exitoso, evidenciando una vez más que los programas que se desarrollan coadyuvan al desarrollo personal y grupal de los adolescentes, siendo este un porcentaje del 72% de respuestas correctas.

Actualmente los adolescentes cuentan con el conocimiento de los componentes de la sexualidad, tomando en cuenta que ésta atraviesa todas las etapas de la vida, sustentado todo ello por la teoría del autor Eusebio Rubio, que propuso tres pilares, el Biofisiológico, el Psicológico y el Social.

Así también los adolescentes pueden identificar y definir el concepto de género, rol de género e identidad de género

Los derechos sexuales y reproductivos son imprescindibles en la vida de los adolescentes es por ello que en la actualidad los ejercen y conocen, siendo para ellos herramientas eficaces para su diario vivir, que ante cualquier situación que vaya en contra de sus derechos ellos podrán ejercerlos y dar cumplimiento.

Así también se rompieron varios esquemas erróneos respecto a la sexualidad y en específico ideas preconcebidas sobre las vías de transmisión del VIH SIDA. Los adolescentes ahora cuentan con el conocimiento de que solo existen tres vías de transmisión. Conocen también que las personas que viven con VIH son iguales a nosotras y no hay la necesidad de discriminarlos.

El conocimiento fue adquirido a partir de los puntos de análisis que se expusieron en las capacitaciones.

Los adolescentes son capaces de tomar sus propias decisiones y asumir las consecuencias de estas, identificando los riesgos que pueden asumir respecto a su sexualidad y su diario vivir.

Por todos los puntos expuestos la implementación del programa de educación sexual fue un éxito, demostrando que el programa contribuyó a los adolescentes con el conocimiento y además proporcionando herramientas para su proyecto de vida

## 6.2. Recomendaciones

A la unidad educativa:

- ψ Seguir dando el espacio para la aplicación de programas de educación sexual integral a los estudiantes y considerar lo importante que es la educación sexual de manera continua desde los primeros años de escolaridad.
- ψ Contar con el psicólogo en el establecimiento de manera permanente, para que atienda los casos de estudiantes que pasan por situaciones delicadas, como abandono, abusos. violencia de tipo física, psicológica o sexual.
- ψ Hacer partícipes a los padres de familia para que no se de ese choque de pensamientos en los estudiantes.

A los profesores:

- ψ Incluir los temas de educación sexual integral en su programa, tomando en cuenta la importancia de la misma.
- ψ Tomar en cuenta la importancia de la intervención de un profesional en psicología ante algún caso de abuso, violencia u otros problemas que se deben tratar profesionalmente, tomando en cuenta lo delicado de tratar con menores de edad.

Para futuros estudiantes que realicen práctica institucional:

- ψ Motivar la participación de los adolescentes durante el desarrollo de distintas actividades, estos espacios para muchos estudiantes son necesarios, les hace salir de la rutina, así también les ayuda a socializar.