

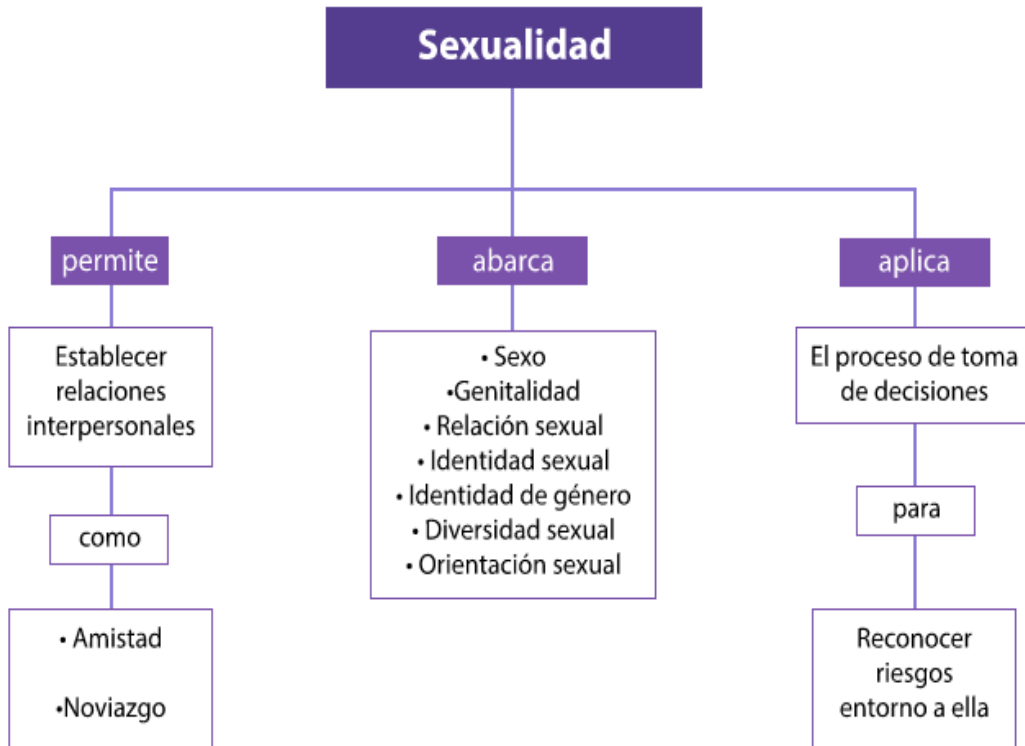
The background of the slide features a person in a grey suit and white shirt, holding a brown leather bag and a book. The background is a dark green color with faint, glowing mathematical formulas and diagrams, including a coordinate system with axes labeled 'a' and 'b', and various equations like $P = 2l + 2w$ and $|a \times b|$.

**ORIENTACIÓN
JUVENIL Y PROFESIONAL II**

UNIDAD II. Sexualidad

Psíc. Miguel Ángel Cruz Figueroa

La sexualidad



- Hablar de sexualidad no sólo implica referirse a la genitalidad, sino que en realidad es un fenómeno emocional y de conducta relacionado con el sexo con el que se nace y comprende desde el impulso sexual hasta las diversas formas que adopta la relación psicológica con el cuerpo: ser, sentirse, explorar, pensar o relacionarse como hombre o mujer.
- Existe un vínculo que mantiene la sexualidad con las relaciones interpersonales, tales como el noviazgo, y la amistad.
- También la sexualidad esta relacionada con los conceptos de diversidad sexual, los riesgos y lo que implica un comportamiento sexual responsable.
- Todo esto es fundamental para que tengas un buen manejo del proceso de toma de decisiones en el manejo de tus relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales parten de la idea del ser humano como ser social, que tiene la necesidad de interactuar con el entorno que lo rodea. Las relaciones interpersonales suponen, independientemente del tipo, son necesarias para que se desarrolle plenamente en diferentes ámbitos de su vida.

- Por ejemplo, durante la infancia, el niño se relaciona con su familia y su comunidad, a través de estas interacciones adquiere experiencias emocionales positivas (amor, alegría) y negativas (odio, tristeza); del mismo modo, dicha convivencia le permite adquirir conductas, normas, creencias e incluso aspiraciones transmitidas por la familia y el grupo cultural al que pertenece.

Todo lo anterior quiere decir que el conjunto de las experiencias sociales configura la personalidad, carácter y la forma en la que se relacionará con personas que considere importantes en el futuro (amigos o pareja), ya que posibilita que el infante sea capaz de reconocer sus capacidades, debilidades y sentimientos para disfrutar de la compañía de quienes lo rodean con las normas que ha aprendido y que lo acompañarán a lo largo de su vida adulta. En la adolescencia las relaciones interpersonales más importantes son la **amistad y el noviazgo**.

1. Relaciones interpersonales



AMISTAD

4

Relación que surge entre dos o más individuos. Suele caracterizarse por la afinidad, la intimidad y la correspondencia que se existe entre ellos.

No todas las relaciones de amistad aportan elementos que contribuyen a fortalecer la seguridad, confianza y autoestima; en ocasiones satisfacen necesidades de naturaleza inconsciente que establecen vínculos con alguna forma de dependencia emocional, control o competencia o rivalidad

Recuerda que las relaciones de amistad son voluntarias, ninguna es una selección al azar u obligatoria

Funciones de las relaciones de amistad

Desarrollo personal

- Brinda oportunidades de aprendizajes
- Proporciona sentido de pertenencia
- Brinda sensación de aceptación
- Aumenta el autoestima
- Contribuye al desarrollo de su identidad sexual
- Reafirma sentimientos de confianza y seguridad



Funciones para la interacción con los otros

- Inspira sentimientos de aceptación en el otro.
- Ayuda a la identificación de semejanzas y diferencias entre humanos.
- Permite comunicar desacuerdos sin afectar el vínculo afectivo.
- Facilita el desarrollo de nuevas habilidades.
- Posibilita un ambiente de generosidad, altruismo, gratitud y empatía.





NOVIAZGO

Se refiere a una relación amorosa creada por el vínculo que se establece entre dos personas de diferente o del mismo sexo. Con frecuencia, ellas determinan y cumplen una serie de reglas que ambas han fijado para mantener así una relación armoniosa. Se presenta mayormente en la adolescencia, ya que es una etapa llena de cambios, aprendizajes y nuevas experiencias. Dentro de este núcleo de intereses, y círculo de amistades, surge el deseo de establecer una relación interpersonal más profunda con alguien y da inicio el noviazgo.

Con:

- **AFINIDAD.** Planes en común, personalidad, plan de vida
- **ACTIVIDADES EN COMUN.** Intereses y gustos parecidos
- **PREFERENCIA FISICA.** Atracción por la persona.

Las relaciones pueden traer múltiples beneficios para la pareja, tales como:

- Ayuda a conocerse mutuamente en cuanto a carácter, sentimientos, gustos, aficiones, ideales de vida y religión.
- Permite el desarrollo de habilidades que implican trabajo en equipo, combate el egoísmo, fomenta la generosidad, la confianza, la honestidad, el respeto; estimula la reflexión y el sentido de responsabilidad.
- Se puede practicar la habilidad de resolver conflictos sin el compromiso de una relación más formal.
- Permite encontrar una pareja apropiada.
- Ofrece la oportunidad de llegar a ser una persona más fuerte y madurar en varios aspectos, ya que ayuda a apreciar las cosas de distintas maneras.
- Permite tomar el tiempo necesario para decidir cuándo se quiere llevar esa relación a algo más estable y definitivo

NOVIAZGO

El establecimiento de una relación de pareja requiere de la voluntad de ambas partes y, como principal elemento, la atracción física o emocional. Se reconocen siete etapas básicas

- 1. Amistad.** Las personas involucradas tratan de conocerse mutuamente, participan en actividades sociales, de carácter creativo, espiritual o incluso intelectual pero sin tintes románticos.
- 2. Encuentros casuales.** La pareja de amigos empieza a separarse de las actividades del grupo para compartir nuevas actividades juntas. Etapa de “verse de vez en cuando”
- 3. Relación especial.** Se comienza a compartir lo que sucede en la familia, en la escuela o con amigos, existe un afecto especial, pero aun no hay aun compromiso.
- 4. Noviazgo.** Las actividades tienen un carácter especial y exclusivo. Se presenta la etapa del enamoramiento, la relación es estable, la mayor parte del tiempo se la pasa con la pareja.

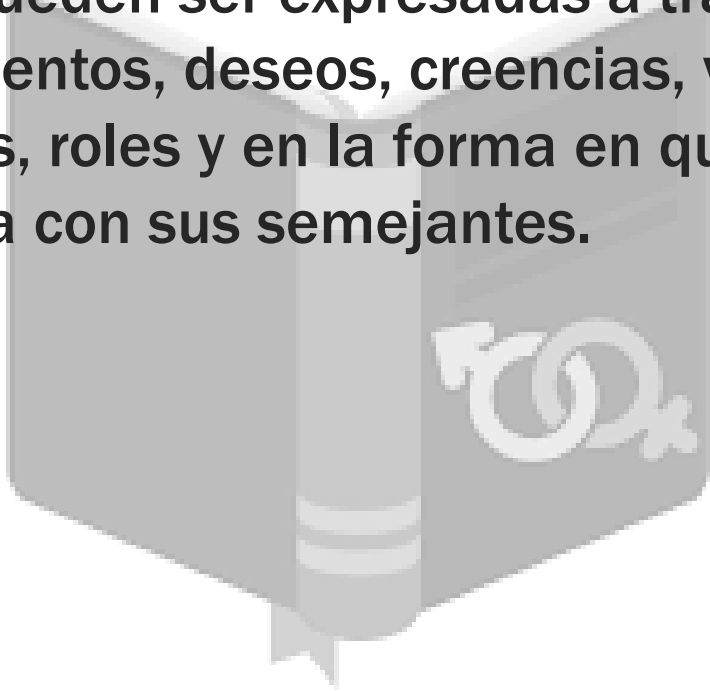
- 5. Compromiso privado.** Etapa en la que el compromiso de pareja se muestra más estable, aun no hay plan de compromiso, pero existe la idea de formalizar la relación.
- 6. Compromiso formal.** Hay planes de formalizar la relación y pensar en una nueva familia.
- 7. La relación formal el matrimonio ya adquiere características de un compromiso más formal donde lo importante es el respeto, la cortesía y la diversión**



Etapas del noviazgo



Sexo y sexualidad son elementos importantes de diferenciar; puntualizando podemos decir que la sexualidad es un concepto amplio que involucra diversas condiciones biológicas, psicológicas, económicas, culturales y religiosas, las cuales pueden ser expresadas a través de pensamientos, deseos, creencias, valores, actitudes, roles y en la forma en que se relaciona con sus semejantes.



2. Conceptos sobre sexualidad y diversidad sexual



Aspectos generales de la sexualidad.



Estudio del cuerpo humano. El estudio de la estructura desde la perspectiva de la anatomía sexual y reproductiva.

Sexo. Es la categoría utilizada para nombrar y diferenciar las características biológicas anatómicas y fisiológicas de los seres humanos definiéndose como hombre, mujer o intersexual

Género. Es un termino que se utiliza para analizar de que manera la sociedad simboliza las diferencias sexuales en una determinada cultura. Cada cultura establece un conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales que definen a lo masculino y lo femenino.

Identidad de genero. Se refiere a como el individuo vive el enero de manera interna e individual

Diversidad sexual

La conformación de nuestra sexualidad no es algo determinado desde el nacimiento, se conforma en diferentes ámbitos y momentos de nuestra vida. Existe una gama de expresiones sexuales, conocidas como diversidad sexual.

El término **diversidad sexual** agrupa las diferentes formas en las que los individuos aman y se relacionan sexualmente. Existen dos categorías sustanciales para comprenderlo mejor:

Identidad de género. Se refiere a la forma en la que el individuo vive el género de manera interna e individual. Lo anterior puede corresponder o no al sexo con el que se nace, de hecho puede incluir la idea personal que se tenga sobre el cuerpo.

Orientación sexual. Capacidad de cada persona para sentir atracción de tipo emocional, afectiva y sexual por personas de un género diferente al suyo, de su mismo género o de más de un género; así como para mantener relaciones íntimas y sexuales con ellas.



Identidad
de género



Orientación
sexual



Sexo
biológico



En la adolescencia son frecuentes los embarazos no deseados, los abortos clandestinos, el consumo de drogas y la violencia en el noviazgo; en cambio, en la edad adulta son frecuentes los contagios de enfermedades de transmisión sexual y la violencia intrafamiliar. Conocer la información adecuada te ayudará a estar libre de riesgos y a tomar decisiones que te permitan desarrollar tus objetivos personales.

En la adolescencia son frecuentes los embarazos no deseados, los abortos clandestinos, el consumo de drogas y la violencia en el noviazgo; en cambio, en la edad adulta son frecuentes los contagios de enfermedades de transmisión sexual y la violencia intrafamiliar. Conocer la información adecuada te ayudará a estar libre de riesgos y a tomar decisiones que te permitan desarrollar tus objetivos personales.

A pesar de que existe gran información sobre los métodos anticonceptivos y los riesgos que conlleva el inicio de la vida sexual, las personas sexualmente activas que lleven a cabo prácticas sexuales de riesgo

3. Riesgos en torno a la sexualidad



Conductas sexuales de riesgo

11

Prácticas erróneas de autocuidado. La información inadecuada y las prácticas antes o después del coito o determinadas por creencias incrementan el riesgo sexual.

Percepción del riesgo. Considerar que tener una pareja estable y delegar el cuidado a la pareja.

Rol de género. Las normas sociales pueden influir en conductas propias para la mujer-femenina y el hombre-masculino y generar prácticas desiguales sobre la reproducción y enfermedades.

Poco control parental. Los padres delegan la educación sexual a la escuela y los medios de comunicación, y se limitan a recomendaciones o amenazas.

Múltiples parejas con o sin uso de condón. La experimentación sexual y la información de los medios de comunicación confunden las relaciones afectivas con la mera práctica de las relaciones sexuales, lo que promueve contactos sexuales pasajeros, las relaciones sexuales grupales o el intercambio de parejas.

Relaciones sexuales bajo los efectos de la droga o el alcohol. El consumo de sustancias psicoactivas disminuye la percepción del riesgo sobre la toma de decisiones.

Escasa o deficiente información sexual. La información basada en conversaciones entre iguales, revistas de entretenimiento u ocios, redes sociales y medios de comunicación proporciona prácticas de autocuidado erróneas.

Bajo nivel económico y educativo. El acceso a la educación sexual muchas veces se limita a creencias o prácticas culturales, al igual que el acceso a servicios de salud y métodos anticonceptivos.

Biológicas. La menarca temprana otorga madurez reproductiva cuando aún no se pueden manejar las situaciones de riesgo.



Las infecciones de transmisión sexual (ITS) es un término que refiere a las “enfermedades transmitidas de una persona a otra a través del contacto sexual, con una manifestación de síntomas comunes para cada tipo de enfermedad” cualquiera de estas infecciones pueden afectar a hombres y mujeres.

Si bien, el contacto sexual (vaginal, anal y oral) es el medio más frecuente para la transmisión de las ITS, existen otros medios no sexuales para contraerse. Muchas infecciones de transmisión sexual que pueden ser tratadas oportunamente se complican debido a que el individuo no manifiesta síntomas, niega la enfermedad o pospone el diagnóstico por miedo al rechazo social o a la vergüenza, complicando su tratamiento.

Riesgos en la sexualidad



En la actualidad la Secretaría de Salud considera que el incremento de **embarazos no planeados en edades tempranas** es un problema de salud pública, ya que afectan de manera negativa la vida de los jóvenes, además tienen consecuencias económicas y sociales. De acuerdo con la OMS:

- Las complicaciones durante el embarazo y el parto son la segunda causa de muerte entre las jóvenes de 15 a 19 años en todo el mundo.
- Los bebés de madres adolescentes se enfrentan a un riesgo considerablemente superior de morir que los nacidos de mujeres de 20 a 24 años.
- El embarazo en la adolescencia es una de las consecuencias más usuales es el abandono escolar y el bajo rendimiento.
- Un nivel educativo básico disminuye las oportunidades de trabajo y tiene como consecuencia un ingreso económico inferior al esperado.

Riesgos en la sexualidad

13



**TENER UN BEBÉ NO ES FÁCIL
TODAVÍA ESTÁS
MUY CHICO
PARA ALGO
TAAAN
GRANDE**

Disfruta tu juventud **sin complicaciones**
Ven e infórmate en tu Centro de Salud
más cercano.

#todavíaestás muychico

 **01 800 7171 505**  Secretaría de Salud Tabasco  @SSalud_Tab
Centro de atención telefónica las 24 horas del día

Recuerda que el inicio de la actividad sexual trae consigo una doble responsabilidad, la primera es cuidar tu cuerpo y la segunda es asumir una actitud responsable para evitar el contagio de alguna ITS

Durante la adolescencia y la juventud es frecuente que se presenten embarazos inesperados o **embarazos no deseados**, que casi siempre son consecuencia del desconocimiento o mal uso de los **métodos** anticonceptivos.

Es recurrente en la adolescencia recurrir al **aborto**. Este término se refiere a “la terminación espontánea o provocada de la gestación antes de la vigésima semana, contando desde el primer día de la última menstruación normal, o expulsión del producto de la gestación con peso menor a 500 gramos.

Existen dos tipo

Espontáneo o inducido. El primero es la pérdida del embarazo antes de llegar a las 26 semanas de gestación debido a que el feto no tiene condiciones de sobrevivencia fuera del útero materno, generalmente se presenta de manera abrupta. Por su parte, el aborto inducido es el resultado de maniobras realizadas de forma deliberada para interrumpir el embarazo.

Legal o ilegal. Existen países que han despenalizado el aborto con la finalidad de disminuir considerablemente la mortalidad materna. El aborto inducido de manera legal o la interrupción legal del embarazo se lleva a cabo bajo la supervisión de las autoridades pertinentes.

Riesgos en la sexualidad

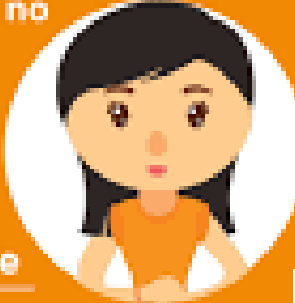
14

¿POR QUÉ HAY EMBARAZOS NO DESEADOS?

Entre otras muchas razones porque los métodos anticonceptivos no son efectivos al 100%

- ▶ 99.8% DIU
- ▶ 92% Píldora anticonceptiva
- ▶ 94% Anticonceptivo inyectable
- ▶ 85% Condón
- ▶ 79% Condón femenino

Fuente: [indesalvoo](#)



Riesgos en la sexualidad

La **violencia** es un riesgo para la salud debido a las consecuencias físicas, económicas y sociales que provoca, ya que se define como “[...] aquellos actos que tengan que ver con el ejercicio de una fuerza verbal o física sobre otra persona, animal u objeto y que tenga por resultado la generación de un daño sobre esa persona u objeto de manera voluntaria o accidental.

En una relación de pareja, la violencia puede ser “cualquier acto mediante el cual una persona trata de doblegar o paralizar a su pareja. Su intención es dominar y someter ejerciendo el poder a partir del daño físico, emocional o sexual.

Diferentes tipos de violencia:

- Física.
- Económica
- Verbal
- Psicológica
- Digital o virtual
- De genero
- Sexual

Tipos de violencia



Reconocer el ciclo y los tipos de violencia puede ayudarte a reflexionar sobre las formas en que te relacionas con tu pareja.

- **Acumulación de tensión.** hay insultos, reproches, se presentan escenas de celos y control, comentarios en tono de burla y existe la sensación de malestar que se va incrementando
- **Estallido o explosión.** Se presentan incidentes acompañados de agresión física o psicológica, pueden existir golpes o realizar amenazas
- **Distanciamiento.** Se da un tiempo de silencio o separación
- **Arrepentimiento o luna de miel.** Se presentan escenas en las que se expresa perdón acompañadas de promesas de cambio, regalos y un periodo de tranquilidad.

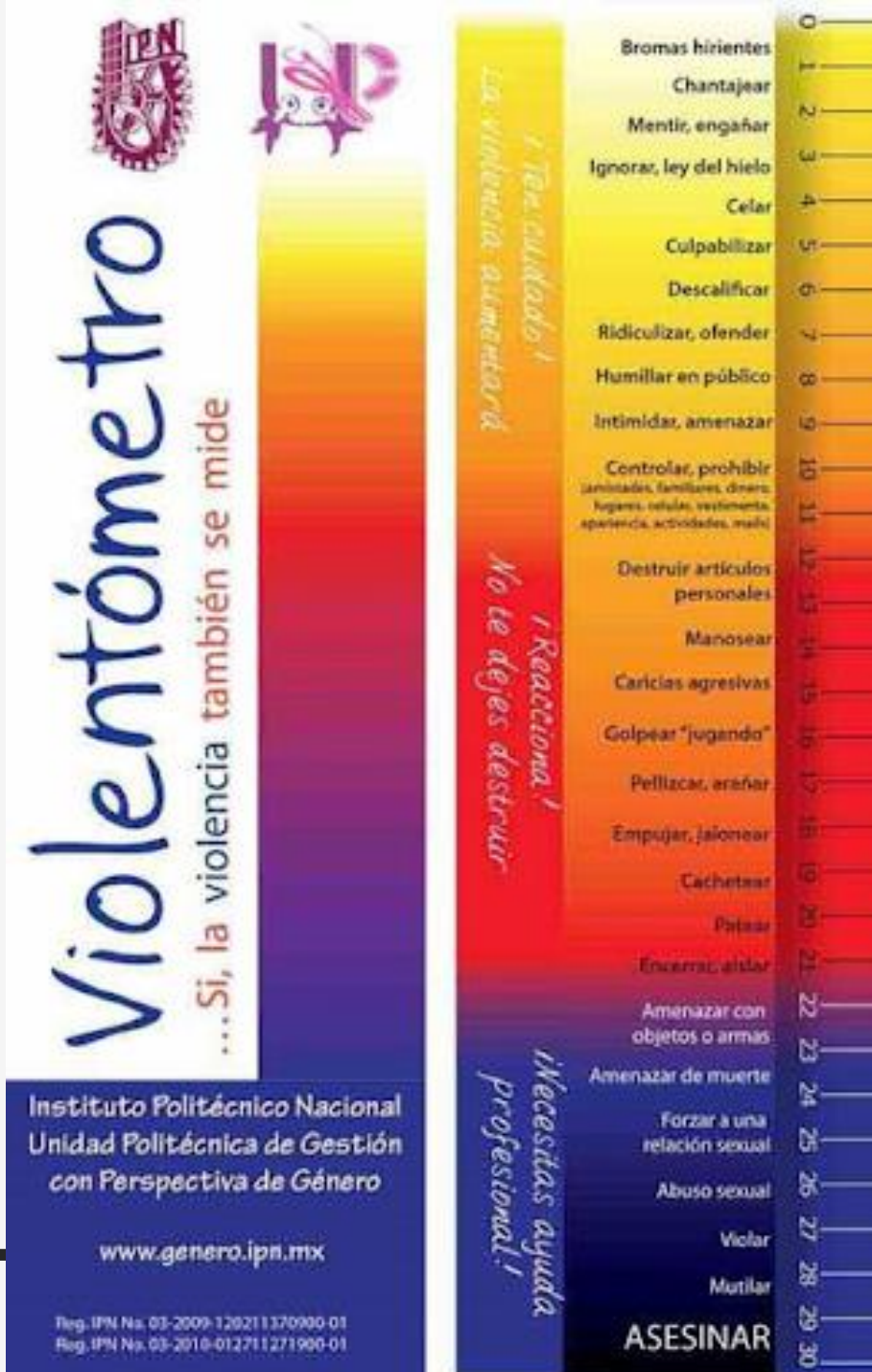
Riesgos en la sexualidad

16



Riesgos en la sexualidad

Considerando que éste es un problema que afecta a toda la comunidad politécnica, en el año 2010 el Programa Institucional de Gestión con Perspectiva de Género del Instituto Politécnico Nacional (IPN) diseñó un instrumento para prevenir la violencia de pareja entre sus alumnos denominado **Violentómetro**. El Violentómetro o semáforo de la violencia clasifica 27 actos de abuso psicológico o físico que se pueden sufrir en el noviazgo. Se divide en tres niveles o escalas de diferente color que indican una situación de alerta. Puede aplicarse en diversos ámbitos como el familiar, laboral o de pareja.



Conclusión

- Es importante reconocer la importancia de la sexualidad, sus riesgos y lo que requiere un comportamiento sexual responsable en el manejo de tus relaciones interpersonales, como la amistad o el noviazgo.
- el sexo, la genitalidad, las relaciones sexuales, el género y la orientación sexual son conceptos que favorecen la comprensión de la sexualidad como parte de las relaciones interpersonales.
- También es importante resaltar que la diversidad sexual la podemos definir a través de tres aspectos: la identidad sexual, la identidad de género y la orientación sexual, elementos que dentro de la etapa en la que te encuentras, contribuyen al desarrollo de una vida sana de acuerdo al entorno social.
- Es importante que apliques el proceso de toma de decisiones para reconocer los riesgos a los que estás expuesto en torno a la sexualidad, como pueden ser embarazos no planeados, algún tipo de violencia o contraer alguna enfermedad de transmisión sexual.