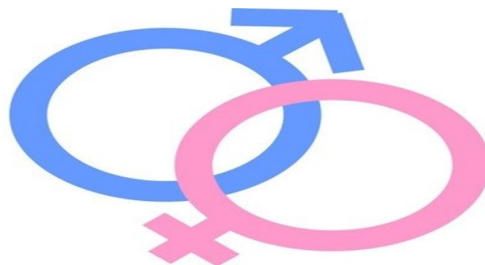


Las generalidades de la Educación Sexual

¿Qué es sexo y en que niveles se presenta?

El sexo es la expresión genérica que nos determina biológicamente como masculinos o femeninos y la sexualidad como el marco del accionar humano en la sociedad, desde la perspectiva del género al que pertenezcamos. Se habla así de un sexo social que es de asignación. Esto rompe el biologicismo marcado que obliga a patrones culturales de comportamiento obligado en función del ser varón o hembra.



Los niveles del sexo son:

- **Primer nivel:** este es el nivel más básico, que encargado de regir el sexo a nivel fisiológico. El sistema nervioso simpático actúa desde la región lumbar, y rige el proceso físico de la eyaculación y el orgasmo tanto en hombre como en mujeres.
- **Segundo nivel:** el sistema límbico y el tallo cerebral regulan nuestros instintos primarios, como el instinto sexual. En esta área se localiza el organismo a nivel cerebral.
- **Tercer nivel:** el neocórtex controla los impulsos y da al sexo su dimensión humana (afecto, estética, fantasía).

¿Qué es la sexualidad y que influye en ella?

La sexualidad es un aspecto de la vida de todos los seres humanos y está relacionada con la capacidad de sentir placer, nace con nosotros y se muere con nosotros e involucra aspectos físicos, sentimentales y emocionales. Esto quiere decir, que la sexualidad está relacionada con nuestra forma de ser, de pensar, de sentir, de actuar y de relacionarnos con otras personas y con nosotros(as) mismos(as).

De acuerdo con Sigmund Freud, la sexualidad rodea todo lo que somos, es por esto que la sexualidad no es una "cosa" que aparece de pronto en las personas adolescentes, jóvenes o adultas.

La sexualidad al irse construyendo ofrece la posibilidad de modificarse para permitir un mejor desarrollo del ser humano. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales.

¿Qué es la salud sexual?

Es el estado general de bienestar físico, mental y social de las personas y no la ausencia de enfermedades o dolencias, en la esfera sexual y reproductiva, así como sus funciones y procesos.

¿Qué es la educación sexual?

La educación sexual es una propuesta educativa que debe incluir todos los elementos de la sexualidad humana: el cuerpo, los sentimientos, las emociones, las actitudes y comportamientos, los valores sociales, el placer y los derechos humanos asociados a la sexualidad. La educación sexual debe ser universal, es decir, llegar a todas las personas; debe iniciarse en el hogar y la comunidad, continuando en todos los niveles de la enseñanza académica y no académica.

MITOS SOBRE LA SEXUALIDAD

- **La mujer no puede quedar embarazada en su primera relación sexual**

Sí, sí puede. Y no solo eso, también es frecuente que se piense que una sola vez de **sexo** no protegido no tiene mayor trascendencia pero es justo esa "única vez" la que conlleva los embarazos no planificados de dos de cada 10 mujeres.

- **Es imposible quedar embarazada si lo hacemos "de pie"**

Tal vez te dé un poco de risa este mito pero, aunque no lo creas, muchas parejas creen que es cierto. Tener sexo de pie es simplemente una variante más de la sexualidad, depende del gusto de la pareja, pero tiene la misma posibilidad de **fecundar** que estando acostado.

- **Lavarse los genitales después de la relación sexual impide el embarazo**

Esto no sirve más que como un elemento higiénico, la verdad es que es totalmente falso si se pretende utilizar como **método anticonceptivo**.

- **El sexo en el mar o alberca impide el embarazo**

Error. El agua es más amiga que enemiga de óvulos y espermatozoides. Se trata de un **lubricante natural** que en lugar de ser barrera, hace más sencilla la fecundación.

- **Sacar el pene antes de eyacular impide la fecundación**

Definitivamente es posible. Basta una pequeña gota de **semen** con millones de espermatozoides para lograr el embarazo. Recuerden que el líquido pre eyaculatorio también contiene espermatozoides, así que aquello de "nada más la puntita" es también peligroso.

- **Con el condón no se siente igual**

Falso. Esta percepción es más psicológica y cultural que real. Después de la **abstinencia**, es el método anticonceptivo y de prevención de **enfermedades sexuales** más seguro.

Lamentablemente sólo entre el 30 y 45 por ciento de los mexicanos usan condón a pesar de que reduce 10 mil veces la transferencia de fluidos. Se trata de un prejuicio, pero piénsalo, más vale estar tranquilo antes, durante y después de la relación, que tener una angustiante cruda sexual.

- **Los anticonceptivos hormonales dañan la salud, engordan y no es bueno utilizarlos si la mujer es joven**

Falso. Los **anticonceptivos hormonales** ofrecen beneficios como regulación del ciclo menstrual, reducción de cólicos y sangrados. La mayoría evita la retención de líquidos y su efecto antiandrogénico mejora problemas de acné. Pueden usarse sin problema desde la adolescencia, en el inicio de la vida sexual.

- **El coito anal produce embarazo**

Falso. La única forma que tienen los **espermatozoides** para llegar a la matriz, llegar a las trompas de falopio y fecundar el óvulo es a través del canal vaginal. Pero como todo sexo sin protección tiene otro tipo de riesgos como infecciones de transmisión sexual.

CONTENIDOS CURRICULAR PARA EDUCACIÓN SEXUAL

Referente a la sexualidad de 4 a 5 años

1. Área Psicomotora

Sub-Área Esquema Corporal

- Esquema Corporal
- Cabeza
- Tronco
- Extremidades
- Localización e identificación

Sub-Área Ambiente Natural

- *El Cuerpo Humano*

- Partes principales
- Características
- Funciones

- *Crecimiento y Desarrollo*
 - Diferentes anatómicas
 - Niña – Niño

- *La Salud y el Cuidado del Cuerpo*
 - Prevención de enfermedades
 - Aseo Personal
 - Programas de salud
 - Prevención del maltrato

- *La Reproducción de los seres vivos*
 - Animales y sus crías
 - Ser humano

Sub-Área Ambiente Natural

- *El cuerpo humano*
 - Sistemas y sus órganos necesidades vitales y funciones
 - Higiene del cuerpo humano
 - Prevención del maltrato
 - Prevención de accidentes caseros
 - Educación sexual
 - Diferencias anatómicas
 - Niña
 - Niño

2. Área Psicosocial

Sub-Área Esquema corporal

- Esquema corporal
 - Cabeza y sus partes
 - Tronco y sus partes
 - Extremidades
- Conciencia corporal
 - Imagen
 - Percepción
 - Movimientos

3. Área Lenguaje

- *Me and my body*

- Parts of the body
 - Head
 - Hair
 - Face (eyes, nose, ears, mouth teeth)
 - Neck
 - Body
 - Hands, Shoulders, arms, elbows, fingers, legs and feet.

- *Personal Characteristics*
 - Measure – Weight
 - Tall – Short