



Facultad de
Ciencias Sociales
y del Trabajo
Universidad Zaragoza

LA ADOLESCENCIA Y EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD:

Importancia de la educación sexual, su situación actual y el papel de la familia y el trabajo social.

Adolescence and the development of sexuality: The importance of sex education, its current situation and the role of the family and social work.

TRABAJO FIN DE GRADO TRABAJO SOCIAL 2020

Primicia Labena, Leire

Tutor/a: Ortega Sánchez, Isabel

RESUMEN

A través de este trabajo se pretende concienciar sobre la importancia y los efectos positivos que tiene en los adolescentes el poder recibir una educación sexual integral y de calidad, así como promover la implicación de todos los agentes necesarios para garantizarla. Consiste en una revisión bibliográfica de diferentes fuentes de información que proporciona una perspectiva multidisciplinar y con una justificación muy personal, que aborda los siguientes temas: Los modelos de educación sexual a lo largo de la historia, la situación actual de la educación sexual en España con las carencias que presenta y los retos a los que debería enfrentarse, la sexualidad en la adolescencia y conceptos relevantes, las primeras relaciones, la educación sexual y la influencia de internet, el papel que desempeña la familia y el trabajo social como agentes implicados en garantizar una educación sexual integral e inclusiva y por último unas conclusiones sobre el contenido investigado bajo un punto de vista crítico y reflexivo.

Palabras clave: *Educación, sexualidad, adolescencia, trabajo social, relaciones.*

ABSTRACT

This dissertation aims to raise awareness of the importance and positive effect on teenagers of being able to receive a comprehensive, good quality sex education, as well as to promote the involvement of all necessary agents to guarantee it. It consists of a bibliographical review of different sources of information, which provides a multidisciplinary perspective with a very personal justification, addressing the following issues: The models of sex education throughout history; the current situation of sex education in Spain, with the different deficiencies it presents and the challenges it should be facing; sexuality during adolescence and relevant concepts; first relationships; sex education and the influence of the internet; the role of the family and social work as agents involved in guaranteeing a comprehensive and inclusive sex education; and lastly, a conclusion about the researched content from a critical and reflective point of view.

Key words: Education, sexuality, adolescence, social work, relationships

Indice

| | |
|--|----|
| INTRODUCCIÓN..... | 5 |
| JUSTIFICACIÓN..... | 6 |
| METODOLOGÍA..... | 7 |
| MARCO TEÓRICO..... | 8 |
| MODELOS PARA LA EDUCACIÓN SEXUAL..... | 8 |
| LA SITUACIÓN ACTUAL DE LA EDUCACIÓN SEXUAL EN ESPAÑA..... | 10 |
| LA ADOLESCENCIA Y EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD..... | 12 |
| Las primeras relaciones afectivo-sexuales en la adolescencia..... | 15 |
| EDUCACIÓN SEXUAL EN LA ADOLESCENCIA..... | 17 |
| Influencia de internet en la educación sexual..... | 18 |
| La educación sexual integral..... | 20 |
| El papel de la familia en la educación sexual de los adolescentes..... | 22 |
| El papel del Trabajo Social en la educación sexual..... | 23 |
| CONCLUSIÓN Y REFLEXIÓN..... | 25 |
| BIBLIOGRAFÍA..... | 27 |
| WEBGRAFÍA..... | 29 |

INTRODUCCIÓN

Cada día se evidencia más la necesidad de una buena educación, para mejorar la calidad de vida de las personas y su bienestar, con el fin de poder construir sociedades más sanas y preparadas que cuenten con las habilidades necesarias para enfrentarse al mundo. Dentro del amplio espectro de la educación, la educación sexual sigue estando en un segundo plano a pesar de su importancia para un desarrollo sano y equilibrado del individuo, un tema muy controvertido y el cual sigue tratándose como tabú.

Son muchos los expertos que defienden la educación sexual en el ámbito escolar y familiar de los jóvenes y adolescentes, pero a pesar de todo sigue siendo una asignatura pendiente en el sistema educativo español. En este trabajo estudio los modelos de educación sexual que se han llevado a cabo a lo largo de la historia, desde la influencia de la iglesia y la imposición de su moral, a un modelo enfocado en los riesgos derivados de las relaciones sexuales que concibe la sexualidad como algo peligroso, pasando por una revolución sexual que abrió los horizontes a un modelo biográfico-ético que trata la educación sexual desde el marco de los derechos humanos con un carácter inclusivo e integral. Además, también incluyo la situación actual en España, la cual debe enfrentarse a muchos retos y actualizar sus métodos educativos en relación a la educación sexual, lo que considero que todavía es una “asignatura pendiente” a la cual no se le otorga la importancia que tiene.

Más allá del ámbito educativo, también se trata concretamente la adolescencia como el periodo evolutivo más convulso dentro del desarrollo de una persona. En esta etapa se experimentan cambios físicos, psicológicos, hormonales y sociales que preparan al individuo para afrontar la vida adulta y pocas veces se explican como gestionar todas estas transformaciones que llegan de manera sobreenvenida y afectan a todo el mundo. En estas edades se produce el desarrollo de la sexualidad con todo lo que conlleva, las primeras relaciones románticas y sexuales, el desarrollo psicosexual, la configuración de la personalidad, las preguntas que surgen en torno a todos estos temas y la influencia de internet como fuente de información. Promoviendo unas relaciones sanas e igualitarias que desmitifiquen el amor romántico y el sexo seguro, dotándoles de conocimientos y herramientas que prevengan malos tratos, abusos sexuales y situaciones que pongan en riesgo su salud física y mental.

Por último, hago referencia a la educación sexual, cómo debería ser y qué aspectos debería incorporar. No basta con ceñirnos solo a la biología, la reproducción y prevenir los riesgos asociados al ejercicio de la sexualidad, sino que debe tener una visión más amplia que trate otros aspectos como los psicológicos, emocionales y sociales. Incluyendo todas las posibilidades que existen de identidad de género y orientación sexual con el fin de crear una sociedad más inclusiva, respetuosa y tolerante con aquellas minorías que se alejan del modelo hegemónico heterosexual y monógamo impuesto por la sociedad y evitar situaciones de acoso y desigualdad, así como el papel de la familia y el trabajo social como agentes implicados en garantizar el derecho a una educación sexual libre y accesible para todo el mundo.

JUSTIFICACIÓN

Reflexionando sobre mi propia experiencia en el plano de las relaciones sexo-afectivas en la adolescencia me dí cuenta de que la educación sexual en esta etapa de la vida es imprescindible y que yo apenas había recibido en el instituto. Lo poco que me habían enseñado no trataba todos los temas que a mi me hubiese interesado. En ese momento, por vergüenza a hablar sobre la sexualidad o incluso temor a lo que pudiese pensar el resto de compañeros no consulté todas las dudas que me surgían. Además, el tiempo era escaso y muchas de mis inquietudes no estaban previstas en los temas que tenían programados abordar los profesionales que venían a dar las charlas un par de veces cada dos años.

En casa nunca habíamos hablado sobre la sexualidad, por lo que me resultaba incómodo sacar el tema y por aquel entonces apenas utilizaba internet y menos para buscar ese tipo de información que me hacía sentir una especie de pudor extraño, ya que nadie me había hablado con naturalidad de lo que estaba experimentando. Conforme me inicié en el mundo de las relaciones amorosas fui cada vez más consciente de que aquello no era como yo había imaginado, tal vez había idealizado el amor basándome en las películas que había visto o incluso en los libros que había leído.

Tal como revisaba en mi memoria y analizaba mi torpe andadura hacia la maduración sexual y emocional, pensé en todas aquellas personas que se han podido sentir o pueden llegar a sentirse tan pérdidas en esa etapa tan turbulenta e inestable de la que nadie se libra, llena de cambios y con las emociones a flor de piel.

Sé que cada persona es diferente y que habrá quien se sienta identificado conmigo en este aspecto, habrá quien no, y quien lo haya podido vivir de manera distinta, pero considero que para todos recibir una educación sexual y afectiva en la adolescencia ayuda a entenderse y aprender a cuidarse a uno mismo y a los demás.

Así, con una personalidad más sólida, unas ideas propias y un pensamiento más crítico que he conseguido con el paso del tiempo y ayuda de la formación que he recibido, me pareció una gran oportunidad basar mi trabajo final de grado en la educación sexual para conocer e investigar a través de otros estudios y profesionales cómo es la situación actual, como lo viven los adolescentes, cómo se sienten, cómo puedo contribuir desde mi profesión respecto a este tema y conseguir concienciar de la necesidad y la importancia de contar con una educación sexual integral e inclusiva que mejore el bienestar y el desarrollo de este sector que se encuentra en una etapa de su vida tan vulnerable.

METODOLOGÍA

El tipo de metodología seleccionado es la revisión bibliográfica al considerarlo el que más se adapta al objetivo del trabajo. La revisión bibliográfica realizada consiste en una investigación documental a través de la cual he obtenido información sobre los temas principales que son la Educación sexual y la adolescencia. Para ello, he consultado fuentes de información primarias, como por ejemplo la legislación, y secundarias, como por ejemplo otros trabajos fin de grado, con la finalidad de poder configurar una visión concreta y precisa del objeto de estudio, de la que posteriormente alcanzar unas conclusiones que puedan resolver dudas y en este caso reforzar la hipótesis inicial de la necesidad y los beneficios que tiene recibir una educación sexual integral.

La información ha sido obtenida por vía online, y consta de artículos de revistas, periódicos, páginas web, estudios cualitativos, documentos legislativos y otros trabajos de investigación que he clasificado y filtrado siguiendo tres criterios:

- Calidad. Indagando la fiabilidad de las fuentes y el contenido comprobando que la información estuviese respaldada por una institución científica, gubernamental o intergubernamental, así como buscando investigando sobre los autores para conseguir una perspectiva multidisciplinar (psicología, enfermería, educación, sexología, medicina, trabajo social, etc.) y utilizando buscadores como *Google Académico*.
- Relevancia. Acotando la fecha de publicación desde 2002 hasta 2020, predominando las fuentes más actuales, desde 2015 en adelante con el fin de obtener una visión actualizada de la realidad a estudiar. Utilizando descriptores en las búsquedas de información que tuviesen relación con la investigación, como “adolescentes”, “sexualidad”, “educación sexual integral”, “relaciones”, “internet” o “trabajo social”. Y por último revisando las referencias bibliográficas de aquellos documentos que consideraba útiles para poder profundizar y conseguir más información respecto al tema principal.
- Concreción. El idioma que utilizado en la búsqueda ha sido español y el contexto de referencia adolescentes españoles, utilizando estudios de otros autores que recogiesen sus intereses y opiniones sobre la sexualidad y la educación sexual.

Por último, para hacer alusión a todos aquellos profesionales de los que he obtenido toda la información he utilizado el estilo de citas APA (American Psychological Association), incluyendo referencias a lo largo de todo el trabajo y conformando una bibliografía y una webgrafía que sigue un orden alfabético.

MARCO TEÓRICO

MODELOS PARA LA EDUCACIÓN SEXUAL

En el siglo XX surgen los primeros modelos de educación sexual que se impartirán en las aulas. Es importante empezar a conocer sus orígenes para poder entender mejor el presente, ya que algunos de ellos todavía están en práctica. (Carbonell, 2017)

Estos modelos de educación sexual han estado influidos por la ideología y la cultura de la época, y siguiendo a López (2019) y a Carbonell (2017) sobre su explicación, podemos diferenciar cinco tipos de modelos: Modelo de Riesgos, Religioso, Impositivo, Consumo en la sociedad de Mercado e Integral o Biográfico y Ético.

1. Modelo de riesgos.

Aparece como reacción del sistema sanitario ante el aumento de embarazos no deseados, el contagio de ETS y el SIDA en la década de los 80 y se mantiene en la actualidad, es el modelo de educación sexual vigente en España. Se centra en la salud y la concibe como mera ausencia de enfermedad por lo que sólo pone su atención en los aspectos de la sexualidad que pueden poner en riesgo de enfermedad al individuo. Se lleva a cabo a través de tres líneas de actuación paralelas:

- Programas específicos aislados de tipo sanitario o educativo como charlas esporádicas organizadas por organismos externos al centro o institución y dirigidas por el Ministerio de Sanidad, Asuntos Sociales o Educación y Ciencia
- Una orientación personalizada en centros de planificación familiar
- Unidades didácticas enfocadas únicamente a la reproducción humana en asignaturas como Ciencias Naturales y Biología
- Campañas publicitarias de carácter preventivo

Este modelo tiene un enfoque reproductivo y biologista, no tiene en cuenta el placer sexual femenino al centrarse solo en la penetración y concebir el sexo como un mero acto de reproducción. Lo cual legitima una sexualidad heteronormativa patologizando otras posibles orientaciones sexuales. Utiliza una perspectiva higiénico-médica que centra su discurso en la presentación de métodos anticonceptivos y preventivos de ETS sin prestar atención al plano emocional, lo que genera temor y que el sexo se conciba como algo peligroso (Carbonell, 2017). No está creado para ser un modelo educativo ya que ni siquiera contempla a los agentes educadores ni a la familia se limita a convertir la educación sexual en prevención y alguna campaña o programa de forma aislada sobre los abusos sexuales, la violencia de género, etc. (López, 2019).

2. Modelo religioso-moral.

Se crea en los siglos XVII y XVIII, totalmente influido por la ideología religiosa y su visión de la sexualidad humana. Tiene como objetivo salvaguardar la idea de la familia tradicional. Así pues este modelo puede entenderse en base a tres pilares (Carbonell, 2017):

- Preservar la virginidad femenina hasta el matrimonio
- Tratamiento de la homosexualidad (principalmente la masculina)
- La sexualidad femenina desde la perspectiva moralista y negacionista, donde el instinto sexual es propio únicamente de los hombres.

En torno a esas principales ideas, se articula una educación donde el fenómeno sexual se reduce al coito, la reproducción y la procreación. No contempla la variedad de identidades de género ni orientaciones sexuales y defiende la construcción familiar desde una perspectiva heterosexual y monógama, sin dar cabida a otras posibilidades. Otorga mucho peso a la moral, exalta la abstinencia matrimonial y rechaza los métodos anticonceptivos. La educación esta basada en el miedo, la culpa, la vergüenza y la desinformación, ya que consideran que la información sexual promueve la promiscuidad y con esto lo que realmente están haciendo es desnaturalizar y castigar la sexualidad, considerando cualquier otra posibilidad o elección como una conducta desviada, lo que genera problemas en el autoconcepto y confusión. (Carbonell, 2017)

3. Modelo impositivo.

Entre los años 25 al 33 del siglo pasado nació este modelo influido por las ideas de la izquierda Freudiana, el pensamiento Marxista y los escritos del Reich, y fue rescatado y tuvo una gran repercusión en la revolución sexual de los años sesenta-setenta (López, 2019). Relacionaba la represión social y el capitalismo con la represión sexual. Por un lado defiende la educación sexual como una forma de “despertar conciencias” y generar un pensamiento crítico en la sociedad que le de la libertad a través de la revolución, en aras de conseguir una mayor salud sexual y una actividad sexual satisfactoria para todo el mundo. Introduce nuevas ideas y una visión más amplia e inclusiva de la sexualidad. Defiende el acceso a la información, a los métodos anticonceptivos y a la educación sexual como derechos del individuo, así como la igualdad de género y la diversidad (Fallas, Artavia y Gamboa, 2012)

Mientras que por otro lado criticaba a la familia como institución transmisora de la moral y los valores represivos dominantes del momento, apostando por que la educación sexual se impartiese en las escuelas y llegase a todos los grupos sociales posibles. A día de hoy, todavía podemos observar el legado de este modelo en la manera de trabajar de algunos sexólogos y sexólogas y ciertas actitudes de asociaciones y grupos revolucionarios que luchan contra los convencionalismos sociales (López, 2019).

Considero este modelo como una manera rompedora de acabar con la influencia de la religión y la moral de épocas anteriores y que abre el camino a nuevas maneras de educación más efectivas y que aborden la sexualidad como algo positivo en el desarrollo del individuo.

4. Modelo de la sociedad de mercado.

Este modelo es producto de la sociedades consumistas, donde los agentes de mercado vieron una gran oportunidad y convirtieron la sexualidad en un producto más, instaurando una serie de mitos y falsas creencias que convertían la actividad sexual en una necesidad obligatoria de satisfacer valorando únicamente sus propios intereses. “De hecho hemos pasado de la represión (viejos mitos) a la presión para experimentar todo (nuevo mito), de la monogamia (viejo mito) al poliamor como mejor alternativa (nuevo mito), etc.” (López, 2019, p. 20)

5. Modelo biográfico y ético o integral.

Éste modelo tiene en cuenta los derechos Humanos, de la Infancia, de la Mujer y los derechos Sexuales reconocidos por instancias Internacionales . La sexualidad es interpretada como un concepto positivo y bajo una perspectiva multidisciplinar que, además, tiene en cuenta los factores que constituyen al individuo (orígenes, cultura, edad, sexo...). Las madres y padres tienen el poder de decidir qué educación quieren que reciban sus hijos sin imponerles la suya y sin negarles cualquier otro tipo de educación que escogiesen ellos mismos. Los profesores deben valorar y respetar sus conocimientos y orientar a los alumnos sin tampoco imponer sus valores personales ni condicionarles para que puedan tener una educación libre (Carbonell, 2017)

Este modelo parece rescatar aquellos aspectos más positivos y transformar los negativos de los modelos anteriores intentando crear en los jóvenes un pensamiento propio con el que puedan decidir sobre su vida sexual conociendo toda la información necesaria que les permita proteger su salud sexual, mejorando su calidad de vida y su bienestar. El único modelo que hasta ahora parece acercarse más a conseguir una educación sexual integral e inclusiva.

A pesar de que la educación sexual en España ha seguido siempre el modelo de riesgos, a lo largo de los años se han introducido pequeños elementos de este modelo biográfico-profesional en algunas de las leyes educativas del sistema. La LOGSE (1990) no introdujo de manera explícita la educación sexual pero sí nuevos pensamientos y planteamientos, como fue la igualdad entre sexos. Paralelamente, en España se empezaron a impartir dos programas de educación sexual que resultaron ser pioneros en cuanto a este modelo, *Harimaguada* en las Islas Canarias y *Uhin Bare* en el País Vasco, lo cual suponía un gran avance hasta entonces. La LOCE (2002) no parecía avanzar mucho más rápido que la LOGSE en materia de educación sexual, sino que involucionaba al introducir una redacción sexista. Con la llegada de la LOE (2006) fue cuando se mencionó por primera vez “la educación afectivo-sexual”, pero a pesar de todo, el futuro esperanzador que prometía fue neutralizada con la entrada en vigor de la LOMCE (2013) que sintetizó la educación sexual en España como una educación reproductiva y preventiva volviendo a la influencia del modelo de riesgos (Carbonell, 2017).

LA SITUACIÓN ACTUAL DE LA EDUCACIÓN SEXUAL EN ESPAÑA

Para poder entender la educación sexual que se está impartiendo en la actualidad en España es preciso conocer los antecedentes históricos de la legislación sobre la educación, más concretamente la educación afectivo sexual, algunos ya mencionados anteriormente. Siguiendo la investigación de Fernández (2018) este recorrido legislativo comprenderá desde el siglo XX hasta día de hoy.

- En 1970, a finales de la dictadura se promulga la Ley General de Educación (LGE) donde la educación sigue teniendo un carácter religioso siguiendo la donde la iglesia controlaba la educación y la moral de la sociedad.
- La Ley Orgánica por la que se regula el Estatuto de Centros Escolares (LOECE) (1980), Esta ley no llegó a entrar en vigor pero no contemplaba ningún aspecto relacionado con la educación sexual.

- Ley Orgánica reguladora del Derecho a la Educación (LODE) de 3 de julio de 1985. No incluye la educación sexual como competencia educativa y además respalda el modelo de educación católica al introducir un nuevo concepto, los colegios concertados.
- Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo de España (LOGSE) de 1990: A pesar de no ser mencionados de manera directa aspectos como la sexualidad o la afectividad. Esta reforma sí que incluye la educación sexual y afectiva bajo el nombre de “temas transversales”. Es la primera ley educativa en incorporar un lenguaje inclusivo y cuenta con unos objetivos basados en la igualdad, la tolerancia y la libertad para que cada individuo pueda formar libremente su propia identidad.
- Ley Orgánica de Calidad de la Educación (LOCE) de 2002: Debido al cambio de gobierno de 2004 esta ley educativa no llegó a aplicarse. Pero no contaba con incluir la educación sexual dentro de su propuesta en el ámbito educativo a pesar de abordar temas como la igualdad y la educación. Eliminaba el lenguaje inclusivo que había introducido la ley anterior.
- Ley Orgánica de Educación (LOE) de 2006: incorpora el plano emocional como competencia básica en el contenido didáctico. Trata de transmitir valores de tolerancia, empatía, solidaridad, igualdad, etc. A través de materias como “Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos” se aborda por primera vez una educación sexo-afectiva integral como parte de la formación necesaria para los jóvenes.
- Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) de 2013: todos los avances conseguidos con la ley anterior desaparecen con esta nueva reforma que suprime el plano emocional de las competencias básicas. A pesar de que incluye los valores de solidaridad, igualdad, tolerancia y respeto no fomenta las relaciones de igualdad entre mujeres y hombres. Este cambio supone un retroceso del sistema educativo español.

Además de las leyes educativas, han surgido otras que tratan de forma directa la importancia de la educación sexual. (Lameiras, Carrera & Rodríguez, 2019)

- Ley Orgánica 2/2010, del 3 de Marzo, de Salud Sexual y Reproductiva y de la Interrupción Voluntaria del Embarazo. Establece unas directrices en defensa de la educación sexual y reproductiva como parte del contenido académico a impartir en el ámbito educativo y requisito indispensable para el desarrollo integral del individuo.
- Pacto de Estado contra la violencia de género (2018) que aboga por la educación sexual obligatoria como herramienta para fomentar unos valores de igualdad e inclusión de la diversidad con los que hacer frente a las situaciones de violencia de género.

Lameiras, Carrera & Rodríguez (2018) explican cómo, a pesar de que este marco jurídico defiende y aboga por la educación sexual integral, el sistema educativo tiene muchos retos que debe replantearse. En primer lugar, incluir el placer como parte importante en la sexualidad, que se ha ocultado bajo los riesgos vinculados a la sexualidad. Sobre todo el placer sexual femenino, que se ha visto olvidado al centrar la

educación sexual en la menstruación, evocando embarazos no deseados, mientras que la eyaculación masculina y la erección evoca el placer y disfrute. No solo debería tratar los aspectos negativos, sino que también los positivos. En segundo lugar, la necesidad de impartir una formación integral que contemple la educación afectivo-sexual, desmontando el amor romántico que legitima las relaciones tóxicas y la violencia de género al situar a la mujer en un escalón inferior al hombre. En tercer lugar, debe contemplar la ética interpersonal, que no solo vaya enfocada a conseguir el bienestar y beneficio personal, sino que también introduzca valores como el respeto a los demás y la corresponsabilidad. Y en último lugar, que promueva la diversidad de orientaciones sexuales y de identidades sexuales.

El fin de todo ellos es conseguir un modelo de educación sexual liberador, crítico y emancipador. La capacidad de España para resolver y hacer frente a estos retos determinará el devenir de la educación sexual y en consecuencia la salud sexual contribuyendo al desarrollo y bienestar de la sociedad (Lameiras, Carrera & Rodríguez 2018).

LA ADOLESCENCIA Y EL DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD

Según una definición dada por la dirección general de Salud Pública y Participación de las Islas Baleares, en su apartado sobre la salud sexual, la adolescencia es una etapa de transición de la infancia a la adultez y va precedida por la pubertad. Todo este periodo de cambio va desde los 10 años con la llegada de la pubertad, hasta los 19 que finaliza la adolescencia. Es el momento en el que se empieza a experimentar cambios físicos, psicológicos y hormonales. El pubis y otras partes del cuerpo se llenan de pelo, aparición del acné, los genitales internos y externos se desarrollan, inicio del ciclo menstrual, a las niñas les crecen los pechos y se les ensanchan las caderas, a los niños les cambia la voz, se les ensanchan los hombros y se producen las primeras eyaculaciones. A la par de estos cambios y transformaciones, el individuo llega su desarrollo psicosexual.

El desarrollo psicosexual se caracteriza por la aparición del deseo sexual y la atracción hacia otras personas, el interés por resaltar el propio atractivo, la manifestación, de forma clara, de la orientación del deseo y la identidad sexual y de género, el aumento de prácticas de autoerotismo y de relaciones sexuales con otras personas, el aumento de la curiosidad por temas relacionados con la sexualidad, el interés por las relaciones afectivas de enamoramiento y de amor. (Dirección general de Salud Pública y Participación del Gobierno de las Islas baleares, S.F., S.P.)

TABLA 1. RASGOS MÁS RELEVANTES DEL DESARROLLO PSICOSEXUAL EN LA PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

| De los 10 a los 13 años | De los 13 a los 19 años |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Cambios hormonales y físicos: aparición del bello corporal en zonas que hasta ahora no existía como el pubis y la axilas, acné, cambios en los genitales que preparan al individuo | <ul style="list-style-type: none"> • Mayor interés por la imagen y resaltar el atractivo físico: Quieren verse bien y gustar a los demás. Las redes sociales tienen una fuerte influencia en este aspecto ya que |

para la procreación como la ovulación y la primera menstruación en las chicas (aunque puede llegar más tarde), aparición del pecho y se ensanchan sus caderas mientras que en los chicos aparecen las primeras eyaculaciones involuntarias durante el sueño.

- **Mayor conciencia, interés y preocupación sobre los cambios que están experimentando y nuevas sensaciones vinculadas a esos cambios:** Comienzan las dudas sobre que está pasando y comienza un periodo de adaptación a estas nuevas situaciones.
- Se conforma la orientación sexual y la identidad sexual del individuo: Es el momento en el que empiezan a manifestar sus preferencias y deseos sexuales hacia los demás.
- Aparecen las primeras dudas sobre las relaciones sexuales y las medidas de prevención: Estas dudas las consultan con el entorno más cercano, en este caso la familia (padres, madres, hermanos, hermanas, primos...) si existe una confianza y una comunicación solida, en caso de que no recurren a internet o a las amistades.
- Autoexploración del cuerpo e inicio de la masturbación.

constantemente se publican imágenes que suelen ser del propio individuo el feedback que reciba por parte de los demás será decisivo en su autoestima y la imagen que tiene sobre sí mismo.

- Se dan las primeras relaciones románticas y sexuales que se viven con una gran intensidad: Aparición de los primeros amores que en muchas ocasiones son amores llevados en silencio, los amores no correspondidos, los obsesivos y los destructivos debido a la inexperiencia y la influencia de el “amor romántico”
- Aumentan las relaciones sexuales individuales y en pareja: primera relación coital.
- Buscan una mayor independencia y se desvinculan de la familia: Otorgan mucha importancia a las relaciones con sus pares.
- Mayor concienciación e interés hacia los riesgos y las medidas de prevención de las relaciones sexuales: Preocupación por evitar el embarazo o no contraer ninguna enfermedad de transmisión sexual.

Fuente: (Dirección general de Salud Pública y Participación del Gobierno de las Islas baleares, s.f.)

Todos los cambios que se producen pueden generarles cierto desconcierto, porque, como en cualquier etapa de la vida, es muy importante aprender a relacionarse con el cuerpo sin vergüenza ni miedo, con naturalidad y respeto. Bajo todos los sentimientos y emociones que puedan generar estos cambios, la sexualidad se vive más intensa y apasionadamente. La sexualidad nos permite comunicarnos de forma erótica con nosotros mismos y otras personas, además de producir placer y satisfacción. Esta abarca el sexo, la identidad de género, los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La vivencia de la sexualidad influye de forma importante en nuestra salud física y emocional. Para disfrutar de una buena salud es imprescindible una buena salud sexual, entendida como la capacidad de tener experiencias sexuales agradables y seguras, libres de coerción, discriminación y violencia. (Dirección general de Salud Pública y Participación del Gobierno de las Islas baleares, s.f..)

Pero para comprender mejor la sexualidad, es preciso conocer el significado de los siguientes conceptos (Corona & Funes, 2015) :

Sexo biológico

Nos viene dado desde el nacimiento y se refiere a los cromosomas, hormonas y genitales externos e internos del individuo que clasifican a las personas en femenino (cromosomas XX, ovarios, genitales femeninos, etc.) , masculino (cromosomas XY, testículos, genitales masculinos, etc.) o intersexual (mezcla de cromosomas, genitales o similares de ambos sexos, que no se puede definir con la concepción tan ambigua que ofrece la lógica que reconoce únicamente dos sexos)

Identidad de género

Cómo se concibe el individuo a sí mismo, si se considera hombre, mujer, las dos cosas o ninguna, independientemente del sexo biológico de su nacimiento. No está vinculado a la orientación sexual pero sí con el rol de género que asume. Incluye la forma en la que la persona se autodetermina y se presenta a la sociedad y es libre de cambiar su apariencia física por aquella que más se identifique. En muchas ocasiones, en el desarrollo de la identidad de género surgen confusión y problemas como la disforia de género. “La disforia de género es el estrés emocional de tener una identidad de género que es diferente del sexo de nacimiento.” (Corona & Funes 2015)

Rol de género

La manera en la que el individuo se expresa, se comporta y presenta a los demás su propia identidad de género. Para ello adquiere un tipo de conducta que la sociedad relaciona con ser hombre, mujer o transexual.

Orientación sexual

Atracción física, emocional, afectiva, romántica o sexual hacia otros. Es independiente la identidad de género, el sexo biológico y el rol que asuma el individuo. En función de hacia quien nos sintamos atraídos podemos distinguir las siguientes orientaciones sexuales:

- Heterosexual: Siente atracción hacia personas del sexo contrario.
- Homosexual: Siente atracción hacia personas del mismo sexo.
- Bisexual: Siente atracción hacia mujeres y hacia hombres.
- Asexual: Siente falta de atracción o deseo sexual por cualquier persona.

A pesar de haber definido las “clásicas”, existe un gran abanico de posibilidades definido por el tipo de atracción que sientas y hacia quien o qué lo sientas, pero he decidido acotar por las más conocidas.

Conducta sexual

Es la manera expresar los sentimientos sexuales vinculada a la intimidad física. Incluye besos, caricias, masturbación, actos sexuales no penetrativos, sexo oral, vaginal y anal, sexo por teléfono, sexting y sexo virtual, en resumen cualquier forma de intimidad física y sexual.

Es muy importante que todos estos conceptos y posibilidades sean conocidos por los adolescentes para que puedan disfrutar de una sexualidad plena y libre, sin prejuicio ni estigmatización ninguna. Así bien, para poder vivir la sexualidad de forma placentera, satisfactoria y segura es necesario conocer bien el propio cuerpo y saber que somos seres vulnerables, además de identificar lo que nos gusta y lo que no nos gusta, prestarle atención, escuchar y comunicar adecuadamente nuestros sentimientos, deseos y emociones y por último establecer los límites que no queremos que nadie traspase. (Dirección general de Salud Pública y Participación del Gobierno de las Islas Baleares, s.f.)

Un estudio realizado por la Liga española de educación nos cuenta cómo afecta el desarrollo de la sexualidad en los adolescentes, y es que supone enfrentarse a una serie de conflictos con ellos mismos y muchas veces de manera indirecta también con su medio social y la cultura con la que han sido educados en relación a su identidad sexual, orientación sexual incluso por el tipo de relaciones que quieren vivir o experimentar. Porque a pesar de todo lo que haya podido abrirse y evolucionar la sociedad respecto al tema de la sexualidad, sigue estando muy silenciado y le atribuyen una visión muy negativa. El sexo sigue siendo considerado algo “peligroso”, esto es el reflejo de una sociedad influida por el peso de la cultura religiosa que condena el sexo como pecado. “Los jóvenes tienen libertad para la elección de sus parejas, cuentan con mayor acceso a la información sobre la sexualidad y los cuidados de prevención de la salud sexual, pero en la sociedad –y en los círculos en los que transcurre la vida del adolescente– todavía subsisten ciertos niveles de tabú respecto al ejercicio de la sexualidad y del placer.” (Liga Española de Educación, 2013, p.31)

Otro punto importante en la adolescencia es el desarrollo social que guarda un estrecho vínculo con la sexualidad, donde los iguales adquieren un papel muy importante para la socialización y se les considera una fuente principal de apoyo. Como consecuencia, empezarán a surgir las primeras relaciones erótico-sentimentales, así como las primeras relaciones sexuales, aparecerá el amor como un nuevo sentimiento que provocará afectos y sensaciones que se vivirán de una manera muy intensa.

Las primeras relaciones afectivo-sexuales en la adolescencia.

La maduración sexual y los cambios experimentados en la pubertad y adolescencia se reflejan en una nueva manera de relacionarse. Influidos por el deseo y la actividad sexual, hacen que sus relaciones se caractericen por una gran atracción sexual y una manera de vivir sus sentimientos muy intensa. Las primeras relaciones se suelen dar con personas de su propio grupo de amigos, ya que es el entorno inmediato del adolescente, pero tienden a ser breves e inestables. En caso de que la relación prospere, necesitarán mayor intimidad fuera del grupo de amigos, lo que a su vez hará que aumente el compromiso entre ellos.

La pareja es una importante figura de apoyo y apego y conforme avanza proporciona protección y cuidado al otro. Con la consolidación de las primeras parejas la relación con la madres/padres pasa a un segundo plano y ya no son los únicos en conceder seguridad física y emocional al adolescente, el cual se va distanciando y adquiriendo una mayor autonomía propia de la maduración. Este nuevo tipo de relaciones, diferentes a las de amistad o a las que se dan en el núcleo familiar también contribuyen a la configuración de la personalidad y la sexualidad del individuo, el cual desarrollará un concepto sobre sí mismo en las relaciones de pareja. Por ello es imprescindible que las relaciones que se den sean igualitarias, ya que los juegos de poder que sitúan a uno por encima del otro pueden producir que el adolescente que se está configurando renuncié a su propia identidad por complacer los deseos del otro (Martinez, 2013).

En la adolescencia el concepto de amor romántico y de pareja tiende a idealizarse, como consecuencia puede sobrepasarse algunos límites dentro de la pareja y que se normalicen comportamientos tóxicos como los celos, la falta de confianza, los reproches, chantajes e incluso conductas violentas. La inexperiencia junto a la falta de conocimiento y creencias falsas asumidas por el amor romántico en cuanto al rol que desempeña cada uno en la relación da lugar a conflictos de poder, control y sumisión. Para lograr prevenir y que no se den estas situaciones y comportamientos es imprescindible una educación que integre la afectividad y sexualidad propia de las relaciones sentimentales.

Martinez (2013) defiende que existen algunos aspectos culturales y psicológicos vinculados a las actitudes y comportamientos sexuales que adquieren los adolescentes en sus relaciones:

- **La cultura y el comportamiento sexual:** Las actitudes y la conducta de las personas siempre va a estar influida por la cultura y la influencia de la relación de los progenitores/as como figura de referencia para consolidar sus propios patrones sexuales. Existen múltiples culturas, y como consecuencia diversas maneras de vivir las relaciones sexuales y la sexualidad, algunas más permisivas y abiertas y otras más restrictivas y cerradas. Por lo que ubicar al adolescente en su cultura nos ayudará a entenderle mucho mejor en aras de proporcionarle una educación sexual adaptada a sus intereses y necesidades. En cuanto al papel de la familia como agente socializador hoy en día parece que todavía existen dificultades y barreras comunicativas a la hora de abordar la educación sexual, que unido la polémica que también genera en el ámbito educativo los jóvenes siguen teniendo problemas a la hora de conseguir fuentes de información más allá de sus pares o internet.
- **Orientación sexual:** La orientación sexual surge en la adolescencia con el desarrollo de la sexualidad, sin necesidad de haber tenido una experiencia sexual previa. Entorno a su origen y como configuramos nuestra orientación sexual existe un gran debate sobre si es algo que se genera de manera voluntaria por la personas o no. “Existen probablemente muchos motivos para la orientación sexual de una persona (genéticos, hormonales, sociales, etc.) y los motivos pueden ser diferentes para las distintas personas. Esto explicaría por qué algunas personas pueden cambiar su orientación sexual a lo largo de su ciclo vital. “ (Martinez, 2013, pág. 19). Dejando la discusión a un lado, lo que si que hay que reconocer es que la orientación sexual implica sentimientos y comportamientos sexuales especiales. Esto quiere decir que una persona homosexual que haya tenido o tenga alguna experiencia o deseo heterosexual a lo largo de su vida no implica que cambie su orientación sexual y viceversa.
- **Adolescencia y homosexualidad:** Salir del modelo heterosexual y monógamo impuesto por la sociedad supone enfrentarse a situaciones complicadas, tanto en el ámbito familiar, escolar o incluso laboral, de exclusión, discriminación y acoso físico y emocional. Esto provoca sentimientos de confusión, temor, depresión y vergüenza que muchas veces derivan en la represión del individuo por encajar en el modelo social establecido. A pesar de que a lo largo del tiempo hemos avanzado en relación a este aspecto podemos observar como a día de hoy siguen dándose este tipo de situaciones de discriminación, rechazo e incluso persecución que evidencian la necesidad de seguir trabajando en construir una sociedad más tolerante y respetuosa.

Además de la influencia de todos estos aspectos en cómo se relacionan y construyen sus relaciones, debemos tener en cuenta que es un momento de mucha incertidumbre, confusión e inestabilidad. Se están descubriendo y estas experiencias les ayudan a conocerse y saber quienes son, qué quieren y qué no. Es normal que a estas edades, con la llegada de las primeras parejas, se den las primeras relaciones sexuales, pero teniendo en cuenta de que es un periodo de mucha vulnerabilidad, es importante que se lleve a cabo de manera voluntaria y porque el adolescente realmente quiera y se sienta preparado, no por la presión del grupo, o por la opinión que puedan tener los demás. Estas primeras relaciones no determinan cómo será

nuestro futuro sexual ya que suelen darse en situaciones y condiciones que no son las más adecuadas ni las más cómodas por la rapidez, incomodidad, miedos o inseguridad y que no se lleguen a disfrutar del todo, pero sólo debe suponer una preocupación si todo ello persiste en el tiempo, ya que con el tiempo se gana experiencia y autoconocimiento y a través de una buena comunicación es posible conseguir esas experiencias totalmente placenteras.

Los cambios biológicos que se producen en la adolescencia van encaminados a la maduración sexual y al inicio de la vida adulta, ya están listos para mantener relaciones sexuales completas por lo que es totalmente natural que empiecen a curiosear y experimentar con ellos mismos o con otras personas el sexo (Ochaíta y Espinosa, 2003). El poder hablar y tratar este tema de una manera normal, sana y como parte del desarrollo de cualquier persona requiere una buena educación, para que así puedan disfrutar del sexo y su sexualidad de una manera segura , evitando las conductas de riesgo.

EDUCACIÓN SEXUAL EN LA ADOLESCENCIA

Para que una relación sexual sea satisfactoria debe ser deseada, consentida y segura por ambas partes. Para que sea segura debe de llevarse a cabo con todas las medidas necesarias para prevenir las infecciones de transmisión sexual, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados y vulneración de la intimidad.

“El embarazo y las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluida la infección por VIH/SIDA, son las principales consecuencias de la actividad sexual precoz sin protección, adquiriendo gran relevancia en la prevención garantizar el acceso oportuno de los/las adolescentes a programas eficaces de educación sexual” (Montero, 2011, p.1249-1252)

Según aparece en el Departamento de Salud Pública y Participación de las Islas Baleares existen unos factores que pueden incidir en que no se apliquen las medidas necesarias, como:

- **Infravaloración del riesgo personal:** Creencia de que no hay riesgo o de que, si en otras ocasiones sin tomar medidas no ha sucedido nada nunca sucederá. Debemos ser conscientes de que somos personas vulnerables y tomar decisiones que nos protejan de los riesgos.
- **Carencias en el conocimiento los riesgos y las medidas de prevención:** Conocer los riesgos y las medidas de prevención es necesario para cuidar de nuestra salud, por ello una información clara, correcta y completa es imprescindible.
- **Carencias de habilidades para utilizar los métodos de prevención:** En este punto es muy importante que los métodos de prevención que utilizamos se encuentren en buen estado, prestando atención a las medidas de conservación y utilización, fechas de caducidad y saber que método es mejor utilizar en cada situación.
- **Dificultades para acceder a los métodos de prevención:** Esto puede ocurrir cuando el encuentro sexual es inesperado, por la inexistencia de métodos preventivos en el entorno próximo o también cuando el acceso a los métodos de prevención es difícil debido al precio o la accesibilidad al lugar de venta. Por ello es conveniente anticiparse a estas situaciones y estar preparado o en caso de no estarlo saber que se puede disfrutar de una relación sexual sin penetración igual de placentera.

- Dificultades para utilizar habilidades sociales (comunicación efectiva) y asertividad sexual: En torno a las relaciones sexuales surgen sentimientos y emociones que nos generan bienestar y placer. En caso de no ser así, hay que expresarlos y comunicarse con el fin de llegar al problema y poder encontrar una solución. La comunicación es la base de todo, para ello las habilidades sociales y la asertividad sexual son imprescindibles para expresar tus deseos, establecer tus límites y negociar las medidas de protección en el sexo. Pero hay situaciones o circunstancias que pueden hacerlo más complicado, como:

- Una baja autoestima o un bajo estado de ánimo puede provocar que la persona se ponga en riesgo permitiendo sobrepasar unos límites con el fin de gustar y complacer al otro.
- Los roles de género tradicionales, la forma en que la sociedad ha establecido como se tienen que comportar los hombres y como las mujeres. Los hombres deben demostrar su superioridad y su potencia sexual estableciendo ellos las normas, asumiendo riesgos y rechazando el uso de medidas de prevención como el preservativo, mientras que las mujeres deben subordinarse al deseo masculino y mostrarse sumisas y dóciles.
- La falta de aprendizaje en habilidades sociales y asertividad. Si no desarrollamos esas competencias a la hora de comunicarnos y retransmitir al otro nuestras necesidades somos más vulnerables a la hora de proteger nuestros derechos, nuestros intereses y nuestra seguridad.

- Vivencia negativa del preservativo: El hecho de considerar el preservativo como una interrupción en la relación o que al utilizarlo se pierde sensibilidad y placer hace que no se utilice, así como la desinformación y el miedo de que pueda tener efectos secundarios y pueda crear alguna reacción en nuestro cuerpo al usarlo. Por ello es importante introducirlo en la dinámica del acto sexual, así como elegir entre las múltiples opciones cual es el que más se ajusta a nuestros gustos.

- Consumo de alcohol u otras drogas: Bajo la influencia de estas sustancias no tenemos tanto control, somos más impulsivos y nuestra percepción sobre el riesgo disminuye, por lo que el sexo es menos seguro y podemos llevar a cabo prácticas imprudentes. Además de que algunas drogas pueden desatar conductas violentas o que por el contrario somos más vulnerables y no se detecten situaciones de peligro.

Todos estos factores influyen en que se produzcan conductas sexuales de riesgo que Espada, Quiles, y Méndez (2003) lo definen como la exposición del individuo a una situación de riesgo que puede poner en peligro su salud o la de otra persona, a través de la posibilidad de contraer enfermedades o infecciones de transmisión sexual, o generar un embarazo no deseado.

Influencia de internet en la educación sexual.

Internet ha sido uno de los grandes avances del siglo XXI que nos ha permitido poder estar interconectados y un fácil acceso a la información entre otros muchos beneficios, pero estas posibilidades que brinda también tiene su parte negativa ya que cualquiera de esta información no siempre es verídica ni está contrastada, y muchas personas la asumen como cierta.

Los adolescentes han nacido con todas estas nuevas tecnologías, pero hay que tener presente la etapa en la que se encuentran. Una época de cambios donde se están configurando como las personas que serán el día de mañana, mucho más vulnerables a caer y creer en esas informaciones poco contrastadas de la red. Su instantaneidad le otorga a internet tener un atractivo mayor como fuente de conocimiento e información que bien utilizado puede ser de mucha ayuda. A través de internet tienen acceso directo a multitud de contenido sexual del cual obtienen información y una visión bastante distorsionada sobre lo que son las relaciones sexuales y la sexualidad, además de las expectativas que puede crear este tipo de contenido en aquellos que no han experimentado por si mismos estas relaciones y no cuentan con ningún tipo de referencia o fuente informativa a la que poder acudir.

Frente a las dificultades que encuentran los adolescentes a la hora de recibir información o resolver sus dudas respecto al sexo y su sexualidad en el colegio y en la familia, ya sea por vergüenza, incomodidad, miedo a ser juzgados o por falta de confianza y experiencias de rechazo anteriores, internet es el recurso al que acceden, debiendo su atractivo muchas veces a la posibilidad de anonimato y confidencialidad que ofrece. A consecuencia de esto “los contenidos de sexo explícito en internet se han convertido en la educación sexual del siglo XXI” (Campos, 2019, S.P.)

La incorporación de las nuevas tecnologías, Internet y las redes sociales, puede suponer una gran oportunidad para la promoción de la salud sexual y reproductiva, pero también expone a los adolescentes a nuevos peligros (Rodríguez, Alonso, González, Lameiras, & Carrera, 2017). Pueden transmitir mensajes contradictorios y erróneos en relación con la sexualidad y las relaciones sexuales, además existen estudios que avalan que tanto la pornografía como la publicidad asocian la sexualidad con la agresividad y las conductas violentas. (Stanley, Barter, Wood, Aghtaie, Larkins, Lanau, & Överlien, 2018).

La pornografía en la red se ha vuelto la nueva escuela de sexualidad para los adolescentes, lo que conlleva grandes riesgos ya que pocas veces muestra una imagen realista. Por un lado, “ La pornografía reduce las relaciones sexuales a la genitalidad, centrada en el coito, en el tamaño de los miembros, en la duración y en una gimnasia sexual que nada tiene que ver con la realidad. Lo afectivo se anula por completo” precisa Belén Sáez-Guinea. Mientras que por otro lado, en la pornografía tampoco aparece ningún tipo de medidas de prevención y protección contra embarazos no deseados, las infecciones y enfermedades de transmisión sexual (Campo, S. 2019, s.p.)

Además la presencia y erotización de valores como la violencia y la misoginia en el porno legitima la violencia de género. Muestra una sexualidad donde en su mayoría las mujeres están al servicio del placer sexual masculino, lo que refuerza la cultura de la violación (cultura que hace posible disfrutar de todo lo que no se toleraría hacer a las mujeres si no hubiese sexo de por medio, como insultos, tirarles del pelo, penetraciones en grupo, disfrutar con su cara de estupefacción y sufrimiento y erotizar el desprecio y la violencia). La pornografía enseña a las chicas un modelo físico hegemónico, sexualizando la infancia, con protagonistas con rasgos dulces y aññados y sin vello púbico (De Miguel Alvarez, 2020). “Ofrece una percepción de la sexualidad basada en modelos patriarcales en los que se reproducen los patrones de dominación de los chicos y el sometimiento y la cosificación de ellas. Lo que en algunas ocasiones esconde los abusos sexuales entre menores.” Explica Santiago Boira en un artículo del Heraldo de Aragón (Campo, S. *El Heraldo de Aragón*, 6/5/2019).

Todas estas conductas que son moral y éticamente reprochables en las sociedades igualitarias parecen estar protegidas bajo el manto del sexo y “el consentimiento”. Lo que está creando una ausencia de límites producto del mercado del sexo. Si hay sexo de por medio cualquier violencia está legitimada. Además convertir el sexo en mercancía tiene sus consecuencias en la salud social como por ejemplo la aparición de nuevas adicciones, embarazos no deseados, enfermedades e infecciones de transmisión sexual, el sufrimiento que llega a generar el abuso y la violencia sexual (De Miguel Alvarez, 2020).

A pesar de todo, el verdadero problema es que no se incluye la educación sexual como materia obligatoria en el currículo escolar, más allá de que los adolescentes puedan ver porno. Así, para evitar que esto suceda es importante la educación sexual integral que les permita decidir y tener una visión crítica sobre ciertas informaciones y contenidos que puedan encontrar a lo largo de su vida, pero para ello hay que dotarles de herramientas y conocimientos que les permita tener su propia visión y distinguir entre ficción y realidad.

Para los jóvenes no es sencillo encontrar fuentes de información fiable sobre el sexo, el amor y las relaciones que responda a todas sus dudas. La información que encuentran muchas veces les resulta confusa y contradictoria. Ello ha producido que sus demandas a cerca de información confiable aumenten para poder estar más preparados y que lleven una vida satisfactoria, sana y productiva. Puesto que no contar con estos conocimientos les expone a situaciones de vulnerabilidad como conductas sexuales negativas o la explotación sexual. Una educación sexual integral y de calidad adaptada a las necesidades de su edad y etapa de desarrollo les previene de todas estas situaciones de riesgo. (UNESCO, 2018)

La educación sexual integral

La educación sexual integral (UNESCO, 2018) trata aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad. Su finalidad es que los adolescentes adquieran conocimientos, habilidades, y valores con los que puedan disfrutar de una buena salud, bienestar y dignidad; que sus relaciones se basen en el respeto; tomar decisiones a favor de su bienestar y el de los demás; identificar posibles riesgos; y conocer sus derechos para poder defenderlos en caso de ser vulnerados. Esta educación no solo se centra en la reproducción, la prevención de enfermedades y los comportamientos de riesgo, sino que también incluye los derechos humanos, la igualdad de género y las relaciones, e introduce valores tales como el respeto, la empatía, la igualdad, la inclusión, la responsabilidad y la reciprocidad.

Existen pruebas significativas del impacto de la educación en sexualidad sobre el comportamiento sexual y la salud. Los datos ponen de relieve que: (UNESCO, 2018)

- La educación en sexual mejora la actitud de los adolescentes frente a su salud y los comportamientos sexuales que adquieren, ya que al contar con estos conocimientos se evitan correr riesgos innecesarios.
- La educación sexual no promueve el sexo, la promiscuidad, ni las conductas de riesgo.
- Se ha demostrado la eficacia de los programas de educación sexual que combinan el retraso de la actividad sexual con el uso de medidas anticonceptivas y de protección. Sin embargo aquellos programas centrados en la abstinencia sexual y “castigar la conducta sexual” parecen no obtener ninguna resultado en el retraso de la actividad sexual.

- Los programas que incluyen perspectiva de género han probado mejores resultados respecto a la reducción de los índices de embarazos no deseados y contagios de ETS e ITS que aquellos que no contemplan esta dimensión.

- La educación sexual únicamente será íntegra y alcanzará toda su efectividad cuando los programas escolares se complementen y refuercen por la familia, los institutos pedagógicos y los servicios de salud.

El 8º Congreso de la Federación Europea de Sexología en Praga (Miami, Ohlrichs , Quilliam, Wellings, 2006) dejó en evidencia las siguientes cuestiones sobre la educación sexual: 1) Para una educación sexual efectiva y de calidad hay que tener en cuenta las necesidades e intereses de los adolescentes. 2) Más educación sexual evita sentimientos de culpa y vergüenza frente al sexo. 3) La coeducación ayuda a evitar los estereotipos de género. 4) Enseñar en un ámbito abierto y libre, fuera de la negatividad y la carga moral que la religión puede aportar a la sexualidad y educación sexuales. 5) Las escuelas públicas tienen el deber de mantener una educación igualitaria entre hombres y mujeres, ayudando a los jóvenes a enfrentarse a la pornografía y otros discursos sexuales dirigidos por los medios, otorgándoles herramientas para entender, interpretar, manejar y enfrentar todos estos temas, aunque esta formación es raramente contemplada.

A través de estas directrices se trata de conseguir que los jóvenes y adolescentes aprendan y consigan gestionar mejor sus relaciones personales.

Por otra parte, un estudio realizado por Fraile Maceín, C. (2010) obtuvo los siguientes resultados sobre la opinión que tenían los adolescentes sobre la educación sexual impartida en los colegios y como les gustaría que fuese.

- Chicas de 13-14 años opinaron que la educación sexual que se imparte se centra sobretodo en la biología del aparato reproductor y es muy teórica y demandaban información que tuviese en cuenta aspectos como la afectividad o la psicología, no solo temas físicos.

- Chicas de 17-18 años coincidían con el peso teórico que se le otorga a la educación sexual en los centros y consideraban más útiles charlas específicas y con parte práctica, también detectaban la vergüenza como problema de comunicación y demandaban información sobre otros temas relacionados como es la menstruación.

- Chicos admitían una menor disposición para consultar las dudas que pudiesen tener por la presión de grupo, coinciden en el peso teórico y demandan más conocimientos e información de los medios de prevención.

Tras la investigación se concluyó en que los conocimientos son limitados y la educación sexual que se imparte no atrae a los jóvenes por ser demasiado teórica y no contemplar aspectos afectivos. Por lo que se recomienda una educación sexual integral, donde los jóvenes tengan una participación más activa y que se expanda también al ámbito familiar (Fraile Maceín, 2010)

Otro estudio realizado en un municipio Gallego sobre la información que conocen los adolescentes sobre métodos anticonceptivos, ITS y vacunación sobre el papiloma humano. Reveló cierto desconocimiento sobre si puede producirse un embarazo sin penetración, que siguen produciéndose prácticas de riesgo a

pesar de estar informados y que cuentan con conocimientos erróneos como a creencia de que existe una vacuna para el VIH (Corral Cao, Álvarez, & Otero, 2016).

Diez (2002) opina que hay un gran desconocimiento sobre la sexualidad y este conocimiento debe incluir a las instituciones sociales como la familia, la escuela y los profesionales sanitarios. Además de tener en cuenta la información que ya tienen los adolescentes respecto al tema a la hora de planear una intervención para conseguir una actitud más activa y positiva por su parte.

El papel de la familia en la educación sexual de los adolescentes

La familia tiene un rol socializador y es uno de los agentes implicados en garantizar la educación de los niños/as, por lo que tiene el deber y la responsabilidad de formar parte su educación sexual. Además de proporcionar un contexto seguro en el que el individuo pueda desarrollarse. “La familia es el lugar que se identifica con el hogar, la protección y el amor desinteresado” (Frinco, 2013, p. 430)

En la familia se encuentran los cuidados y la atención propia del apego, el modelado o la relación entre iguales con los hermanos/hermanas y la observación de la relación entre la pareja. Los padres y madres se convierten en referencia de la cual adquirir herramientas y conocimientos sobre las relaciones y las habilidades sociales que luego utilizarán con los demás. Esto ya se puede considerar como una parte de la educación sexo-afectiva. (Salgado, 2017)

Siguiendo a López (2005), la función de los padres en la educación sexual se concreta en los siguientes objetivos:

- En primer lugar, ser adecuadas figuras de apego. Mediante la incondicionalidad y los buenos tratos transmitir confianza, estima y afecto al niño, respetando un código de la intimidad y la confidencialidad. El vínculo de apego y seguridad que se crea en el núcleo familiar es un requisito imprescindible para un correcto desarrollo afectivo, sexual y social. Además, el apego ayuda al niño o niña a formar su personalidad y como se desenvolverá social y sexualmente en un futuro.
- Ser modelos aceptables los cuales poder tener como referencia. Para ello, es necesario la aceptación de uno mismo como ser humano que tiene sus virtudes y sus fallos, de los cuales se responsabiliza y afronta con el fin de crecer como persona y mejorar. Compartir y promover valores de aceptación de las diferencias, respeto, tolerancia, libertad y responsabilidad, así como ofrecer y enseñar un trato igualitario entre sexos, eliminando toda clase de sexismos y una buena expresión de afectos que sea muta, reconociendo, identificando, interpretando y gestionando las emociones de una manera adecuada (Inteligencia emocional).
- Responder a las preguntas que los hijos o las hijas puedan hacer y adelantarse a los sucesos evolutivos más importantes y anticipar sus intereses, dudas y motivaciones. Aquí es muy importante ofrecer información legitimada que no comprometa al joven o la joven a tomar decisiones a favor de los pensamientos de la familia influidos por sus preferencias y valores con el fin de agradar. Que sean libres para decidir.

- Dejarles disfrutar y experimentar la sexualidad infantil saludable. Que se exploren, que tengan curiosidad por su cuerpo, que imiten en juegos de rol a los adultos y como se comportan, que vean y acepten el cuerpo desnudo de otras personas, etc. Por lo que es importante tratar la sexualidad de manera abierta y natural desde el principio, ofrecerles ayuda si lo necesitan y que sean conscientes de los riesgos asociados a ciertas conductas sexuales.
- Proteger de riesgos reales e imaginarios, que pueden ir desde los abusos sexuales hasta las distintas formas de violencia de pareja en adolescentes, así como también la influencia de los medios en el autoconcepto y autoestima del niño o la niña que pueden generar trastornos alimenticios, depresión, ansiedad, entre otros y darles el poder y la fuerza para enfrentarse a sus miedos como el hecho de sufrir rechazo y acoso por ser diferente y que esto le provoque una gran represión e infelicidad, etc.
- Colaborar con la escuela en la educación y formación de sus hijos/as. Hablar de cuales son sus impresiones de lo que han visto en clase y si hay algo que no les ha gustado o no están de acuerdo poderlo debatir en familia.
- En el caso de no saber como responder a una de sus preguntas, de no estar informados sobre algo o cómo gestionar un problema es necesario que sepan a donde pueden recurrir en busca de ayuda (médicos, psicólogos, trabajadores sociales, maestros, etc.)
- No generar ninguna situación de maltrato sexual. Como maltrato sexual se entienden los abusos sexuales a menores, las mutilaciones genitales, no aceptar su identidad u orientación sexual y negarles el derecho a recibir información acerca de su propia sexualidad.
- Y por último, aprender a desvincularse de los hijos/as sin causar daño, respetar su espacio y apoyarles en el desarrollo de su independencia y autonomía como paso importante hacia la vida adulta.

Está claro que el papel de la familia en la educación sexual de los niños y en la configuración de su personalidad es muy importante pero a su vez es necesario que trabaje conjuntamente con todas las instituciones implicadas en su cuidado y desarrollo como es la escuela , los profesionales sanitarios y sociales y las preferencias e intereses del propio niño/adolescente.

El papel del Trabajo Social en la educación sexual

El Trabajo social es una disciplina que se aplica de manera multidisciplinar en coordinación con otras disciplinas del área de las ciencias sociales. Que interviene en aquellas situaciones o circunstancias que generan desigualdades, vulnerabilidad y desprotección del individuo en un contexto donde el bienestar es un derecho que debe ser garantizado. Las áreas en las que trabaja son: vivienda, educación, alimentación, recreación, trabajo y salud; evitando que se den situaciones como el hacinamiento, analfabetismo, desempleo, pobreza, vicios, delitos y desajustes personales, conflictos familiares, problemas en la salud , etc. (Flores 2016). Las intervenciones del Trabajador Social siempre deben estar orientadas a la promoción y el empoderamiento del otro, con el fin de reforzar la autoestima en ellos y de esta manera lograr que el sujeto se convierta en el defensor de sus propios derechos.

En relación a la educación sexual y a sexualidad el Trabajo Social se encarga de reconocer y garantizar el derecho a la educación sexual, mostrar una visión más amplia y asegurarse que se lleva a cabo por vías adecuadas, con información contrastada, fiable y válida que contemple la diversidad, no genere desigualdades, tenga en cuenta las necesidades y demandas emergentes de la sociedad y prevenga las situaciones de violencia que se gestan en el núcleo de la pareja. Todo ello mediante un lenguaje inclusivo y no sexista.

Desde esta perspectiva, el Trabajo Social debe tener una formación teórica, metodológica e instrumental que le permita comprender e interpretar, esa realidad social, política y cultural cambiante que se presenta en la vida de los sujetos; relacionándose con los sujetos de su intervención, buscando orientar, acompañar y contribuir en la solución de las problemáticas sociales que atraviesan su vida cotidiana. (Flores, 2016, p.99)

Entre las labores que desempeña el Trabajo Social en la educación sexual, es ser agente que promueva una educación inclusiva y desde una perspectiva de género “lo que implica de-construir esas ideas estereotipadas, que fomentan discriminaciones como desigualdades y dar lugar, a la aceptación y al respeto por la diversidad.” (Flores, 2016, p. 101). Además de su función de apoyar y orientar a las escuelas y familias poniendo a su disposición las herramientas e instrumentos necesarios para que se haga efectivo el derecho de los niños de recibir una educación sexual integral y de calidad, así también como visibilizar e identificar que esas estructuras culturales y sociales lo impiden y actuar al respecto, y por último concienciar, brindar información y facilitar el acceso a los recursos necesarios en relación a la sexualidad a la población sujeto de intervención.

CONCLUSIÓN Y REFLEXIÓN

La educación sexual no ha estado siempre presente en el ámbito escolar a pesar de que a todo el mundo le afecte. Los modelos de educación sexual han ido avanzando con el paso del tiempo. Podemos observar como todos ellos tienen características propias de la sociedad del momento en el que se gestan, y como a día de hoy no han desaparecido las sombras de esa cultura.

En la actualidad todavía podemos observar la influencia del modelo religioso, sobre todo en aquel sector de la población más mayor. Conservan valores como la abstinencia sexual hasta el matrimonio que debe ser heterosexual y para toda la vida, y que la razón de ser del sexo en el matrimonio es la reproducción para formar una familia.

En las siguientes generaciones estas ideas se van difuminando, obteniendo por otro tipo de educación más acorde a los problemas y demandas de los años 80, en este caso lo que se denomina como modelo de riesgos, el más presente en la actualidad. Está enfocado a prevenir embarazos no deseados y enfermedades e infecciones de transmisión sexual a través de charlas impartidas por profesionales ajenos a las instituciones educativas. Pero este modelo se está quedando obsoleto ya que las necesidades son cambiantes y obvia otros muchos aspectos importantes de la sexualidad.

Por otro lado, el modelo impositivo y la revolución sexual que surgió de ese contexto dictatorial y represivo ha supuesto un gran avance en cuanto a la educación sexual. Esta revolución trajo consigo profundos cambios culturales como una nueva percepción del sexo, más libre y con mayor relevancia en la vida del individuo, el auge del feminismo el cual denunciaba una sexualidad instaurada hecha por y para hombres y reivindicaba la libertad de expresión sexual de las mujeres, sin tabús, desmitificando los ideales sexuales del cine y la pornografía. Así también la lucha contra la doble moral, donde los hombres siempre eran alabados y las mujeres juzgadas haciendo lo mismo, donde la promiscuidad estaba bien vista en los hombres pero no en las mujeres, entre otros mil ejemplos que podría explicar y que a día de hoy todavía existe (De Miguel Alvarez, 2020).

Todos estos cambios introducidos por la revolución sexual dieron un vuelco a la manera de ver y pensar sobre la sexualidad en la sociedad. Y posiblemente de este cambio surgió el modelo biográfico-ético que recoge los aspectos más positivos de todos los modelos y propone una educación sexual abierta, inclusiva e integral, que se ajusta más a los intereses de los jóvenes y adolescente de hoy en día.

España todavía mantiene el modelo de riesgos para abordar la educación sexual en la gran mayoría de su territorio, aunque en algunos lugares ha sido sustituido por el biográfico-ético, lo cual puede significar un cambio en el futuro de la educación sexual de los adolescentes españoles.

La adolescencia es un periodo lleno de cambios, inestabilidad y aprendizaje, donde configuramos nuestra personalidad, empezamos a asumir mayores responsabilidades y ganamos autonomía e independencia. En esta etapa iniciamos nuestro desarrollo psicosexual junto a un gran número de transformaciones físicas, psicológicas y hormonales, y las primeras relaciones afectivas y de enamoramiento. Somos influenciables y vulnerables por lo que recibir una educación integral y de calidad es crucial para alcanzar una visión y un pensamiento crítico.

Experimentamos sensaciones y emociones nuevas que todavía nos cuesta gestionar y que muchas ni siquiera las entendemos, nuestro cuerpo cambia y podemos llegar a avergonzarnos y no aceptarlo

provocando problemas de seguridad y autoestima que repercutirán en todos los ámbitos de nuestra vida, entre ellos nuestro autocuidado y la manera que tenemos de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás. Es importante que se traten estos temas con normalidad y naturalidad, no es algo extraño, no eres sólo tú, nos sucede a todo el mundo. Darles la libertad de que elijan sobre su sexualidad, mostrarles que hay una gran diversidad de opciones, posibilidades y maneras de vivirla. Que aprendan a establecer sus propios límites, que el amor romántico no es amor, que los celos, el control y la obsesión tampoco es amor y que la violencia nunca está justificada. Que existen más de mil maneras de amar, que puedes amar a quien tu quieras independientemente de su género, su cultura, su identidad sexual, etc., y que hay relaciones de muchos tipos, pero sobretodo que el amor siempre es respeto, empatía, comprensión, reciprocidad y buenos tratos. También que tu puedes ser quien quieras y hacer con tu cuerpo lo que quieras y que eso también significa amarte por ello debes protegerte, cuidarte y respetarte del mismo modo que en las relaciones.

Para que todo esto se produzca y consigamos una buena relación con nosotros mismos y nuestro entorno es esencial que conozcan la realidad, los peligros que existen y los recursos a los que pueden acceder. Los encargados de ayudar, informar y apoyar a los adolescentes en su transición a la maduración son la familia, la escuela y los profesionales sanitarios y sociales. Por ende, el Trabajo Social como implicado no solo debe actuar con el sujeto objeto de intervención como serían los jóvenes y adolescentes en este caso sino que reforzar y ayudar al resto de agentes facilitando herramientas, habilidades e información sobre la educación sexual y los problemas y necesidades que surgen en esta etapa de la vida, así como fomentar y concienciar a la sociedad en general de los riesgos que existen y de la importancia y los beneficios de una educación sexual integral.

Por último, quería recalcar que aunque existan muchas deficiencias en la educación sexual que reciben los jóvenes esto toman la iniciativa y a pesar de recurrir a internet como fuente principal de información, conocen los riesgos y son conscientes de que no toda la información es válida por lo que se esfuerzan en encontrar aquellos portales, webs o perfiles en redes sociales que están respaldados por un profesional que les aconseje y les ayude, al cual consultar sus dudas y del que pueden obtener información de calidad.

BIBLIOGRAFÍA

Carbonell Ortiz, C. (2017). *La Educación Sexual en España. Análisis de la situación para Educación Primaria y diseño de una propuesta educativa desde una perspectiva feminista*. (Trabajo Final de Máster)

Corona, H. F., & Funes, D. F. (2015). Abordaje de la sexualidad en la adolescencia. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 74-80. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000127>

Corral Cao, L., Mármol Álvarez, B., & Vázquez Otero, B. (2016). Conocimientos, conductas y fuentes de información sobre la salud sexual en adolescentes de un municipio gallego. *Metas de enfermería*, 19(1), 60-67. Recuperado de: <https://www.enfermeria21.com/revistas/metas/articulo/80861/conocimientos-conductas-y-fuentes-de-informacion-sobre-la-salud-sexual-en-adolescentes-de-un-municipio-gallego/>

De Miguel Álvarez, A. (2020). Sobre la pornografía y la educación sexual:¿ puede «el sexo» legitimar la humillación y la violencia?. *Gaceta Sanitaria*. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S021391112030039X>

Diez, Y. G. (2002). Educación afectivo-sexual en adolescentes. *Metas de enfermería*, 5(43), 25-40. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2890803>

Fraile Maceín, C. (2010). ¿ Cómo quieren los adolescentes que sea la educación sexual y por qué?. *Metas de enfermería*, 13(5), 69-74. Recuperado de: http://catalog.uoc.edu/record=b1036465~S1*cat

Frinco, V. D. S. L. (2013). Educación de la sexualidad en el contexto familiar y escolar. *Educere*, 17(58), 429-435. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35630404006.pdf>

Flores, M. S. (2016). **Educación sexual integral: aportes desde el trabajo social**. (Trabajo final de grado). Mendoza, Universidad Nacional de Cuyo. Facultad de Ciencias Políticas y Sociales .

Giami, A., Ohlrichs, Y., Quilliam, S., Wellings, K., Pacey, S., & Wylie, K. R. (2006). Sex education in schools is insufficient to support adolescents in the 21st century: A summary of sexual and relationship therapy's inaugural debate, held at the 8th Congress of the European Federation of sexology in Prague, 5 June 2006. *Sexual and Relationship Therapy*, 21(4), 485-490. Recuperado de: <https://www.tandfonline.com/toc/csmt20/21/4?nav=toCList>

Lameiras Fernández, M., Carrera Fernández, M. V. & Rodríguez Catstro, Y. (2019). La educación sexual: Un derecho en la “lista de espera” del sistema educativo en España. *Convives: Educación sexual para la convivencia positiva*. 26. 10-16

Ley General de Educación (LGE), de 4 de agosto de 1970. (España)

Ley Orgánica por la que se regula el Estatuto de Centros Escolares (LOECE), de 19 de junio de 1980. (España)

- Ley Orgánica reguladora del Derecho a la Educación (LODE), de 3 de julio de 1985. (España)
- Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo de España (LOGSE), de 4 de octubre de 1990 (España)
- Ley Orgánica de Calidad de la Educación (LOCE), de 24 de diciembre de 2002. (España)
- Ley Orgánica de Educación (LOE), de 3 de mayo de 2006. (España)
- Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), de 9 de diciembre de 2013. (España)
- Ley Orgánica de Salud Sexual y Reproductiva y de la Interrupción Voluntaria del Embarazo, de 3 de marzo de 2010. (España)
- Liga Española de la Educación. (2013). *Relaciones afectivas y sexualidad en la adolescencia*. Madrid.
- López, F. (2005). *La educación sexual de los hijos*. Madrid: Pirámide.
- López Sánchez, F. (2019). El tratamiento de la educación sexual en la actualidad. *Convives: Educación sexual para la convivencia positiva*. 26. 17-24
- Martínez, B. (2013). El mundo social del adolescente: amistades y pareja. *Los problemas en la adolescencia: respuestas y sugerencias para padres y educadores*, 71-96. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Belen_Martinez-Ferrer/publication/260479149_Martinez_B_2013_El_mundo_social_del_adolescente_amistades_y_pareja_En_E_Estevez_coord_Los_problemas_en_la_adolescencia_respuestas_y_sugerencias_para_padres_y_educadores_Madrid_Sin_tesis/links/00b49539835465412b000000/Martinez-B-2013-El-mundo-social-del-adolescente-amistades-y-pareja-En-E-Estevez-coord-Los-problemas-en-la-adolescencia-respuestas-y-sugerencias-para-padres-y-educadores-Madrid-Sintesis.pdf
- Montero, A. (2011). Educación sexual: un pilar fundamental en la sexualidad de la adolescencia. *Revista médica de Chile*, 139(10), 1249-1252. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872011001000001
- Ochaíta Aldrete, E. & Espinosa Bayal, M. A. (2003). Las prácticas sexuales de los adolescentes y jóvenes españoles. *Revista de estudios de Juventud*. 63. 49-62 Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3256206>
- Pacto de Estado contra la violencia de género (2018). (España)
- Rodríguez, Y., Alonso, P., González, A., Lameiras, M., & Carrera, M. V. (2017). Spanish adolescents' attitudes towards sexting: validation of a scale. *Computers in Human Behavior*, 73, 375-384.
- Salgado Ruiz, A. (2017). Papel de la familia en la educación sexual. *Padres y Maestros*. 372. 6-11. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6247061>

Sánchez, J. P. E., Sebastián, M. J. Q., & Carrillo, F. X. M. (2003). Conductas sexuales de riesgo y prevención del SIDA en la adolescencia. *Papeles del psicólogo*, 24(85), 29-36. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808504.pdf>

Stanley, N., Barter, C., Wood, M., Aghtaie, N., Larkins, C., Lanau, A., & Överlien, C. (2018). Pornography, sexual coercion and abuse and sexting in young people's intimate relationships: A European study. *Journal of interpersonal violence*, 33(19), 2919-2944.

Velasco Fernández, V. (2018). *Influencia de internet en la educación sexual de los adolescentes y el papel de enfermería*. (Trabajo Fin de Grado)

Vargas, M. A. F., Aguilar, C. A., & Jiménez, A. G. (2012). Educación sexual: Orientadores y orientadoras desde el modelo biográfico y profesional. *Revista Electrónica Educare*, 16, 53-71. Recuperado de <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/issue/view/418>

WEBGRAFÍA

Campo, S. (6 de Mayo de 2019). Cuando el porno sustituye a la educación sexual. *Heraldo de Aragón*. Recuperado de: <https://www.heraldo.es/noticias/aragon/2019/05/06/cuando-el-porno-sustituye-a-la-educacion-sexual-1313068.html>

Dirección General de Salud Pública y Participación, (2020). *La sexualidad en la pubertad y adolescencia*. Govern illes balears. Recuperado de: https://www.caib.es/sites/salutsexual/es/pubertat_i_adolescencia/

Dirección General de Salud Pública y Participación, (2020). *Sexo seguro*. Govern illes balears. Recuperado de: https://www.caib.es/sites/salutsexual/es/sexo_seguro/

Dirección General de Salud Pública y Participación, (2020). *Sexualidad y salud*. Govern illes balears. Recuperado de: https://www.caib.es/sites/salutsexual/es/sexualidad_y_salud_sexual/

UNESCO (2018). *Por qué es importante la educación integral en sexualidad*. Recuperado de: <https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad#:~:text=Existen%20pruebas%20significativas%20del%20impacto%20de%20la%20educaci%C3%B3n,la%20salud%20y%20los%20comportamientos%20sexuales%20y%20>