

La sexualidad y su educación en los púberes

Sexuality on puberty

Lic. Tatiana Montero Magre

Profesora. Dirección Municipal de Educación Plaza de la Revolución, La Habana, Cuba, e-mail: tatiana@gmail.com

Dr. C. Amado Rodríguez Iglesias

Profesor Titular. Facultad de Comunicación. Universidad de La Habana La Habana, Cuba, e-mail: amado@yahoo.es

Dr. C. Johanes Romero de Armas

Profesor Titular. Vicedecano de Investigación. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, La Habana, Cuba

Recibido: 29 de julio de 2019

Aprobado: 26 de septiembre de 2019

RESUMEN *La pubertad es una etapa de gran experiencia de aprendizaje, tanto en el mundo escolar como social; adquisición de nuevas formas de relacionarse con otros, aperturas a nuevas actividades sociales, de valores más amplios y diferentes que los reducidos de su marco familiar. La sexualidad como parte de la personalidad está condicionada por factores biológicos y sociales en su formación y desarrollo, que deben analizarse desde una perspectiva integracionista para comprender y educar al púber en una educación sexual que lo prepare para una vida plena, saludable y feliz.*

Palabras clave *pubertad, sexualidad, educación de la sexualidad.*

ABSTRACT *The puberty is a stage of great learning experience, so much in the school world as social; acquisition in new ways of being related with other, openings to social new activities, of wider and more different values that the reduced of its family mark. The sexuality like part of the personality is conditioned by biological and social factors, in its formation and development that should be analyzed from a perspective integrationist to understand and to educate to the puber in a sexual education that he/she prepares it for a full, healthy and happy life*

Keywords *puberty, sexuality, education of the sexuality.*

INTRODUCCIÓN

La pubertad es el proceso de cambios físicos en el cual el cuerpo de un niño se convierte en adolescente, capaz de la reproducción sexual. El crecimiento se acelera en la primera mitad de la pubertad y alcanza su desarrollo al final. Las diferencias corporales entre niños y niñas antes de la pubertad son casi únicamente los genitales. Durante la pubertad se notan diferencias más grandes en cuanto a tamaño, forma, composición y desarrollo funcional en muchas estructuras y sistemas del cuerpo humano. Las más obvias son las características sexuales secundarias.

En sentido estricto, el término "pubertad" se refiere a los cambios corporales en la maduración sexual más que a los cambios psicosociales y culturales que esto conlleva.

La adolescencia es el período de transición psicológica y social entre la niñez y la vida adulta. La adolescencia abarca gran parte del período de la pubertad, pero sus límites están

menos definidos y se refiere más a las características psicosociales y culturales mencionadas anteriormente.

Es importante destacar el hecho de que el comienzo de la pubertad está determinado por la carga genética y que los factores socioeconómicos, nutricionales y psicológicos desempeñan un rol modulador.

DESARROLLO

La pubertad es el período de la vida en el que se produce la transición desde la infancia a la vida adulta. En este período se producen cambios que afectan a todos los órganos y estructuras corporales, pero lo más llamativo es el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios. Al final de la pubertad el cuerpo alcanza su forma y tamaño definitivos.

Los seres humanos transitan por un ciclo de vida en el que cada período se diferencia de otro por el grado de madurez biológica y psicológica, por la dinámica de la integración social



Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional (CC BY-NC 4.0), que permite su uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que el trabajo original se cite de la manera adecuada.

y por el contexto de época en que se producen esa transición. Incluso en la percepción de lo temporal suele ser diversa en cada uno de los periodos de la vida o diferentes para cada individuo.

Esos periodos suelen nombrarse *edades* y están sometidos a una clasificación: la infancia, la adolescencia, la adultez y la ancianidad. La sexualidad tiene periodo sensitivo en la adolescencia, que es un periodo donde se hace necesarios un conjunto de ajustes del individuo para funcional con respecto a sí mismo y con el medio, y a la vez, estos ajustes inciden y se matizan por el medio cultural donde el individuo se relaciona.

La Organización Mundial de la Salud define el grupo de preadolescentes como la población entre 10 y 19 años, y como jóvenes las personas con edades entre los 15 y los 25 años. Existiendo una diferencia entre su etapa temprana (10 a 14 años y la tardía 15 a 19 años) esta diferencia se hace básicamente por razones estadísticas y de planificación social.

El inicio de la adolescencia se define biológicamente con el comienzo del proceso de maduración sexual o pubertad. Las edades aproximadas en que se inician las modificaciones sexuales giran en torno a los 10 y 12 años, y la combinación de este crecimiento se logra cerca de los veinteavos.

El reconocer la diversidad de condiciones en que mujeres y hombres viven y enfrentan su adolescencia y juventud es sumamente importante. El proceso de adolescencia y juventud, en determinados países, puede ser más corto en zonas rurales o urbanas marginales donde las condiciones sociohistóricas obligan a una incorporación precoz del trabajo. En cambio, en zonas más desarrolladas, se produce una prolongación de la juventud, debido a que los jóvenes toman más tiempo en la preparación para su inserción laboral.

En la situación de la pubertad el salto se hace mucho más agudo y riesgoso, si tenemos en cuenta que al inicio de su etapa, se encuentra bajo la autoridad y el control absoluto de los mayores que en unos breves años deberá desarrollar las competencias que le permitan autodeterminarse, tomar decisiones trascendentales para poder desempeñarse de manera independiente y responsable en la vida de pareja, laboral y social en general.

La pubertad es una etapa de gran experiencia de aprendizaje, tanto en el mundo escolar como social; adquisición de nuevas formas de relacionarse con otros, aperturas a nuevas actividades sociales, de valores más amplios y diferentes que los reducidos de su marco familiar. Debe verse en la adolescencia una etapa de eclosión de fuerzas y posibilidades, en que ni se es niño ni tampoco adulto. Es un continuo descubrimiento, una curiosidad por todo y, a la vez, un gran sentimiento de libertad.

La inmadurez psicológica hace a los púberes dependientes del adulto y crea la necesidad del intercambio con personas que poseen una experiencia más sólida en la práctica de las relaciones más humanas, a pesar de que este prefiere compartir más su tiempo con iguales que con sujetos de generaciones anteriores. Una de las características del mundo del adolescente es, sin embargo, que la relación padre/madre-hijo (relación intergeneracional) se hace conflictiva, tanto porque los padres/madres no logran concienciar el cambio que están viviendo sus hijos y, por ende, no elaboran nuevas estrategias de interacción con ellos.

Los púberes exigen una independencia que no son capaces de sostener en la realidad. Las situaciones conflictivas impiden que las necesidades de intercambio se satisfagan mediante una comunicación funcional en la relación paterno-filial y el preado-

lescente orienta la satisfacción de necesidades de aprendizaje hacia el grupo de sus coetáneos, colectivo en el cual siente que la relación le otorga un estatus de mayor equidad y rango propio. El grupo de los coetáneos comienza a desempeñar en esta etapa un papel más importante como mediador social vehículo de la información de la identidad genérica, entre otras razones porque la comunidad de criterios sobre sexualidad facilita la integración, mientras que el enfrentamiento de opiniones sobre este tema entre padres/madres e hijos, la ausencia del mismo o la prevaencia de prejuicios y tabúes sexuales entre los padres/madres, potencian la incomunicación y el distanciamiento del adolescente en un momento en que necesita despejar muchas interrogantes.

El púber se convierte físicamente, en unos pocos años cuando aún es inmaduro psicológicamente, en un adulto en apariencia, capaz de engendrar hijos y de disfrutar de la vida erótica en solitario y en pareja. Sin embargo, el varón no está preparado para ser padre y la muchacha no está en condiciones de enfrentar el embarazo, el parto y mucho menos asumir con toda la responsabilidad el papel de madre.

En esto se aproxima la adultez, se espera que el adolescente se ajuste y haga un cambio de actitudes, pues ha sido educado en la obediencia de una conducta sexual y ahora tendrá que enfrentarse a la autodirección, asumir responsabilidades, tener su propia conducta sexual.

Es importante que el púber en esta etapa sea capaz de llamar así mismo "yo" la más elemental formación de la identidad. El juego de esta etapa sería la difusión de la identidad, manifestada como la huida del mundo en el momento presente a causa de la incompreensión del propio ser y que hacer.

El individuo siente inestabilidad para lograr una identidad de sí mismo, de su ocupación, tiene un sentimiento de soledad por lo cual, para estar unido, se integra en un grupo, comparte y se sobreidentifica, por lo que se puede llegar a perder la propia identidad y adoptar la del grupo

Podemos apuntar en este sentido que en los preadolescentes hay que oscilar de un sentimiento debido a la riqueza de la vida emotiva e imaginativa, con deformación de la realidad e idealismo, marginación del mundo sentimental que adquiere un carácter apasionado; aparición de amistades exclusivas que difícilmente resisten la separación, actitudes ambientales extremas entre el deseo y amor platónico, que van unidas a una fragilidad en orientación sexual; una habilidad de carácter especialmente notada en la rebeldía contra los padres y las madres, rechazo a las ideas establecidas e inconformidad con la sociedad en que se vive, duda y afirmación del "yo"; necesidad de estimación, certeza, incertidumbre, timidez y búsqueda de originalidad.

Aparte de las conductas presentadas los púberes se enfrentan a una serie de dudas tales como:

- El perder el cuerpo infantil y enfrentarse a aceptar los cambios que ocurren en su organismo.
- La renuncia de su dependencia infantil y aceptar responsabilidades que muchas veces desconoce.
- El duelo por los padres y las madres de la infancia, en lo que sigue buscando el refugio y la protección que ellos significan y que se complica con la actitud de los padres y las madres que tienen que aceptar su envejecimiento y el hecho de que sus hijos ya no son niños.

La sexualidad como parte de la personalidad está condicionada por factores biológicos y sociales, en su formación y

desarrollo, que deben analizarse desde una perspectiva integracionista para comprenderla y educarla.

De aquí la importancia de dirigir conscientemente las influencias educativas que se ejercen sobre los preadolescentes por parte de las instituciones como son la escuela, los centros laborales, las organizaciones políticas y sociales y los medios masivos de difusión, por otro lado, están las no institucionales donde se encuentran la familia, los grupos no formales y las relaciones interpersonales.

El grupo preferido en esta etapa es el de compañeros de la misma edad, lo cual responde a una fuerte necesidad del adolescente de comunicarse, relacionarse y ser aceptados por ellos, de formar parte de este grupo. Dado que la comunicación con los coetáneos es la actividad rectora en esta etapa, es importante que padres/madres y profesores no obstaculicen la participación del adolescente en grupos de su edad, en que se detecten situaciones conflictivas (alumnos, rechazados, ignorados u otros) es necesario actuar para modificarlas ya que de no lograr una relación positiva con su grupo el adolescente se afectará su estabilidad y bienestar emocional y posiblemente en su rendimiento académico.

En estos casos algunos alumnos se muestran inhibidos en extremo en el grupo se sienten infelices, otros se valen de diferentes mecanismos para llamar la atención del grupo y ganar su simpatía (hacer gracias, cometer indisciplinas, entre otras).

En caso extremos, algunos púberes, movidos por esta necesidad no satisfechas de pertenecer al grupo de coetáneos, busca está relación con otro grupo, que lamentablemente a veces no tienen valores sociales positivos, por lo cual se alejan de la escuela, de la actividad de estudio y pueden presentar hasta problemas de delincuencia.

Es conveniente utilizar este afán de comunicación de los preadolescentes con fines docentes educativos. Los educadores deben manejar con flexibilidad el desarrollo de las actividades, eliminar la rigidez del formalismo en su relación, tener claro que ya no son niños pequeños, que tiene mayores posibilidades de hacer, es decir, debe proporcionarse que lo hagan, esto contribuye a un mayor desarrollo del grupo y evitar situaciones de enfrentamiento de profesor-alumno.

Los púberes reciben múltiples influencias a través de la enseñanza de diversas materias y de la forma de comportamiento de los maestros y compañeros. La forma de abordar los temas sexuales en clases o fuera de ella va forjando en los alumnos modelos y normas de conductas sexuales, o bien les permite ir aplicando lo que aprendieron durante los primeros años dentro del medio familiar.

El profesor orientador sexual, debe, en primer lugar, realizar la exploración (apoyándose de técnicas y métodos) y el diagnóstico de los problemas y necesidades sexuales de los púberes. En segundo momento planificará, teniendo en cuenta los resultados, el conjunto de acciones. Luego introduce los contenidos de la sexualidad y su educación en las actividades curriculares. En el cuarto paso se aplican los programas de intervención curricular y se emplean diferentes formas para orientar a los padres y las madres, sobre los aspectos fundamentales de la sociedad y su educación de sus hijos.

Esto requiere que los maestros desarrollen en los preadolescentes conocimientos, actitudes, valores y modos de comportamiento en correspondencia con su individualidad y con su contexto, de manera que se pueda articular armónicamente, sin conflictos ni trastornos. Tal aspiración solo se puede lograr en la formación de una nueva moral, capaz de brindar diferentes

alternativas para que los hombres y mujeres, por muy *su género* que sea su personalidad y su sexualidad, que tengan las más amplias posibilidades de opción en correspondencia con el legado de expresiones de masculinidad y feminidad que ha aportado el desarrollo humano y en los que puedan encontrar un sentido personal de acuerdo con sus potencialidades.

Luego se hace necesario que los maestros cultiven en el ser humano la posibilidad y el derecho de determinar sus límites personales, conjuntamente con el respeto de los ajenos, de ahí entonces se deba desarrollar "una conciencia crítica, dialéctica ser verdaderamente activo, cuestionador, divergente, transformador de sí mismo y de su contexto atendiendo el carácter complejo y contradictorio de esta; capaz, a su vez, de penetrar y vencer obstáculos y desafíos que la vida personal y social, con toda su heterogeneidad con pluralismo y diversidad de personas, cultura etnias, la enfrentan".

Es decir, se requiere de un proceso educativo profundamente humano, personalizado, democrático y contextualizado, que articule las necesidades personales y sociales capaz de preparar a las personas con independencia de su sexo, para crecer libre y responsablemente en todas las dimensiones existenciales (del individuo, la pareja, la familia y la sociedad) con responsabilidad.

La escuela y la familia deben responder a su relación con los preadolescentes, respetar y escuchar sus criterios, analizar su nueva posición social y actuar de acuerdo con sus decisiones.

La educación sexual es un proceso de preparación de las nuevas generaciones para el encuentro con el otro sexo y con la propia sexualidad, en concordancia con los intereses y exigencias del individuo y de la sociedad socialista. Por eso es válido destacar que este proceso debe estar dirigido fundamentalmente a la educación de las normas morales, del sentido personal como relación subjetiva e individual del hombre respecto al contenido que se le trasmite.

Todo lo anterior demuestra la importancia de esta investigación, ya que la sexualidad es una parte importantísima en nuestras vidas. La sexualidad la sentimos, la vivimos, pero no es fácil hablar de ella. Una de las razones es que tradicionalmente no se podía hablar de estas cosas. Por eso no hemos hablado ni hemos escuchado mucho sobre la sexualidad. Así hemos pensado cosas, como que la sexualidad era algo malo, sucio y feo, era solo los genitales, era solo para tener hijos o únicamente para adultos casados.

La sexualidad es una dimensión humana que abarca todo nuestro ser, no solo nuestros genitales. Conocer nuestro cuerpo, nuestros sentimientos y deseos, nuestras posibilidades, nos permitirá ser personas más sanas, más libres y responsables; en definitiva, nos ayudará a desarrollarnos mejor.

Desde que nacemos somos sexuales. La sexualidad no es algo que podemos quitar o poner. Todo ser humano es un ser sexual. Durante toda la vida tenemos necesidades y conductas sexuales según la edad. No podemos hablar de la sexualidad humana sin tener en cuenta que es algo que está en constante cambio.

La sexualidad tiende a provocar ternura, comunicación, cariño y amor entre las personas que se relacionan. La vida sexual no termina nunca, porque seguimos siendo sexuales durante toda la vida.

Las posiciones que se asumen, a partir de la sistematización teórica efectuada, sobre la sexualidad y su educación y las concepciones referidas al escolar primario, posibilitaron definir la educación de la sexualidad de escolares del segundo ciclo de

la educación primaria como: *el proceso educación integral de la sexualidad de los niños y las niñas del segundo ciclo de la educación primaria, lo que propicia el desarrollo de conceptos, actitudes, sentimientos, valores y comportamientos que permiten fomentar estilos de vida equitativos y saludables.*

A partir de la operacionalización de esta definición se determinan como dimensión de la educación de la sexualidad de escolares del segundo ciclo de la educación primaria: los contenidos sobre la sexualidad y su educación.

Dimensión: contenidos sobre la sexualidad y su educación

En el desarrollo de la educación de la sexualidad, tiene su expresión el funcionamiento cognitivo y afectivo-motivacional de la personalidad. Esta dimensión integra los conocimientos, habilidades, los ideales, los sentimientos y valores que posee el alumnado y la forma en que opera con ellos. Responden a los objetivos y exigencias de la educación primaria, a partir de los conceptos, las regularidades, leyes y teorías que se debe conocer de la sexualidad y su educación en esta etapa de la vida.

Dimensión: contenidos sobre los escolares del segundo ciclo de la educación primaria

En esta dimensión se integran los contenidos referidos a los conocimientos, valoraciones que realiza el alumnado sobre aspectos referidos a su desarrollo psicosexual en la etapa de la pubertad o adolescencia temprana, a partir de sus motivos, afectos, emociones, sentimientos e ideales.

Para conducir el diagnóstico de esta investigación y a partir de la fundamentación teórica y metodológica, se determinó la variable, dimensiones e indicadores a tener en cuenta en correspondencia con el objeto de estudio, y los métodos y técnicas a aplicar (Tabla 1).

Tabla 1. Dimensiones e indicadores de la variable: la educación de la sexualidad de escolares del segundo ciclo de la educación primaria

Dimensiones	Indicadores
Contenidos sobre la sexualidad y su educación	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimientos sobre la sexualidad • Conocimientos sobre la educación de la sexualidad • Conocimientos sobre género • Conocimientos sobre mitos, prejuicios y estereotipos de la sexualidad
Contenidos sobre los púberes del segundo ciclo de la educación primaria	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento de los cambios físicos, psicológicos y sociales de la etapa • Valoración sobre el papel de la familia en la etapa • Conocimientos sobre la violencia en las relaciones interpersonales

Declaración de conflicto de interés y conflictos éticos

Las autoras declaramos que este manuscrito es original, no contiene elementos clasificados ni restringidos para su divulgación ni para la institución en la que se realizó y no han sido publicados con anterioridad, ni están siendo sometidos a la valoración de otra editorial.

Las autoras somos responsables del contenido recogido en el artículo y en él no existen plagios, conflictos de interés ni éticos.

Contribución de los autores

Tatiana Montero Magre: redacción del artículo, fundamentos teóricos-metodológicos y tratamiento estadístico.

Amado Rodríguez iglesias: revisión de todo el contenido y asiento de la bibliografía.

Johanes Romero de Armas: revisión de todo el contenido, asiento de la bibliografía y tratamiento informático.

El estudio de los fundamentos teóricos y metodológicos del desarrollo de la sexualidad y su educación en lo referido al escolar del segundo ciclo de la educación primaria realizado, evidencia la importancia de la educación de la sexualidad en la preparación de los niños y las niñas para asumir en su vida personal un desarrollo sexual pleno, sano, responsable y enriquecedor.

CONCLUSIONES

Los fundamentos teórico-metodológicos actuales destacan la importancia de la educación de la sexualidad en esta etapa de la vida del ser humano, evidenciando que la sexualidad se construye, se vivencia, se expresa y educa a lo largo de toda la vida como una manifestación psicológica de la personalidad desde de un enfoque integrador y holístico en el que se enfatiza la necesidad de desarrollar una sexualidad plena, enriquecedora, responsable y feliz.

BIBLIOGRAFÍA

- Castellanos, B. y González, A. (2000). La educación sexual en la escuela. Material en soporte digital. Centro Iberoamericano para la Formación Pedagógica y Orientación. Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona, La Habana.
- Castellanos, B. y González, A. (2000). *Sexualidad y géneros*. La Habana: Editorial Científico-Técnica.
- Castellanos, B. y González, A. (2000). Una propuesta de educación sexual alternativa y participativa. Material en soporte digital. Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona, La Habana.
- Castro, M. et al. (1995). Crecer en la adolescencia. Programa del Centro Nacional de Educación Sexual. La Habana.
- Guerrero, N. y Pérez, M. (2013). *¿Qué preceptos teóricos y metodológicos deben sustentar el estudio y la educación integral de la sexualidad en adolescentes y jóvenes?* *Revista Sexología y Sociedad*, 19(51), 14-22.