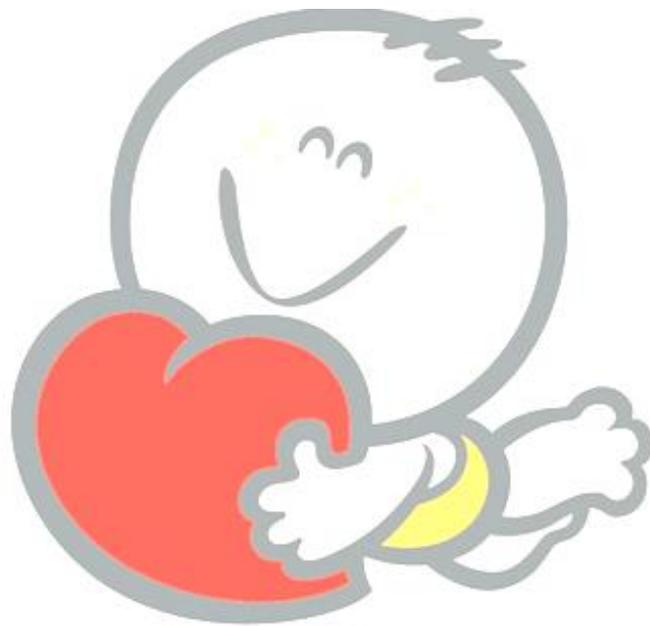
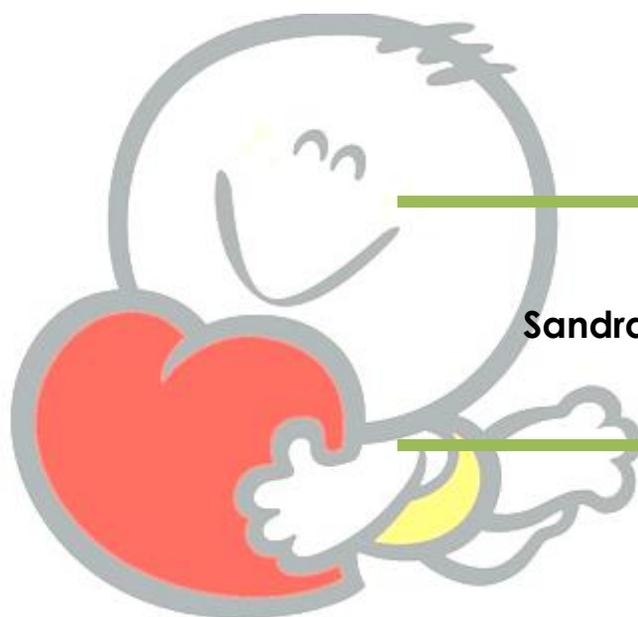

CARTILLA LUDICO-PEDAGÓGICA

SEXUALIDAD RESPONSABLE



TALLERES LUDICO- PEDAGÓGICOS PARA LA PROMOCIÓN DE UNA SEXUALIDAD RESPONSABLE



**Sandra Liliana Cristancho Cruz
Antonio Sierra Ferreira**

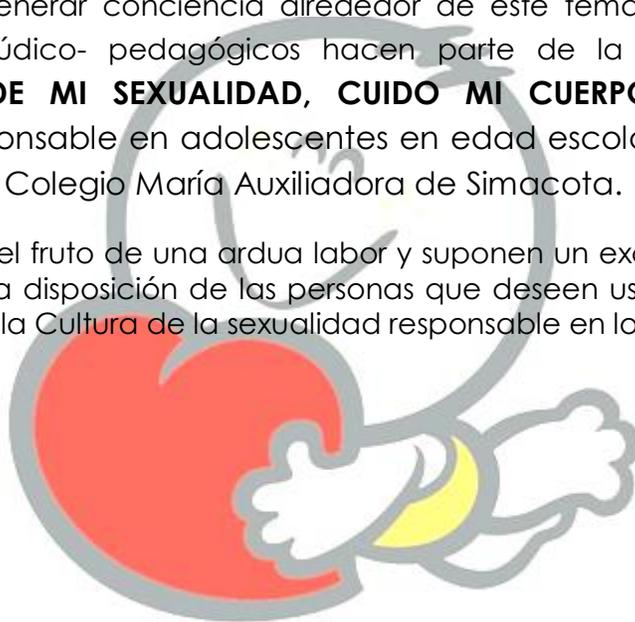
**Universidad Libre Seccional Socorro
Facultad Ciencias de la Educación
Socorro - Santander
2020**

INTRODUCCIÓN

Teniendo en cuenta que la irresponsabilidad sexual en nuestro país, es una problemática constante que trasciende al ámbito público y las instituciones, se diseñó la presente *Guía de talleres lúdico-pedagógicos para La Promoción de una sexualidad responsable*, con la que se pretende propiciar en los adolescentes un espacio saludable para crecer y desarrollarse de manera adecuada; y esto influirá en la clase de personas en las que se convertirán; permitiendo un mejoramiento en la calidad de vida de las generaciones futuras; es por esta razón que se hace necesario modificar las condiciones negativas que puedan llegar a obstaculizar el correcto desarrollo y crecimiento de los menores.

La siguiente es una guía que le permitirá tanto a los docentes orientar sus acciones hacia la Promoción de una sexualidad responsable como estrategia principal para generar conciencia alrededor de este tema. El compendio de cuatro talleres lúdico- pedagógicos hacen parte de la ESTRATEGIA “**SOY RESPONSABLE DE MI SEXUALIDAD, CUIDO MI CUERPO**” Campaña de sexualidad responsable en adolescentes en edad escolar de los cursos de bachillerato del Colegio María Auxiliadora de Simacota.

Estos talleres son el fruto de una ardua labor y suponen un excelente soporte que ahora ponemos a disposición de las personas que deseen usarlos en su labor en pro de fortalecer la Cultura de la sexualidad responsable en los y las jóvenes.



OBJETIVOS

- ♥ Promover el desarrollo de conocimientos y prácticas que garanticen la sexualidad responsable en la adolescencia, por medio de la ejecución e implementación de estrategias pedagógicas y didácticas.
- ♥ Introducir nuevas metodologías guiadas por el juego y los videos que permitan una sensibilización y adopción de la sexualidad responsable en la comunidad educativa.



TALLER No 1

LA IMPORTANCIA DEL CUIDADO Y LA HIGIENE CORPORAL EN EL DESARROLLO DE UNA ADECUADA SEXUALIDAD.

Fecha: Según lo contemple el tutor de la clase

Lugar: Aula de clases

Destinatarios: Estudiantes grados sexto a undécimo

No. De participantes:

Tema: Importancia del cuidado y la higiene corporal en el desarrollo de una adecuada sexualidad.

Duración: 1 hora

Objetivos:

- Aceptar el propio cuerpo como un elemento que nos configura y nos acompaña durante toda nuestra vida.
- Conocer los cuidados que se deben tener con el cuerpo.
- Asumir una actitud de compromiso y responsabilidad frente a la higiene de nuestro cuerpo.

Contenido:

- Respeto y valoración del cuerpo.
- Higiene corporal.

Didáctica propuesta:

- Juego por equipos, actividad lúdica concéntrese y preguntas.
- Dibujo libre en donde se represente lo que aprendieron de la higiene corporal.

Preparación:

Lea las bases para el facilitador detenidamente, prepare el material acorde a la edad de los jóvenes y sea claro cuando haga intervenciones.

Recursos necesarios:

- Juego del concéntrese
- Papeletas de preguntas
- Hojas blancas y lápices o colores

Bases para el facilitador:

El siguiente material úselo solamente como complemento de lo que los niños expresen.

Higiene corporal de los sistemas reproductivos

La adolescencia es una etapa de cambios físicos y psicológicos que están fundamentados en los cambios hormonales. Durante la pubertad la concentración de hormonas estrógenos y testosterona aumenta desencadenando unos cambios que incluyen el desarrollo y mantenimiento de las características sexuales secundarias. Por tal razón es que durante la adolescencia el aseo cobra mayor atención porque el cuerpo sufre cambios hormonales importantes que desencadenan la producción de sustancias causantes de malos olores o enfermedades si no se efectúa el aseo regular.

Algunas manifestaciones relacionadas con los cambios en la adolescencia como el acné, el vello en el cuerpo o la menstruación acarrear al joven conflictos que no sabe como asimilar. Ahora deberá cuidar sus genitales, usar desodorante, lidiar con los brotes en la piel y asearse muy bien durante la menstruación. Describiremos algunos puntos para hacer un manejo adecuado de dichos cambios.

El cuidado de los genitales

Las bacterias que entran en contacto con la orina, los fluidos vaginales o el semen pueden entrar al cuerpo por la vagina, el pene y la abertura de la uretra.

El joven debe prestar atención al glande, que es la parte terminal del pene, cubierta de una mucosa que no es piel, lo cual la hace más vulnerable al ataque de posibles infecciones causantes de inflamaciones.

La higiene femenina

Esta incluye la limpieza cuidadosa y regular de los órganos genitales externos y ciertas precauciones para evitar irritaciones e inflamaciones. La vagina posee una barrera compuesta de microorganismos especiales contra las bacterias exteriores, pero esto no la protege totalmente contra las infecciones. El procedimiento implica las siguientes condiciones:

- ☺ Lavar regularmente la vulva con agua tibia y jabón suave para evitar que los genitales entren en contacto con la orina y la flora bacteriana intestinal. Separar con una mano los labios mayores de la vulva y con la otra asear los genitales que quedan al descubierto ya que tanto la humedad, la orina y restos del sangrado menstrual puede irritar la zona.
- ☺ No usar productos químicos para el aseo íntimo porque pueden destruir los mecanismos naturales defensivos de la vagina.
- ☺ No usar productos químicos como desodorantes, duchas vaginales o antitranspirantes en los genitales.
- ☺ Usar ropa interior de algodón para prevenir alergias y la producción de flujos. Esto se debe a que otros materiales no permiten la transpiración de esta parte. De tal forma que hay un aumento de temperatura en el área genital causando mayor humedad y alteración de la flora bacteriana.

- ☺ Lavar y secar después de la excreción de adelante hacia atrás para así evitar que las bacterias del recto se propaguen a la vagina o a la uretra.
- ☺ No usar ropa demasiado apretada o ceñida. Lo anterior porque puede causar alteraciones al útero y en la producción de los óvulos.
- ☺ Tener precauciones en el uso de baño públicos.
- ☺ Cambiar la toalla higiénica varias veces al día. La sangre menstrual es perfectamente limpia, pero una vez ha salido del cuerpo se encuentra con bacterias del aire, lo cual puede provocar mal olor e infecciones.
- ☺ Evitar el uso de protectores higiénicos diarios, ya que alteran la flora vaginal y el pH creando propensión a los flujos y malos olores.

La higiene adecuada en el varón:

- ☺ Se debe correr el prepucio hacia atrás para asear con agua y jabon el glande y eliminar así las secreciones (esmegma) que tiende a acumularse en dicha region.
- ☺ Usar calzoncillos de algodón y cambiarlos diariamente. El algodón es mas fresco y no produce reacciones alergicas como los tejidos sintéticos. No usar ropa interior o exterior muy estrecha que pueda impedir el funcionamiento de los testiculos, comprimiendolos demasiado y aumentando su temperatura. Estas glandulas deben permanecer a una temperatura mas baja que la del resto del cuerpo. De lo contrario la calidad de los espermatozoides se puede ver alterada.

El sudor:

Debido a los cambios hormonales se produce sudor, a traves del cual se liberan toxinas y se mantiene la temperatura del cuerpo; este llega a la piel desde las glandulas sudoriparas, las cuales estan en su mayoria en las axilas y alrededor de los genitales.

Los granos en la cara:

Debido a los cambios en el balance hormonal propios de la adolescencia, las glandulas sebaceas producen un exceso de grasa que se manifiesta mediante acné en la cara y espalda. La testosterona es la hormona implicada en este proceso, por lo que el acné es mas comun en ellos que en ellas. Este problema para los jovenes es mas estetico que cualquier otro, pero puede alterar su autoimagen y por tanto la valoracion y respeto de su cuerpo. Para contrarrestar la aparicion de acné es recomendable:

- ☺ Lavarse frecuentemente la cara con un jabon suave o antiseptico sin perfume y agua caliente.
- ☺ Evitar alimentos muy grasosos.
- ☺ Limpiar la cuchilla de afeitar con liquido antiseptico antes de rasurarse.
- ☺ Hacer baños de vapor para que los poros se abran y así sacar facilmente las espinillas, procedimiento que debe hacerse con las manos limpias.
- ☺ Evitar cubrirlos con maquillaje.

OJO: Si hay cambios en el funcionamiento de los genitales, acude al médico y no al farmacéuta, tampoco te automediques.

Respeto, cuidado y valoración del cuerpo.

Si admitimos que somos seres sexuales y que la sexualidad hace parte indivisible de nuestro ser, responsabilizarnos de ella es responsabilizarnos de nosotros mismos. Es indispensable para ello que alguien o algo representen un valor para la persona; nadie se responsabiliza ni cuida lo que no vale. Valorar la sexualidad es requisito indispensable para hacernos responsables de ella.

Tener responsabilidad sexual significa no descuidar ni maltratar nuestro cuerpo no solo en el aspecto físico sino también psicológico, abarcando lo emocional, los deseos, los sentimientos y las relaciones con los demás. Debemos buscar que las emociones y sentimientos represados no maltraten la posibilidad de acercarnos al otro; poder defendernos de las agresiones y violencia externa hacia nuestra sexualidad, considerarnos y amarnos a nosotros mismos; hacernos merecedores de afecto, ternura y amor.

Cuidar nuestro cuerpo significa tener responsabilidad sexual y esto a la vez significa tener control sobre las propias conductas para evitar infligir daño a otras personas o a nosotros mismos.

En resumen, ser responsable de la propia sexualidad es haber aprendido el arte de vivir la vida como ser sexual entre seres humanos sexuales. La sexualidad es una forma de la afectividad, de comunicación y la única de las funciones que para expresarse necesita ser compartida; por esa razón la propia responsabilidad se refleja ante los demás, así como se comparte la responsabilidad con el otro, alejada de cualquier tipo de manipulación.

La falta de responsabilidad sexual se refleja de manera muy especial en la ausencia de cuidado de uno de los aspectos de la sexualidad: el reproductivo. No prevenir un embarazo que no se desea produce daño psíquico, social y en ocasiones biológico en uno o ambos miembros de la pareja sexual, y más aún al fruto de ese embarazo, precisamente por no haber sido deseado.

Saber reconocer y tener siempre en cuenta que una relación sexual (coito) puede producir un embarazo, es el primer paso de una conducta reproductiva responsable; el segundo es el uso adecuado de los métodos de regulación de la fertilidad.

De otra parte, el aprecio del propio cuerpo, incluyendo los órganos genitales y la aceptación de la función genital sin culpa ni vergüenza, permiten su cuidado y la prevención de las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y SIDA mediante el uso del condón o preservativo y evitan situaciones de riesgo.

1. **Presentación del tema a tratar**

1 **Dinamizando el tema:**

Se inicia con una pregunta acerca de lo que **NO** es higiene corporal, donde ellos responden enumerando los aspectos que consideran tienen repercusiones en el cuidado de nuestro cuerpo y órganos reproductores:

¿Cuáles son los hábitos que contrarrestan una buena higiene de nuestro cuerpo?









2. **Desarrollo del tema:**

2.1 **Actividad central:**

La actividad se inicia con el juego del concéntrese donde por equipos sale un estudiante al azar el cual tratara en un tablero de encontrar dos figuras iguales. De no encontrarlas deberá responder una pregunta que le hace el docente y este último la complementa a manera de charla. Las preguntas en mención son:

¿Qué se entiende por higiene?

¿Por qué cree que la higiene corporal influye en el desarrollo de una sexualidad saludable?

¿Cómo debe ser la higiene corporal en los adolescentes?

¿Por qué se afirma que responsabilizarnos de nuestra sexualidad es responsabilizarnos de nosotros mismos?

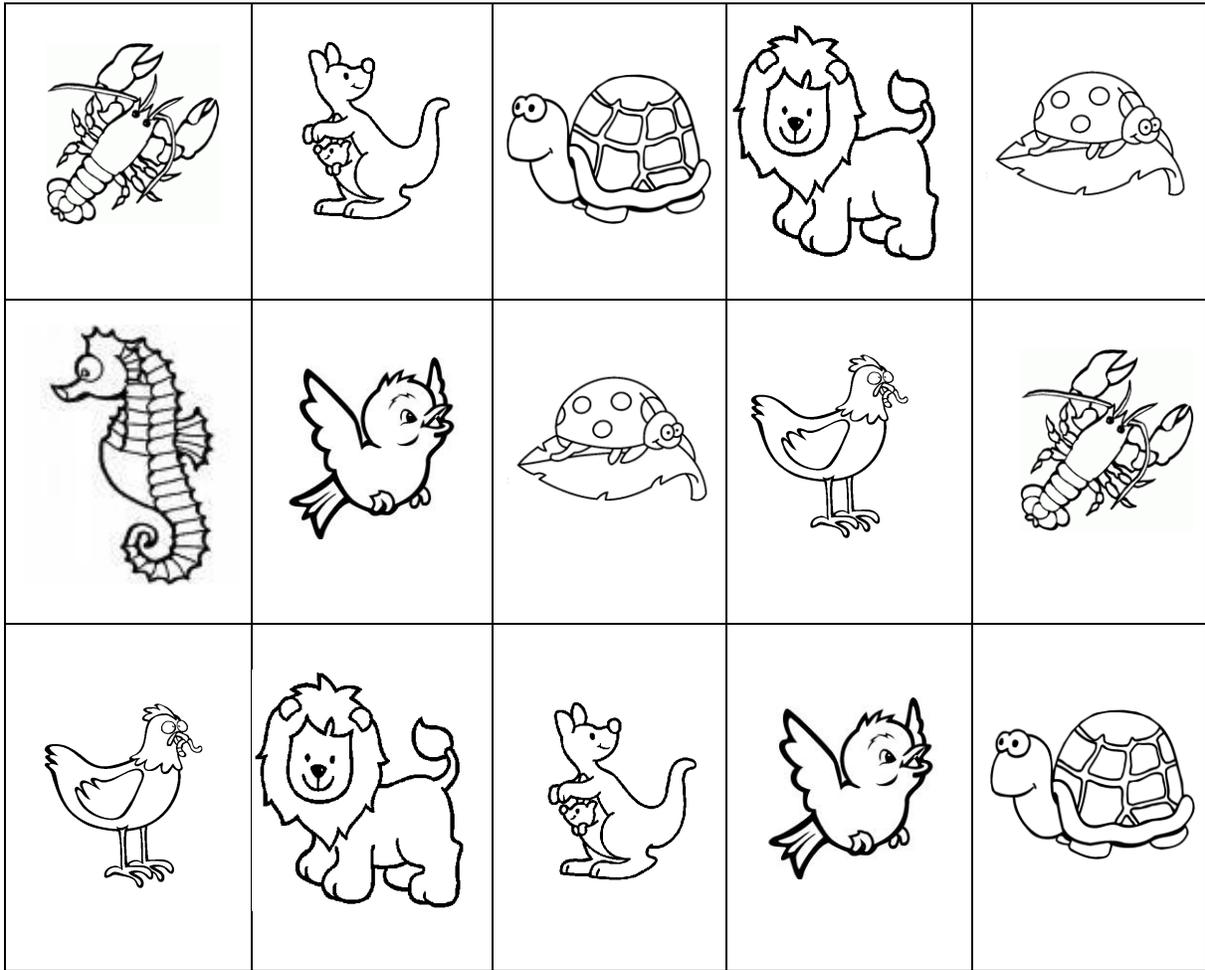
¿Cómo debe ser la higiene corporal en las adolescentes?

¿Qué significa tener responsabilidad sexual?

En términos de responsabilidad sexual, ¿Qué significa cuidar nuestro

¿En que circunstancias se refleja la falta de responsabilidad sexual?

El juego lúdico del concéntrese como actividad central es como se muestra a continuación:



2.2 Reflexiones:

Estarán dadas por el docente y servirán como complemento de los aportes de los estudiantes.

3. Hagamos un trato:

Para esta sección se entrega a las jóvenes hojas en blanco y se les pide que hagan una representación esquemática de lo que aprendieron con respecto al tema.

TALLER No 2

¿CUALES SON MIS DEBERES Y DERECHOS SEXUALES?

Fecha: Según lo contemple el tutor de la clase

Lugar: aula múltiple

Destinatarios: Estudiantes grados séptimo y octavo

No. De participantes: máximo 40 estudiantes por grupo

Tema: ¿cuáles son mis deberes y derechos sexuales?

Duración: 1 hora

Objetivos:

- Orientar a los jóvenes para que conozcan sus derechos y deberes sexuales.
- Aportar al proceso educativo del estudiante con el fin que alcance su desarrollo pleno e integral.

Contenido:

- Derechos y deberes sexuales y reproductivos de los adolescentes.

Didáctica propuesta:

- Video sobre derechos sexuales y reproductivos.
- Juego del tingo- tango para retroalimentar el video.

Preparación:

Lea las bases para el facilitador detenidamente, prepare el material acorde a la edad de los jóvenes y sea claro cuando haga intervenciones.

Recursos necesarios:

- Video "los adolescentes tenemos derechos sexuales y reproductivos, ¿los conoces?"
- Pelota

Bases para el facilitador:

El siguiente material úselo solamente como complemento de lo que los niños expresen.

Todos los seres humanos tenemos derechos, por ejemplo, a la vida, a la salud y a la educación. Lo que muy poca gente sabe es que también tenemos derechos sexuales y reproductivos. Y de estos, no estamos excluidos los adolescentes.

¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos?

Son aquellos que tienen que ver con la forma como expresamos y vivimos nuestra sexualidad y como decidimos sobre nuestra reproducción. Son parte de los derechos humanos que permiten que todos los individuos y sus parejas puedan desarrollarse plenamente, en el campo de la sexualidad y la reproducción.

¿Por qué es importante conocer nuestros derechos sexuales y reproductivos?

Porque así podemos exigir que se cumplan y que haya menos marginación o discriminación y promover una sociedad más justa. Pero sobre todo porque si se cumplen será posible que existan menos problemas de salud relacionados a la sexualidad como el embarazo adolescente y las enfermedades de transmisión sexual.

Si bien en nuestra legislación los derechos sexuales están parcialmente consignados, se habla de la libertad sexual como el primero de los bienes jurídicos, Art. 2220 del capítulo «Delitos contra la libertad y el pudor sexuales».

«La libertad sexual es la capacidad de toda persona para comportarse como a bien tenga en las actividades copulativas».

Recogiendo las opiniones de diversos autores se podría hacer un listado somero de los derechos sexuales, así:

Las personas tienen derecho:

- 😊 A ser dueñas de su propio cuerpo
- 😊 Al respeto a su orientación sexual
- 😊 A la libertad de ejercer las conductas sexuales de su elección, siempre que éstas no produzcan daño a otro o a otros
- 😊 A no ser atropellado en su dignidad personal y sexual
- 😊 A no admitir la imposición de otro u otros cuando esto vaya contra sus valores
- 😊 A no ser expuesto a situaciones sexuales no aceptadas
- 😊 A la privacidad y confidencialidad
- 😊 A un trato igualitario para los dos sexos
- 😊 Al conocimiento de todo lo relacionado con la sexualidad

Los deberes sexuales serían:

- 😊 El respeto a la orientación sexual de los otros
- 😊 El respeto a la voluntad y dignidad sexuales de los otros
- 😊 El respeto a las normas y valores sociales de otros
- 😊 La responsabilidad ante las propias conductas y acciones
- 😊 El no ejercer la violencia como medio de disuasión

¿Cuáles son mis derechos sexuales y reproductivos?	¿Por qué es importante este derecho?	¿Qué no debo permitir?
1. Derecho a ser amado	Porque el amor que recibimos de nuestro entorno favorece el desarrollo de nuestras capacidades para amar, para relacionarnos con los demás, para construir nuestra identidad sexual y vivir una sexualidad sana y responsable.	La violencia de ningún tipo (física, psicológica ni sexual). La discriminación por preferencia sexual o por estar embarazada o ser madre en la adolescencia.
2. Derecho a enamorarnos y elegir a nuestra pareja	Porque todos merecemos ser felices, pero "ojo" con responsabilidad	Si sentimos atracción por alguien del mismo sexo, no pueden discriminarnos con risas o comentarios ni maltratarnos.
3. Derecho a la libertad de expresión sexual, informada y responsable.	Porque si estamos informados sobre el funcionamiento de nuestro cuerpo, los cambios que sufrimos, los riesgos y consecuencias de tener relaciones sexuales. Tenemos que ser responsables y autocuidarnos, mediante la abstinencia o utilizando métodos anticonceptivos para no frustrar nuestros sueños y metas.	No podemos esperar a estar embarazadas, haber sido violentadas o violentados física o sexualmente, para informarnos.
4. Derecho a decidir cuándo y cuántos hijos tener: contar con servicios de salud que brinden información, consejería y cuidados, con énfasis en la salud sexual y reproductiva.	Porque cuanto más informados estemos, mejores decisiones tomaremos sobre nuestra sexualidad y reproducción. Asimismo ni la vida ni nuestra salud se verá amenazadas si recibimos atención médica apropiada y oportuna.	No pueden negarnos la información ni consejería en un centro de salud. Se trata de nuestra salud y vida y tenemos derecho a defenderlas.
5. Derecho a la protección del estado contra toda forma de abuso, violencia y explotación, comercio y tráfico sexual, garantizando sanciones drásticas para todos los que violen los derechos de los adolescentes.	Porque quien atente contra nuestros derechos debe ser denunciado y sancionado, para que no pueda seguir atentando contra nosotros mismos ni contra otros.	NO al abuso, violencia ni explotación sexual.

1. Presentación del tema a tratar

1 Dinamizando el tema:

Se les preguntara a manera de introducción a los estudiantes las siguientes cuestiones:

- 😊 ¿Qué es un derecho sexual?
- 😊 ¿Cuáles derechos sexuales conoces?
- 😊 ¿Existen los deberes sexuales? ¿cuáles son?
- 😊 En caso de conocerlos ¿los practicas?

Con las anteriores preguntas se pretende hacer un diagnóstico en los estudiantes e indagar sobre sus nociones sobre el tema y hacer que entren en razón en que no solo existen derechos sexuales sino que además hay unos deberes que en un ambiente de responsabilidad se deben aplicar.

2. Desarrollo del tema:

2.1 Actividad central:

La actividad se inicia con un video titulado "los adolescentes tenemos derechos sexuales y reproductivos, ¿los conoces?". Una finalice este se espera que los estudiantes tengan mayores nociones sobre el tema. Entonces se procede a una retroalimentación a manera de juego donde se le harán preguntas que conlleven, en última instancia, a que los estudiantes se apropien del tema de derechos y deberes sexuales.

El juego del tingo-tango se desarrolla de la siguiente manera:

- 😊 Se organizan los estudiantes en un círculo.
- 😊 Se pasa una pelota mientras se recita "tingo, tingo, ... tango"
- 😊 Al que le quede la pelota en la palabra tango, se le hace una pregunta con base en el video. Las preguntas en mención son:

2.2 Reflexiones:

Estarán dadas por el docente y servirán como complemento de los aportes de los estudiantes.

3. Hagamos un trato:

Para esta sección se entrega a las jóvenes hojas en blanco y se les pide que hagan una representación esquemática de lo que aprendieron con respecto al tema.

TALLER No 3

REFLEXION SOBRE SEXUALIDAD, VIRGINIDAD Y CASTIDAD

Fecha: Según lo contemple el tutor de la clase

Lugar: aulas de clase N.4 Y 13

Destinatarios: Estudiantes grados séptimo y octavo

No. De participantes: máximo 40 estudiantes por grupo

Tema: reflexión sobre sexualidad, virginidad y castidad.

Duración: 1 hora

Objetivos:

- conocer el fundamento anatómico y fisiológico de las palabras virginidad y castidad.
- Hacer una reflexión sobre la virginidad y castidad como condiciones que deben generar orgullo.
- Analizar los mitos y creencias erróneas respecto a este tema y adquirir la información correcta.
- Adquirir un vocabulario adecuado relacionado con este tema

Contenido:

- Fundamento anatómico y fisiológico de las palabras virginidad y castidad.
- mitos y creencias erróneas respecto al tema de virginidad y castidad.

Didáctica propuesta:

- Juego del tingo- tango, actividad lúdica con bombas y preguntas.
- Dibujo libre en donde se represente lo que aprendieron de la higiene corporal.

Preparación:

Lea las bases para el facilitador detenidamente, prepare el material acorde a la edad de los niños y niñas y sea claro cuando haga intervenciones.

Recursos necesarios:

- Bombas
- Papeletas de preguntas
- Hojas blancas y lápices o colores
- Pelota.

Bases para el facilitador:

El siguiente material úselo solamente como complemento de lo que los niños expresen.

REFLEXIÓN SOBRE SEXUALIDAD, VIRGINIDAD Y CASTIDAD

En todas las culturas los comportamientos sociales están contenidos en guiones públicos, tales como las leyes y los preceptos religiosos, en guiones de subgrupos y finalmente en guiones particulares. Los guiones sexuales son parte de los sociales;

son un conjunto de normas; un patrón para conducir las acciones y conductas de los individuos. Sin embargo, con mucha frecuencia los guiones sexuales de las personas no son réplica exacta del patrón sexual ofrecido por la cultura.

En nuestro caso los guiones sexuales acerca de la relación sexual completa» o coito, difieren según el sexo, el estado civil y la edad. Es aceptada y promovida en jóvenes y adultos casados; desaconsejada o negada en la vejez; prohibida en las adolescentes y jóvenes solteras; promovida y aceptada veladamente en adolescentes y jóvenes solteros. Mantener la «virginidad», entendida como la integridad del himen, es un guión fuertemente impuesto donde se asume que La integridad anatómica del himen es garantía» de la pureza. La «castidad» es interpretada como la abstención total de relaciones sexuales. Durante la última década los guiones de virginidad y castidad ha experimentado cambios en cuanto se refiere a la desobediencia por parte de los adolescentes y jóvenes a los patrones establecidos.

Ante esta nueva situación, muchos adultos dibujan un cuadro donde representan a todos los jóvenes y adolescentes derribando las prohibiciones y entregados casi obsesivamente a la realización del coito. Sin embargo, muchas jóvenes todavía valoran la virginidad y también la valoran muchos jóvenes. El guion masculino parece haber variado mucho. Hablar de las relaciones sexuales de los adolescentes es un tema, que como todo lo relacionado con la sexualidad, se suscita para acalorados debates entre los adultos sobre los pros y contra sus perjuicios y beneficios, sobre si es «bueno» o es «malo».

Las discusiones de este tipo son poco menos que inoficiosas, o las opiniones que de éstas se deriven. Sería más provechoso no en abstracto sino sobre lo particular; sobre lo que para cada adolescente o pareja de adolescentes puede significar la relación sexual.

Infierno o paraíso. Experiencia positiva y enriquecedora o negativa y empobrecedora. De profunda significación posterior o sin ninguna significación, todo puede ser dependiendo de los personajes y del escenario.

La decisión de tener o no tener relaciones sexuales, con quién y cuándo tenerla, está íntimamente relacionada con las normas que los adolescentes hayan introyectado, de los valores que les hayan transmitido y del grado de libertad y autonomía que hayan podido adquirir, no solo ante su actividad sexual sino ante la vida en general. Es claro que la autonomía y la libertad son los elementos que pesan más en la toma de decisiones. Autonomía y libertad que significan poder decir si y también poder decir no. Que facilitan la resistencia a imposiciones externas y conllevan a la responsabilidad y la consideración de la libertad del otro. Según nos refieren los adolescentes, las decisiones sobre tener o no una relación sexual son en ocasiones largamente razonadas, otras veces son el producto del «espíritu del momento», aunque sabemos que toda decisión por

rápida que sea, está antecedida de consideraciones pasadas, posiblemente olvidadas.

Los muchachos también nos dicen que los motivos que los llevan a tener relaciones sexuales: Son «porque estoy enamorado» y «así será únicamente mía». «Porque es lo único en mi vida». «Porque no quiero ser infiel con otra». «Porque no puedo contenerme más». «Porque él me lo pidió». «Porque me siento más hombre». «Porque me siento más mujer». «Para no quedar mal con el grupo». «Quería saber cómo era la cosa». «Para que se case conmigo» y finalmente «porque sí».

Hay otros motivos que no son fácilmente verbalizados como el deseo de retar y mortificar a los padres o la necesidad de aclarar dudas sobre la orientación sexual o comprobar que puede ser amado o amada, especialmente en adolescentes solitarios severamente privados de afecto. Los motivos por los cuales no desean tener relaciones sexuales se verbalizan así: «Me pueden abandonar después». «Porque es una niña buena». «Puede quedar embarazada». «No lo quiero lo suficiente». «Todavía no podemos casarnos». «Es pecado». «Pierdo mi reputación de señorita». «Mis padres me matarían» y finalmente «porque no».

Estos y otros motivos reflejan los valores, los conceptos sobre el hombre y la mujer y la autoestima de los adolescentes hayan adquirido, siendo notorio el concepto de indefensión que tiene la mujer de sí misma, su propensión a unir la relación sexual con el amor y su contemporización con las normas sociales. Esto traduce la realidad social porque hay que reconocer que cuando las relaciones sexuales no tienen un final feliz, la mujer es la que en la inmensa mayoría de los casos sufre el abandono, la culpa y el ostracismo familiar y social.

Un «final feliz» supone un comienzo feliz que tendría los siguientes elementos:

- La concordancia entre los propios valores con la decisión. La voluntad de no explotar ni ser explotado. El no querer probar algo a expensas del otro. Discreción. Y el compromiso, no siempre el compromiso matrimonial, sino el compromiso de cuidar, respetar y ser responsable con el otro por todo el tiempo que dure la relación amorosa de la pareja, compromiso de discreción y respeto ante la eventualidad de terminación de la pareja.
- Sea cual sea la opción que tome el adolescente, no debe ser objeto de discriminación ni descalificación por parte de los que no comparten sus ideas. El asumir la opción de castidad y virginidad es muy respetable, pero él no asumirla también.

4. Presentación del tema a tratar

- 1 Dinamizando el tema:** Se inicia con una pregunta acerca de lo que **NO** es higiene corporal, donde ellos responden enumerando los aspectos que

consideran tienen repercusiones en el cuidado de nuestro cuerpo y órganos reproductores:

¿Cuáles son los hábitos que contrarrestan una buena higiene corporal de nuestros órganos reproductores?



5. Desarrollo del tema:

2.1 Actividad central: La actividad se inicia con el juego del tingo-tango donde el estudiante que salga al azar reventará una bomba y dentro de dicha bomba habrá una pregunta, que tendrá que responder y el docente complementa a manera de charla. Las preguntas en mención son:

¿Qué se entiende por higiene?

¿Por qué cree que la higiene corporal influye en el desarrollo de una sexualidad saludable?

¿Cómo debe ser la higiene corporal de los sistemas reproductores en las adolescentes?

¿Por qué se afirma que responsabilizarnos de nuestra sexualidad es responsabilizarnos de nosotros mismos?

¿Cómo debe ser la higiene corporal de los sistemas reproductores en los adolescentes?

¿Qué significa tener responsabilidad sexual?

En términos de responsabilidad sexual, ¿Qué significa cuidar nuestro cuerpo?

¿En que circunstancias se refleja la falta de responsabilidad sexual?

2.2 Reflexiones:

Estarán dadas por el docente y servirán como complemento de los aportes de los estudiantes.

6. Hagamos un trato:

Para esta sección se entrega a las jóvenes hojas en blanco y se les pide que hagan una representación esquemática de lo que aprendieron con respecto al tema.

