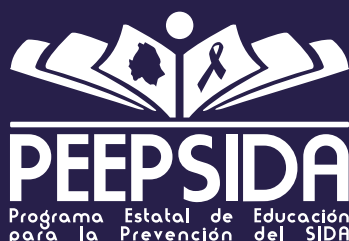


Guía

para madres y padres



De como abordar temas
de sexualidad con las y
los adolescentes





02 Introducción

04 Acerca del programa

06 Público objetivo

07 Antecedentes

08 Marco Legal

09 Objetivo general

11 ¿Sabías que existe la Cartilla de Derechos Sexuales para adolescentes y jóvenes?

14 Glosario Peepsida

16 Mitos que pueden impedir la comunicación abierta con las y los adolescentes respecto a la sexualidad

20 Sabías que los organismos locales, nacionales e internacionales están trabajando fuertemente en lo siguiente:

ÍNDICE





¿Tienes O Una Hija O Hijo Adolescente?
¿No Sabes Como Hablarle De Sexualidad?
Este Folleto Es Para Ti.

Introducción

La sexualidad es una dimensión importante de nuestra personalidad y una realidad que no podemos negar, ya que desde que nacemos somos de uno u otro sexo. La sexualidad impregna nuestra vida aunque se exprese de formas distintas dependiendo de las etapas de la vida o de las circunstancias individuales. Como cualquier otro aspecto de la educación de los hijos e hijas, si queremos que éstos/as se desarrollen adecuadamente y sean personas autónomas, educar en la sexualidad también es una responsabilidad de la familia y no debes dejar al azar ni esperar que la escuela, las amistades o los medios de comunicación lo hagan por nosotros. Es muy importante que cuando hables con tus hijos e hijas sobre sexualidad, no desvincules este tema de todo un sistema de valores ni de las experiencias afectivas. Lo más adecuado es que se haga en un ambiente de comunicación basado en el cariño y el respeto.

Continuamente se hace educación sexual con los/as hijos/as de forma espontánea, no sólo en lo que se dice abiertamente sobre el tema, sino, también por lo que estas transmitiendo con tus conductas, ya que eres modelo de imitación y de identificación para ellos/as. Por otro lado, la sexualidad no sólo tiene que ver con conductas sexuales, sino que también tiene que ver con aceptar y cuidar el propio cuerpo, con la autoestima, con distintas formas de comunicación y de relación o con manejar los riesgos.

En este folleto encontraras algunos *“Mitos que pueden impedir la comunicación abierta con las y los adolescentes respecto a la sexualidad”*, tenemos la seguridad que te será útil en este camino como padre o madre de un/a adolescente.



Acerca del programa

PROGRAMA ESTATAL DE EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DEL SIDA. PEEPSIDA

Es un programa Triple i (integral, intersectorial e interinstitucional), que nace en 1999 como una iniciativa de la Secretaría de Educación del Estado de Chihuahua, Fátima IBP y la Fundación del Empresariado Chihuahuense FECHAC, en respuesta a la preocupación de que adolescentes y jóvenes sean víctimas del VIH.

MISIÓN: Aportar a la comunidad chihuahuense un PROGRAMA EDUCATIVO orientado a la formación de actitudes para la prevención del embarazo en adolescentes, infecciones de transmisión sexual fundamentado en la perspectiva de desarrollo humano.

VISIÓN: Consolidarnos como un Programa líder en proporcionar herramientas para la prevención, que contribuyan para el ejercicio sano, responsable e informado de la sexualidad en la comunidad escolar, basado en Plan y Programas de la SEP.



Historia y Experiencia

La experiencia de estos 19 años, nos ha posibilitado el desarrollo de un modelo de intervención que impacta en 3 constantes: conocimiento, percepción de riesgo y actitud responsable. La medición que realizamos año con año, nos permite la mejora continua, tanto del modelo en particular como del Programa en general.

Nuestra investigación PEEPSIDA-BISMARCK 2008-2017 con el alumnado de secundaria, demuestra que cada vez inician su vida sexual a más temprana edad, y no sólo eso, sino que en ese ejercicio de su sexualidad realizan prácticas sexuales de riesgo mucho antes de que tengan una percepción del mismo. En el estudio comparativo del 2013 al 2015, se detecta un incremento en las mismas.

Esto coloca a la población de nuevo ingreso, es decir a los de primer año de secundaria, en una situación de vulnerabilidad realmente extrema. En este mismo sentido, los análisis muestran que una segunda o tercera intervención realmente hace una diferencia, al reforzar los temas esenciales aprovechando la madurez que se va adquiriendo en segundo de secundaria y hacer de las y los jóvenes de segundo y tercero, líderes en la prevención, a través del Programa Permanente de Promotoría Voluntaria.

Un tema que el PEEPSIDA consideró esencial abordar desde el 2010, es el del embarazo. Chihuahua muestra tasas de embarazo en adolescentes inusualmente altas. El problema del embarazo adolescente tiene muchas implicaciones, como el provocar pobreza endémica, ser origen de generaciones que enfrentan una gran cantidad de obstáculos para su desarrollo, estar asociado con un mayor nivel de maltrato infantil, entre otros muchos.

Por ello, al abordar los temas de sexualidad es importante incluirlo, ya que de acuerdo a nuestra investigación, el embarazo es sin duda alguna el aspecto que más preocupa a los/as jóvenes que ejercen o desean ejercer su sexualidad. Esta preocupación se arraiga en algunos puntos específicos como: enfrentar a los padres (en este caso muy relevante), asumir que su vida ya no será igual, dejar la escuela, tener que trabajar y que la corran de la casa (sobre todo en el caso de la embarazada).

Público Objetivo

Funciona de manera focalizada en la Educación Secundaria de nuestra entidad. Cada año se selecciona, a partir de los recursos disponibles, una muestra intencionada de escuelas a intervenir. Está dirigido a alumnos y alumnas de secundaria, en el rango de 11 a 16 años y personal docente.

También hemos intervenido instituciones de nivel medio superior, personal de organizaciones de la sociedad civil, entre otros.



Antecedentes

Las y los adolescentes de hoy en día, cuentan con múltiples estímulos del medio ambiente para iniciar su actividad sexual, entre los que podemos destacar, los mensajes explícitos e implícitos de algunos medios de comunicación, el fácil acceso a la pornografía, las amistades y la misma etapa de vida.

La falta de percepción del propio riesgo ha generado una serie de prácticas sin protección como las relaciones sexuales orales y anales que los hace más vulnerables.

Algunos de los factores que influyen en los resultados son el entorno urbano o rural, la cultura familiar, de género o de la región, incidencia de etnias, presión social, aspectos religiosos, acceso a la información e intervenciones de otro tipo con información coadyuvante o contraria.



Marco legal

Tiene como marco de referencia los Derechos Sexuales y Reproductivos emanados de la Conferencia Mundial sobre la Población y el Desarrollo (CIPD), que se realizó en El Cairo, Egipto, en 1994, y la Conferencia Mundial sobre la Mujer (CCMM), realizada en Beijing, China, en 1995 y reafirma el compromiso de la sociedad y las autoridades por prevenir con educación la problemática del ejercicio de la sexualidad responsable.

El PEEPSIDA operativiza la Declaración Ministerial “Prevenir con Educación”, firmada en el marco de la XVIII Conferencia Internacional de Sida entre los Ministros de Salud y de Educación de América Latina y el Caribe en 2008 en la Ciudad de México, D.F.

Se adelantó a la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo Adolescente, que en uno de sus objetivos contempla “Garantizar el derecho de las niñas, los niños y la población adolescente a recibir educación integral en sexualidad en todos los niveles educativos de gestión pública y privada.

Así mismo considera que la educación integral en sexualidad facilita que niños, niñas y adolescentes adquieran conocimientos, habilidades y valores que les permitan asumir responsablemente su vida sexual y prevenir los embarazos, las infecciones de transmisión sexual y el abuso sexual. Los contenidos de la Educación integral en sexualidad deben ser culturalmente relevantes, científicamente rigurosos y apropiados a la edad. (*ENAPEA 2015).



Objetivo general

“Que las y los jóvenes perciban la postergación del inicio de las relaciones sexuales, como el medio totalmente seguro para prevenir el embarazo e infecciones de transmisión sexual (ITS)”.

Estadísticas

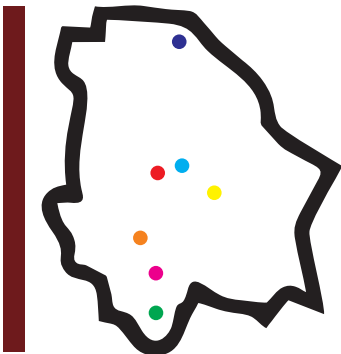
PREVALENCIA VIH. En 35 años, 76.1 millones de personas en el mundo han contraído el VIH y 35 millones han muerto a causa de enfermedades relacionadas con el sida; 2 millones murieron en 2016.

- 35.3 Millones de personas son portadoras del virus en el mundo.
- 220,000 casos de VIH, en México existen siendo la vía de transmisión más frecuente la sexual, esto nos coloca en el quinto Lugar en América Latina.
- Chihuahua ocupa el 11° lugar de incidencia en VIH a nivel nacional, se estima que las personas diagnosticadas a los 24 años, pudieron haberse infectado entre los 14 y los 18 años, edad en la que se ubica nuestra población meta. (CENSIDA 2016).

EMBARAZO A TEMPRANA EDAD. Según datos de la Dra. Raffaella Schiavon Ermani en su ponencia: El embarazo temprano: un problema de salud pública y de derechos, donde presenta estadísticas a nivel nacional y estatal donde nos informa que: El riesgo de Muerte Materna es entre 2 y 4 veces mayor en madres adolescentes, Los riesgos para el Recién Nacido de madre adolescentes (pre madurez, bajo peso y muerte en los primeros 28 días) son significativamente más elevados, de todas las defunciones femeninas registradas en 2009 (INEGI 2009) en el grupo de 15-19 años, las defunciones por causas maternas representaron el 5.64%, ubicándose como la cuarta causa de muerte en este grupo de edad, sólo después de los accidentes de tránsito (10%), suicidios (8.5%) y homicidios (7%), y antes de las leucemias y 3 de cada 10 egresos hospitalarios por causas maternas en niñas de entre 10-14 años. (Parto, aborto, embarazo). Las buenas noticias son que; La permanencia en la escuela es un factor protector y que los compañeros de escuela, amigos, maestras/os representan una red social de protección.



- 16 millones de embarazos a edad temprana a nivel mundial.
- En Nuestro País, 400 mil embarazos al año, lo que nos coloca en primer lugar en embarazos a temprana edad entre países miembros de OCDE.
- En el Estado de Chihuahua 62,109 embarazos a temprana edad 10 a 19 años, colocándonos en segundo lugar a nivel nacional.



El Estado cuenta con siete municipios prioritarios en nacimientos de adolescentes, estos municipios son:

- Juárez
- Chihuahua
- Delicias
- Guachochi
- Bocoyna
- Guadalupe y Calvo
- Cuauhtémoc

¿Sabías que existe la Cartilla de Derechos Sexuales para adolescentes y jóvenes?

Adolescentes y jóvenes deben gozar de sus derechos sexuales, así como de las garantías para su protección, sin distinciones motivadas por origen, género, edad, discapacidades, condición social, condiciones de salud, religión, opiniones, preferencia, orientación sexual, identidad de género, estado civil o cualquier otra circunstancia que atente contra la dignidad humana.

Es de tal forma que luego de realizar el “Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales” convocado en 2001 por el Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), se creó la “Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes”, que en su actual edición (2016), consta de un total de catorce derechos, cada uno explicado y sustentado en el marco jurídico vigente.

1. Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad.
2. Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual.
3. Derecho a manifestar públicamente mis afectos.
4. Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y sexualmente.
5. Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal.
6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.
7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva.
8. Derecho a la igualdad.

9. Derecho a vivir libre de discriminación.
10. Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
11. Derecho a la educación integral en sexualidad.
12. Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.
13. Derecho a la identidad sexual.
14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

- Si deseas saber más sobre estos derechos puede descargar la cartilla completa en

[www. Peepsida.com](http://www.Peepsida.com)





Derechos Sexuales para adolescentes y jóvenes



Glosario Peepsida



EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL. Proceso a través del cual se transmite información, se busca la formación de actitudes, creencias y valores que forman parte integral de la vida de las personas en todas sus etapas. Promueve saberes y habilidades para la toma de decisiones responsables y críticas en un marco de perspectiva de género y derechos humanos.

SEXO. El SEXO es la parte biológica de la sexualidad.

GÉNERO. Uno de los principales componentes de la identidad es precisamente el género, en la llamada identidad genérica: yo soy hombre, yo soy mujer.

VÍNCULO AFECTIVO. Es la capacidad que tienes de establecer lazos con otros seres humanos a partir de lo que sientes o expresas.

REPRODUCTIVIDAD. La reproductividad no se limita a la reproducción Biológica, sino que puede expresarse a través de la maternidad y paternidad en adopción o bien, a través del ejercicio de muchas actividades humanas cuyo resultado final es la reproducción de la plenitud del ser humano, como pintar, escribir, cantar, etc.

EROTISMO. El erotismo es un elemento de la sexualidad que nos remite a las experiencias más comúnmente identificadas como sexuales y además a todo aquello que nos produce placer, como comer, etc.

SEXUALIDAD HUMANA. El concepto de sexualidad se refiere a la totalidad de la persona, refleja nuestro carácter humano y no solo nuestra naturaleza genital. La sexualidad es un sistema dentro del cual funcionan a su vez, otros sistemas llamados holones: reproductividad, género, erotismo y vínculo afectivo.



SALUD SEXUAL. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud: “Es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia”.



ITS. Son un grupo de infecciones que se adquieren a través de las relaciones sexuales no protegidas, con una persona infectada (sin usar condón); por vía vaginal, oral y anal, transfusiones sanguíneas y de la mujer a su bebé durante el embarazo, parto o lactancia.

VIH. Virus: Agente infeccioso, que invade las células del sistema inmunológico. Inmunodeficiencia: Defensas bajas. Humana: Sólo el ser humano desarrolla Sida.

SIDA. Síndrome: Conjunto de signos y síntomas que caracterizan a una enfermedad. Inmunodeficiencia: Disminución de las defensas del organismo. Adquirida: Se adquiere por vías específicas y no es hereditaria.

Persona con VIH. Persona que adquirió el virus y no presenta síntomas. Sin embargo puede transmitirlo a otras personas.

Persona con sida. Es aquella que ya está sin defensas y desarrolla síntomas e infecciones varias y transmite el virus a otras personas.



Mitos que pueden impedir la comunicación abierta con las y los adolescentes respecto a la sexualidad

CIERTO
O
FALSO:

Madres y Padres necesitan saber mucho acerca de la sexualidad antes de empezar a hablar con sus hijos(as) al respecto.

¡FALSO!

Aunque es bueno aprender lo más que uno pueda respecto a la sexualidad, no necesita saber todas las respuestas para empezar a hablar con sus hijos(as). Solo el hecho de dejar saber a sus hijos(as) que pueden acercarse a usted con sus preguntas y preocupaciones les ayudará a sentirse más cómodos(as) hablar con usted respecto a la sexualidad, lo cual es un paso enorme.

Está bien admitir que no sabe o que no está seguro de la respuesta a alguna pregunta. Después de ser sincero de lo que sabe y no sabe, puede buscar la respuesta y volver a hablar con su hijo(a). O mejor, ¡que busquen la respuesta juntos!



CIERTO O FALSO:

Hablarles sobre la sexualidad causará que tengan relaciones sexuales a una edad más temprana.

¡FALSO!

Oímos esta preocupación todo el tiempo y definitivamente podemos entender las preocupaciones de los(as) padres/madres al respecto porque nadie quiere que los niños comiencen las relaciones sexuales a una temprana edad. La buena noticia es que los estudios han demostrado que cuando los(as) padres/madres hablan con sus hijos(as) respecto a la sexualidad - **proveyendo información correcta y compartiendo sus valores** - es más probable que sus hijos(as) pospongan las relaciones sexuales y que se protejan cuando las tengan.



De hecho, nuestras conversaciones con los hijos(as) sobre la sexualidad deben llegar más allá de cómo cuidarse el cuerpo, postergar las relaciones sexuales y cómo protegerse. Deberían incluir también:

- La importancia de sentirse bien con uno mismo.
- Cómo tener relaciones de pareja y entre amigos saludables y respetuosas.
- Mensajes claros de usted respecto a sus valores y expectativas acerca de las decisiones sexuales.

Con esta información, nuestros hijos(as) tienen mejor preparación para resistir la presión de los amigos y otras influencias y tomar mejores decisiones.

CIERTO O FALSO:

Las y los adolescentes quieren hablar con sus padres/madres acerca de la sexualidad.

¡CIERTO!

Los jóvenes sí quieren hablar con papá o mamá acerca de la sexualidad; muchos simplemente tienen miedo de la reacción de sus padres. (Piense por un momento de cuando usted tenía su edad.)

Como madre o padre, puede ayudar a sus hijos(as) a sentirse cómodos al hablar con usted sobre la sexualidad cuando responde a sus preguntas de una manera abierta y sincera. Es importante que use un tono de voz calmado y alentador, y que sea dispuesto a escuchar, aunque se sorprenda por lo que dicen.

¿Todavía no nos cree? En una encuesta reciente realizada por la Campaña Nacional para Prevenir el Embarazo Adolescente y No Planeado, ¡los adolescentes dijeron que sus padres (no sus amigos o los medios de comunicación) tienen la mayor influencia en sus decisiones acerca de la actividad sexual! ***Es una muy buena noticia.***





CIERTO O FALSO:

Hablarles sobre la sexualidad causará que tengan relaciones sexuales a una edad más temprana.

¡FALSO!

No necesariamente. Muchos adolescentes hacen preguntas respecto a la sexualidad porque tienen curiosidad y quieren saber las opiniones y los valores de sus padres.

Sabemos que hay mensajes sobre las relaciones sexuales por todas partes: en la televisión, las películas, los videos, el Internet y la música. Muchas veces los mensajes que reciben de los medios de comunicación y otras fuentes no son realistas o saludables y son confusos.

Confíe en nosotros: usted probablemente tiene valores distintos a los que ve en muchos de los videos de música y programas en la televisión durante el día. Si no entiende lo que queremos decir, observe algunos videos de música o programas en la televisión, ¡Entenderá!

Entonces, cuando su hijo(a) le pregunte algo sobre las relaciones sexuales (sexo), trate de mantener la calma (respire si le ayuda) y no haga suposiciones o llegue a conclusiones prematuras. Muchos adolescentes dicen que la barrera más grande al hablar con sus padres/madres respecto a la sexualidad es que piensan que sus padres supondrán que son activos sexualmente. No cometa ese error.

Extraído de:

¿Y Entonces, Qué Digo?

Una guía escrita por padres y madres para ayudar a otros padres y madres a hablar con sus hijos/as sobre la sexualidad.

Puede descargar este documento completo y otros en:

www.peepsida.com

Sabías que los organismos locales, nacionales e internacionales están trabajando fuertemente en lo siguiente:

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible representan un audaz compromiso para poner fin a las epidemias de SIDA, tuberculosis, malaria y otras enfermedades contagiosas para 2030.

La meta establecida para el año 2030 por Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (ENAPEA) es erradicar los nacimientos en niñas de 10 a 14 años y reducir en un 50% la tasa específica de fecundidad de las adolescentes de 15 a 19 años.

En Chihuahua el 31 de mayo de 2017, se llevó a cabo la instalación del Grupo Especial de Prevención del Embarazo en Adolescentes (GEPEA) cuyo principal objetivo es reducir el número de embarazos en adolescentes en la entidad, con apego a los derechos humanos, en específico a los derechos sexuales y reproductivos.

¿Y Tú cómo estas contribuyendo en ello?

¿Nos ayudas hablando con tu hija/o?



Un Programa de:



Apoyados Por:



SECRETARÍA
**DE EDUCACIÓN
Y DEPORTE**

En coordinación con:



CONTACTO:

Calle 16 de Septiembre No. 1011
Colonia Cuauhtémoc, Chihuahua, Chih.
Tel. (614) 418-8880 y (614) 418-3629



#Peepsida

#PromotoríaVoluntaria

#PrevenirConEducación



peepsida@fatimaibp.org



www.peepsida.com