



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

**Propuesta de Seapa**

**Educación sexual en la  
promoción de actitudes  
saludables en la  
adolescencia**

Enero 2009



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

**Sofía Cabrerizo Lorenzana**

**Natividad Fidalgo Rodríguez**

**Santiago González Sánchez**

**Emma Alonso García**

**Maria Luz Blanco Gutiérrez**

**Lydia Quirós Bartolomé**

**Alfonso Bermúdez González**

**Luis Suárez Quirós**

**Sociedad de Enfermería de Atención Primaria de Asturias**

C/ Víctor Sáenz 5 Bajo.

33011. Oviedo

Apartado de Correos N° 203 (3300010-Oviedo-Ofic.Principal)

C/ Santa Susana n°18 33080 Oviedo

Tlfno Presidencia: 679 214 378

Tlfno Secretaría: 615 761 501

[www.seapaonline.org](http://www.seapaonline.org)



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

## Índice.

Introducción:	_____	¡Error! Marcador no definido.
Justificación:	_____	4
Objetivos	_____	5
Metodología:	_____	6
Población Diana:	_____	6
Derivación:	_____	6
Unidad de Recuperación del Bienestar:	_____	¡Error! Marcador no definido.
Grupos de Terapia:	_____	¡Error! Marcador no definido.
Estructura de la Terapia:	_____	¡Error! Marcador no definido.
Contenidos de la Terapia:	_____	6
Evaluación:	_____	8
Recursos	_____	8
Bibliografía	_____	8
Anexos	_____	¡Error! Marcador no definido.
Diagnósticos de Enfermería	_____	¡Error! Marcador no definido.
Cuestionario de derivación	_____	¡Error! Marcador no definido.
Formación	_____	¡Error! Marcador no definido.



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

## Justificación:

La definición de Salud Sexual se enuncia por la OMS en el año 2002 como:

**"Salud sexual es un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad; no es meramente la ausencia de enfermedad, disfunción o debilidad. La salud sexual requiere un acercamiento positivo y respetuoso hacia la sexualidad y las relaciones sexuales, así como la posibilidad de obtener placer y experiencias sexuales seguras, libres de coerción, discriminación y violencia.**

**Para que la salud sexual se logre y se mantenga, los derechos sexuales de todas las personas deben ser respetados, protegidos y cumplidos."**

Desde esta perspectiva, la Educación Sexual es un aspecto de gran importancia en la formación integral de adolescentes y jóvenes, porque más allá del conocimiento puramente biológico, explica procesos trascendentales, como la construcción de la identidad de género o las relaciones afectivas. Esta formación debe ser objetiva y completa a nivel biológico, psicológico y social; entendiendo la sexualidad como dimensión humana, fuente de salud, placer y afectividad. Con respeto hacia la diversidad en la construcción personal y a las distintas expresiones de la sexualidad.

Si no abarcamos una educación donde se promuevan valores y habilidades que proporcionen autoconfianza y respeto mutuo, no se obtendrán cambios de comportamiento hacia actitudes positivas que permitan establecer unas relaciones autónomas, responsables, conscientes y placenteras.



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

## Objetivos:

### Objetivo General:

Dotar a los adolescentes de los conocimientos, habilidades y actitudes de relación suficientes, como para tomar libremente decisiones sobre sexualidad, creando un espacio idóneo para debatir y dialogar sobre la sexualidad, las relaciones interpersonales y la salud sexual

### Objetivos específicos:

- Dotar a los adolescentes de instrumentos para que reconozcan, identifiquen y se acepten a si mismos como seres sexuados y sexuales en cada etapa de su ciclo de vida.
- Promover una sexualidad libre, sin violencia ni coerción.
- Promover una participación activa en el desarrollo progresivo y adecuado del conocimiento de su cuerpo, de sus sentimientos como factor promotor de su autoestima.
- Reflexionar sobre nuestras actitudes ante la sexualidad, desmitificando la idea genitalizadora de la misma.
- Promover espacios de reflexión y debate sobre la diversidad sexual



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

## Metodología:

### ***Población Diana:***

Adolescentes en edades comprendidas entre 12 y 14 años.

### ***Captación:***

En Institutos de Enseñanza Secundaria

### ***Contenidos:***

- Concepto de sexualidad humana: sexo – sexualidad – erótica.
- Revisar y reconocer mitos, prejuicios y tabúes.
- Dimensiones de la Sexualidad Humana: reproductiva, recreativa y relacional.
- Conocimiento de la etapa de la adolescencia. Sus cambios fisiológicos, psicológicos y sociales.
- Los vínculos emocionales. El enamoramiento, relación fusión, relación intersección, relación separación. La ruptura.
- Educación en relación, en las que se promuevan más valores y habilidades que proporcionen autoconfianza y respeto mutuo.
- Identificar los roles de género asignados a cada sexo.
- Reconocer el carácter cultural de la sexualidad y de la diversidad de enfoques que se dan, según las épocas, los lugares, las religiones, las ideologías,.....



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

- Reconocer la influencia de los medios de comunicación, la publicidad y el entorno social.
- Conocer las ETS y de los métodos anticonceptivos, tomando conciencia de la necesidad de evitar conductas de riesgo.

### ***Metodología educativa:***

- Metodología activa y participativa en forma de talleres, favoreciendo la expresión de ideas previas del grupo, su reflexión y contrastación y posibilitando su transformación.
- En los talleres se fomentarán los grupos de discusión, ejercicios planificados utilizando técnicas como role-play, educación por iguales, trabajo por pares,... como técnicas de aprendizaje dirigidas a la discusión y consecuencia final modificación razonada y responsable de hábitos.
- Deberían diseñarse situaciones de aprendizaje más que transmitir información de manera directa, para permitir conocer las actitudes, opiniones e intereses del grupo. Promover cambios desde el grupo y dotarse de recursos que favorezcan el cambio.
- Fomentar el debate de los distintos temas a tratar, ya que es el método más democrático de modificación de actitudes y conductas de salud (los discentes se enseñan a sí mismos y se convencen entre sí).
- Adecuación del debate en los temas en los que el grupo considere que tiene la necesidad de aprendizaje o mayor interés.



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

## Evaluación:

El programa se evaluará de forma continuada a través de los profesionales de enfermería, que actuarán como observadores de la actividad de forma permanente.

### RESPECTO A LOS USUARIOS:

- Grado de consecución de los objetivos conseguidos.
- Adquisición de conocimientos de los contenidos definidos.
- Satisfacción de la actividad desarrollada y propuestas de mejora.

### RESPECTO A LA ACTIVIDAD

- Satisfacción de los profesionales.
- Aspectos positivos y negativos observados y propuestas de mejora.

## Recursos

Los recursos con los que se contarán serán:

- HUMANOS: 2 profesionales de enfermería por grupo.
- Expertos en determinadas materias que en alguna sesión pueda ser necesaria su presencia para clarificar cuestiones precisas.
- MATERIALES: ordenador con cañón de proyección, pizarra, rotafolios, papel, bolígrafos.
- ESPACIO: aula adaptada para poner sillas en círculo.



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

## Bibliografía

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/-Cuadernos-de-Salud-.html>

Cuadernos de Salud, colección editada por el Instituto Andaluz de la Mujer y la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía. Sexualidad, anticoncepción, embarazo, menopausia, enfermedades transmisibles sexualmente, trastornos de la alimentación e interrupción voluntaria del embarazo (en .pdf).

<http://sexoysalud.consumer.es/>

Sexo y salud, guía práctica de la revista [consumer.es](http://consumer.es) EROSKI (en castellano). Concepto de sexualidad, sexualidad evolutiva, educación sexual y derechos sexuales, salud y sexualidad, contracepción, enfermedades transmisibles sexualmente, problemas sexuales y sugerencias para disfrutar de una vida sexual satisfactoria

<http://www.abcsexologia.com/>

ABC Sexología.com. Textos sobre sexualidad, disfunciones sexuales, salud sexual y reproductiva, consultorio, eventos, directorio de profesionales.

<http://www.centrojoven.org/>

Centro Joven de Anticoncepción y Sexualidad de Madrid, Federación de Planificación Familiar de España. Textos informativos sobre aquellos aspectos de más interés en sexualidad.

<http://www.fpfe.org/>

Federación de Planificación Familiar de España. Asociaciones, Publicaciones, Recursos, Noticias, enlaces.

<http://www.sexualidadonline.com/>



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

[sexualidadonline.com](http://sexualidadonline.com), Sexología Educativa Integral A.C. (México), portal de Educación y Salud Sexual. Conceptos básicos, Educación, Anticoncepción, Sexualidad infantil, Sexualidad Femenina, Sexualidad Masculina, Amor y desamor, Prostitución, Sexualidad en personas mayores, Preferencias sexuales y homosexualidad, Comunicación, VIH-Sida y Violencia de Género.

<http://www.psicologiapopular.com/sexualidad.htm>

[Sexualidad](#), en [psicologiapopular.com](http://www.psicologiapopular.com). Textos sobre masturbación, métodos contraceptivos, E.T.S., fantasías, placer, homosexualidad, disfunciones sexuales...

<http://www.sexovida.com/>

[sexovida.com](http://www.sexovida.com). Artículos y documentación sobre sexología clínica, sexualidad, psicología, psiquiatría, medicina natural, arte y erotismo, auto-tests, [documentación y actualidad para profesionales](#) (en castellano).

<http://www.e-sexologia.com/>

[e-sexologia.com](http://www.e-sexologia.com), página del Dr. Juan Carlos Kusnetzoff (Argentina). Artículos y conferencias, preguntas habituales, mitos, disfunciones, aspectos psicológicos, medicaciones.

<http://www.sexoconseso.com/>

[Sexo con seso](#), Campaña de la Plataforma Joven (Cruz Roja Juventud, Schering España, Sociedad Española de Contracepción, Federación de Planificación Familiar de España y la Asociación de Educación para la Salud). Información sobre métodos anticonceptivos, Enfermedades Transmisibles Sexualmente, historias, juegos, tests, películas y libros. Especialmente dirigida a jóvenes.

[http://www.sec.es/area\\_cientifica/manuales\\_sec/salud\\_reproductiva/index.php](http://www.sec.es/area_cientifica/manuales_sec/salud_reproductiva/index.php)



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

"[Manual de Salud Reproductiva en la Adolescencia](#)", en .pdf, de la Sociedad Española de Contracepción, SEC. Psicología, Fisiología, problemas ginecológicos, salud reproductiva, educación sexual, la consulta joven, métodos anticonceptivos, aspectos legales.

<http://educagenero.iespana.es/>

[educagenero.iespana.es](http://educagenero.iespana.es), espacio elaborado por nuestra entidad donde se encuentran materiales educativos y guías para la Educación Sexual, Género y Prevención de la Violencia de Género, organizados por ciclos educativos, junto con materiales complementarios, citados en esta web.

[http://www.institutodesexologia.org/Educasex\\_libro\\_completo.pdf](http://www.institutodesexologia.org/Educasex_libro_completo.pdf)

"[Educasex Málaga. Jóvenes, sexualidad y género](#)". Estudio cualitativo sobre la sexualidad de las personas jóvenes del ámbito rural, promovido y financiado por el Área de Juventud, Deportes y Formación de la Diputación de Málaga. Creencias, actitudes, comportamientos y necesidades en materia de sexualidad y educación sexual desde una perspectiva de género (libro en formato PDF).

[http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/3afectivo\\_sexual.php](http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/3afectivo_sexual.php)

TIENE UN PROGRAMA EDUCATIVO MUY BUENO PARA ADOLESCENTES

Materiales educativos: [Educación Sexual, Género y Constructivismo](#) (Programa de Educación Sexual para Educación Secundaria), [Educación Sexual en Educación Infantil](#) y [Educación Sexual en Educación Primaria](#), en formato PDF, editados por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía y el Instituto Andaluz de la Mujer. Fundamentación, metodología constructivista, desarrollo de bloques temáticos, ejemplificaciones, recursos. Publicados en la Red Telemática Educativa de Andalucía [Averroes](#).



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

[http://www.cruzrojajuventud.org/portal/page?\\_pageid=94,152531&\\_dad=portal30&\\_schema=PORTAL30](http://www.cruzrojajuventud.org/portal/page?_pageid=94,152531&_dad=portal30&_schema=PORTAL30)

TIENE UN PROGRAMA EDUCATIVO DE INTERES

["Educación de las Sexualidades. Los puntos de partida de la Educación Sexual"](#), elaborada por el InCiSex y editada por la Cruz Roja Española. Marca las líneas de trabajo de lo que debe ser la Educación Sexual con Sexología y las estrategias pedagógicas enfocadas a la modificación de actitudes (en formato PDF).

[http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia\\_no\\_ogros\\_ni\\_princesas1069.pdf](http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf)

["Ni ogros ni princesas"](#), Guía para la Educación Afectivo Sexual en la ESO, editada por la Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias y el Instituto Asturiano de la Mujer. Contiene fichas y orientaciones metodológicas para trabajar la Educación Sexual integrando la perspectiva de género y de la diversidad (en formato PDF).

<http://www.videoseducativos.es/productos.php?idcat=55&id>

[Vídeos educativos de Educación Sexual](#), del portal [VideosEducativos.es](#), elaborado por Ad Libitum Distribución Audiovisual (Parque Tecnológico de Andalucía, Málaga), desde el que se puede descargar o visualizar material educativo de forma gratuita.

[http://www.institutodesexologia.org/decalogo\\_publicidad\\_no\\_sexista.pdf](http://www.institutodesexologia.org/decalogo_publicidad_no_sexista.pdf)

[Decálogo para identificar el sexismo en la publicidad](#)", del Observatorio Andaluz de la Publicidad No Sexista (en pdf).

<http://www.xtec.es/~imarias/sexaf.htm>



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

**Educación Sexual y Afectiva** .Una propuesta para la ESO y recursos en Internet

<http://www.noah-health.org/es/healthy/sexuality/index.html>

[La Sexualidad—Pregúntale a NOAH](#), (en castellano), artículos que abordan diversos aspectos de la sexualidad: educación sexual, salud, contracepción, Enfermedades Transmisibles Sexualmente (ETS), VIH-Sida, trastornos sexuales... Bibliografía y direcciones de interés.

<http://www.sexoconseso.com/index2.htm>

[Sexo con seso](#), Campaña de la Plataforma Joven (Cruz Roja Juventud, Schering España, Sociedad Española de Contracepción, Federación de Planificación Familiar de España y la Asociación de Educación para la Salud). Información sobre métodos anticonceptivos, Enfermedades Transmisibles Sexualmente, historias, juegos, tests, películas y libros. Especialmente dirigida a jóvenes.

<http://www.institutodesexologia.org/Deteccion%20parejas%20jovenes%20FERREIRA.pdf>

"[Detección precoz de la violencia en parejas jóvenes](#)", documento adaptado (en .pdf) del capítulo 4, "Novias maltratadas", de Graciela B. Ferreira, Hombres violentos, mujeres maltratadas, en Editorial Sudamericana, Buenos Aires (en castellano).



**SEAPA**

SOCIEDAD DE ENFERMERÍA DE ATENCIÓN PRIMARIA ASTURIAS

**Sociedad de Enfermería de Atención Primaria de Asturias**

C/ Víctor Sáenz 5 Bajo.

33011. Oviedo

Apartado de Correos N° 203 (3300010-Oviedo-Ofic.Principal)

C/ Santa Susana nº18 33080 Oviedo

Tlfno Presidencia: 679 214 378

Tlfno Secretaría: 615 761 501

[www.seapaonline.org](http://www.seapaonline.org)