

## Adolescencia, sexualidad y educación sexual

Sugerimos que este artículo sea leído por los padres y educadores, como una guía general para ser empleada a su discreción, en conjunto con otros temas publicados sobre la esfera sexual. Alternativamente, el adolescente debe analizar este material y buscar la orientación de personas de su confianza como sus padres, hermanos mayores, maestros o el médico.

El sexo debe ser desmitificado y hacer siempre alusión a las relaciones sexuales como parte esencial de la vida, fundamental para la reproducción de la especie, pero motivo en sí de placer, de gozo y de expresión de amor. De ninguna manera debe verse como algo prohibido, inmoral, reprimible ni tabú.

La sexualidad suele hacer explosión en la adolescencia, cuando se inician los cambios hormonales. Si bien físicamente el o la joven son capaces de tener relaciones completas, no siempre están listos psicológica ni económicamente para afrontar las posibles consecuencias, como un embarazo no deseado o enfermedades de transmisión sexual. Por ello, es esencial que los jóvenes conozcan el desarrollo de la sexualidad y la realidad total del acto sexual, de manera que aprendan a manejar su sexualidad en forma responsable.

En atención al proceso evolutivo social y a la proliferación de colegios y escuelas mixtas, es cada vez más frecuente que los muchachos alternen con el sexo opuesto de manera temprana. Inicialmente, la relación puede ser como aquella que ocurre con individuos del mismo sexo, más de compañerismo que de vínculo sexual. En algún momento el proceso cambia y surge la atracción física y afectiva y se pasa a tomarse las manos, a las caricias y los besos. De allí a etapas más avanzadas basta un sólo paso, a no ser que medien razones muy bien cimentadas de índole moral o religiosa. Sin embargo, aun existiendo ellas, es muy factible que en determinadas circunstancias se obvien esas barreras y se avance a caricias genitales y al acto sexual o coito. Con frecuencia el alcohol o las drogas psicoactivas son elementos que derrumban las defensas y desinhiben a la persona. Muchos adolescentes tienen, desde edades tempranas, una vida sexual activa (entendida desde el primer coito) por ignorancia, por mala información o por temor a indagar con quienes deben saber, no ponen en práctica medidas preventivas como el uso del condón o de anticonceptivos, para evitar tanto embarazos como enfermedades de transmisión sexual.

La mayoría de las adolescentes cree que tener relaciones "de vez en cuando" no las expone al riesgo de embarazo. Piensan que si se sabe que usan anticonceptivos hay una implicación de ser "fáciles" o promiscuas. Ceden a la presión de sus coetáneos de "experimentar" y muchas caen en el error de creer que con "frotarse" o recibir el pene pero retirarlo antes de la eyaculación formal "no hay problema". Ignoran que puede haber pequeñas emisiones de semen, que portan espermatozoides que embarazan, si el momento es propicio. La educación sexual debe iniciarse temprano. No hay que temer a mostrarle al niño o al adolescente, en ilustraciones médicas, la anatomía de los órganos genitales y describir su función. Obviamente, debe impartirse respeto por la

función reproductiva y por el sexo opuesto, sin negar el placer e insistir en esperar para iniciar la vida sexual activa.

Conscientes de que en algunas religiones no es permitido sostener relaciones prematrimoniales, debe decirse a los jóvenes que hay "opciones" placenteras hasta llegar al orgasmo como la masturbación. De ninguna manera deben presentarse esas prácticas como causa de enfermedad física o mental ni aterrorizar con la condena moral. Para muchos, las caricias y los besos son suficientes.

El embarazo y las enfermedades de transmisión sexual, algunas fatales como el SIDA, otras potencialmente incapacitantes como la gonorrea, la clamidia o el herpes, deben ser objeto de una discusión franca, obviamente "en dosis", de acuerdo con la edad. Predicar y educar contra la promiscuidad es parte de la formación, ya que la relación con las enfermedades de transmisión sexual es un hecho bien demostrado. A la muchacha adolescente se le debe inspirar la suficiente confianza para que, en caso de quedar embarazada, busque ayuda para tomar las determinaciones a que haya lugar.

En varios estudios se ha demostrado que los jóvenes se sienten dispuestos a discutir con los médicos los temas relacionados con sexualidad. Por lo tanto, se recomiendan controles médicos anuales que incluyan orientación clara sobre los comportamientos sexuales responsables, el riesgo de las enfermedades de transmisión sexual, el uso de condones y sobre el control natal.

SaludHoy - Septiembre, 1999

### **Preguntas del Tema**

1. ¿Existe alguna relación entre la sexualidad, en la adolescencia, y la economía o la solvencia económica?
2. ¿Has recibido de tus adultos (padres o formadores) algún tipo de información relacionada con el sexo? ¿Cómo valoras esta información o desinformación de tus mayores?
3. ¿Qué significan los siguientes términos la gonorrea, la clamidia o el herpes? Búscalo en un diccionario.
4. Comenta aquello que te haya llamado la atención del artículo.